

مقدمة	2
نبات الفاليريان	3
نبات الكافا	10
حشيشة الدينار	15
أوراق المليسة	17
أزهار حشيشة الالام	18
الخزامى	19

## مقدمة:

في محاضرتنا السابقة ذكرنا عقارين رئيسيين هما الجنكو وعشبة القديس جون، وتكلمنا عن الدراسات التي أجريت عليهما، الجرعات، الخلاصة، طريقة الاستخدام والآثار الجانبية.. وستتكم في محاضرتنا هذه عن عقاقير أخرى ولكن أقل أهمية.

## المستحضرات الدوائية النباتية المستخدمة في حالات عدم الراحة واضطرابات النوم

✓ حالات عدم الارتياح العصبي واضطرابات النوم يمكن أن تعتبر استطببات طبيعية وكلاسيكية لاستخدام مستحضرات محضرة من:

✦ الفاليريان أو حشيشة القطه.

✦ حشيشة الدينار.

✦ المليسة الدستورية.

✦ أزهار حشيشة الآلام.

وهذه المركبات أو المواد هي عبارة عن مواد عشبية خفيفة لا تعطي وتنتج تأثيرات مهدئة شديدة أو تأثيرات منومة شديدة أي كلها ذات تأثير خفيف.

✓ تم عزل العديد من المركبات من هذه العقاقير التي يبدو على أنها لها تأثيرات مهدئة في التجارب السريرية مثل:

valepotriates and valerenic acids المعزولة من الفاليريان.

✓ لكن التركيز النهائي لهذه المركبات والمستحضرات الدوائية يكون منخفض جداً بحيث أنه لا يعطي التأثيرات المهدئة والتأثيرات المركنة للإنسان المريض.

✓ أي أن المواد المعزولة من هذه النباتات لها تأثيرات مهدئة ومنومة لكن المستحضرات النباتية لا تعطي هذه التأثيرات بسبب انخفاض تأثير المادة الفعالة فيها.

الفاليريان له معاملة خاصة (مثل ما شاهدنا في مركبات الكافئين) بحيث أن تأثيراته وفعالياته تم إثباتها وتسجيلها وتوثيقها بصورة أفضل (من حيث الفعالية والتوافر الحيوي وغيرها) من الأعشاب الثلاثة الأخرى.



## الفاليريان (حشيشة القطه):

### مقدمة:

- الاسم اللاتيني: *Valeriano officinalis*.
- الفاليريان المعد للاستخدام الطبي هو الفاليريان المزروع والذي يتم جمعه وحصاده في الفترة من أيلول إلى تشرين الأول.
- بالنسبة للفاليريان الهندي وبصورة خاصة الأنواع المكسيكية مثل (*V.edulis*) تترافق مع مخاطر علاجية أعلى وذلك بسبب ارتفاع نسبة *Valepotriates* حتى 8٪ لذلك أحياناً يسمح ببعض الأنواع من نبات وترفض أنواع أخرى من نفس النبات بسبب اختلاف نسبة المكونات الفعالة وهذا ما بيناه في المحاضرات السابقة.

### ملاحظة

في بعض الفترات تم ضبط أنواع من اليانسون المسبب للإدمان، عملياً اليانسون لا يسبب الإدمان ولا يصنف ضمن العقاقير المسببة للإدمان إلا إذا عومل معاملة خاصة بحيث ترتفع نسبة الأنيثول إلى نسبة مرتفعة تزيد أضعاف عن النسبة المسموح بها في العقار.

- اليانسون يحتوي على أنيثول 90٪ وزيت طيار بنسبة 3-3.5٪، وعندما يكون الزيت الطيار أكثر من 7٪ يصبح هناك خطورة على الأشخاص الذين يتناولون اليانسون بشكل عادي.
- يقوم اليانسون بتثبيط السيالة العصبية فهو مهدئ ومسكن ولكن عند الاستخدام المتكرر وزيادة الجرعات يسبب خبل و بطء في انتقال السيالة العصبية.
- أما بالنسبة للطفل الذي تشربه أمه اليانسون لكي ينام ، حيث أن عقل الطفل ينمو وهو صاح فعندما يكبر يصبح متخلف عقلياً لا يعرف الكلام ولا الرد لأن بصغره كان ينام وقتاً طويلاً.
- أيضاً الفاليريان العادي ممكن أن يستخدمه أي شخص لكن الخطورة عندما تكون هناك أنواع من الفاليريان فيها *valepotriates* مرتفعة جداً بحيث تؤدي إلى آثار جانبية وخطورة عند الاستخدام.





- هذا النبات منتشر في سورية ليس له علاقة بالفصيلة المظلية لكن الأزهار تجتمع وهي بيضاء اللون وهو نبات عشبي ارتفاعه يصل لحوالي 70-80 سم الأوراق مسننة بنعومة و مميزة.

### العقار الخام والخلاصة:

- يستخدم من النبات الجذور وهي القسم الدستوري المستعمل في النوع الأوربي Valeriano Officinalis وهي مستخدمة من أجل تحضير الخلاصات.
- بالنسبة لهذه الجذور تتميز برائحتها المعروفة (تشبه رائحة الشنكليش) وهي تدل على رائحة ال isovaleric (isovalerenic) acid و على رائحة ال camphor وتبدو الرائحة بشكل أشد بعد أن يجفف العقار ويقطع لأن بعض الأنزيمات تكون قد قامت بعملها وأدت إلى ظهور الرائحة بشكل جيد.
- المستخدم في تحضير المستحضرات الدوائية هو عبارة عن المادة العشبية المجففة والمقطعة ويمكن أن تستخدم في مستحضرات الشاي وغيرها.
- المستحضرات الصيدلانية يتم تحضيرها بشكل رئيسي من الخلاصات المائية أو الخلاصات المائية الكحولية (عيار الكحول 70٪ إيتانول) وتكون نسبة العشبة إلى الخلاصة 4-1/7 ونفضل الخلاصة الإيتانولية لسهولة تجفيفها .



عند إضافة العسلج حيث تكون نسبته 5-10٪، فعند استخلاص جذوره وجذاميره بالماء سوف تحتوي الخلاصة على جراثيم لأن الماء وسط مناسب لنمو الجراثيم ، لكن إن استخلصناها بالماء ثم بوسط كحولي حوالي 65٪ نحصل على خلاصة عسلج لا تحتوي على جراثيم. وهكذا نكون قد تخلصنا من المشاكل الجرثومية وعند فحص المستحضر لا يوجد جراثيم لماذا؟ لأننا تخلصنا منها والتي تكون مترافقة بشكل خاص مع العسلج، فالنباتات تحتوي على كثير من الجراثيم.





- الخلاصات المائية والخلاصات المائية الايتانولية لجذر الفاليريان ممكن أن تكون غير متكافئة من حيث الفعالية ومن حيث الجرعة الدوائية ومن حيث الاستخدام في المعالجة.
- الخلاصات المائية والخلاصات المائية الايتانولية لجذر الفاليريان ممكن أن تكون غير متكافئة من حيث الفعالية ومن حيث الجرعة الدوائية ومن حيث الاستخدام في المعالجة.
- بالنسبة لجرعة الخلاصة المائية تعتمد بشكل رئيسي على تطبيقها في الشايات أي استخدامها بشكل شعبي في الشايات الطبية.
- أدنى جرعة تستخدم في تحضير هذه الشايات هي 2 غ من المادة العشبية الجافة.
- أما بالنسبة للخلاصة التي نسبتها 5/1 هي 400 ملغ أي ما يكافئ 2 غ من المادة العشبية اذا كانت تحضر بشكل مائي.

#### المكونات الرئيسية الفعالة الموجودة:

1. تحتوي الجذور على نسبة تصل إلى 0.5-2٪ من زيت طيار.
2. بالنسبة للرائحة النوعية تنطلق بوجود مقادير قليلة من *isovaleric acid* بشكل رئيسي الذي يتشكل عند تحطم الـ *Valepotriates* التي هي المكونات الفعالة.
3. الفاليريان الطبي يحتوي على نسبة تصل إلى 0.3-0.8٪ من المركبين أحادي ونصف التربين وهما *valerenic acid* و *acetox-valerenic acid*.

#### التحليل والحركات الدوائية:

*Valepotriates* هي مركبات غير ثابتة في وسط حمضي وكذلك في وسط قلوي وأيضاً في درجة حرارة مرتفعة وبالتالي يمكن أن يعطى فقط على شكل مستحضر صلب أي على شكل مضغوطات أو على شكل ملبسات وليس على شكل مستحضرات سائلة. ويفضل أن يكون التحضير بوسط غولي (لا مائي).

#### ملاحظة:

- لماذا الفاليريان لا يحضر على شكل مستحضرات سائلة؟
- في وسط مائي: لا يمكن لأنه وسط لنمو الجراثيم.
- في وسط غولي: لأنه تحدث عليه عملية تمييه أو تحرر للمكونات الطيارة أو تخرب مركباته، وليس غولي بشكل كامل فيوجد نسبة من الماء وهو وسط لنمو الجراثيم.



## السمية والفاعلية الفارماكولوجية:

- ✗ بالنسبة للدراسات الفارماكولوجية ركزت على مختلف مكونات الفاليريان ولكن بشكل رئيسي الذي استدعى الانتباه هو الزيت الطيار.
- ✗ الزيت الطيار يحتوي على valeric, isovaleric acids لأنه كان يعتقد أن التأثير الدوائي للفاليريان يعود لتأثير المتواسط بالمستقبلات الشمية حيث كان يعتقد أن هذا الزيت الطيار يؤثر على هذه المستقبلات.
- ✗ لكن بعد ذلك بالدراسات السريرية والدراسات التجريبية التي طبقت على حمض الفاليريك أظهرت تأثيرات مهدئة وتأثيرات مضادة للاختلاج.
- ✗ الدراسات الحديثة تظهر على أن العقار يؤدي إلى زيادة في تركيز حمض غما أمينو بوتاريك GABA ( $\gamma$ -amino butyric acid) في المشبك العصبي بعد إعطاء خلاصات الفاليريان.
- ✗ خلاصات الفاليريان تؤثر على روابط flunitrazepam (دواء منوم) وبالتالي لها تأثيرات على مستقبلات GABA (A).
- ✗ كما أنها يمكن أن تتداخل مع مكونات ما قبل المشبك النيرونية لـ GABA.
- ✗ GABA (غما أمينو بوتيريك أسيد) يعتبر مثبط هام للنقلات العصبية التي تلعب دور الرئيسي في حالات الشدة العصبية وكذلك في حالات القلق.

عالمهارة الهوارة  
دبرها ومالا دوبارة  
الناس بتطلع مشاوير و  
نحننا بهالدراسة القهارة







## الحركات الدوائية:

🔥 اعتماداً على تحليل تخطيط الدماغ يوجد مشكلتين في دراسة الحركات الدوائية في الإنسان:

🔥 الأولى تكمن في التغيرات الكبيرة في النتائج وضعف في تكرارية النتيجة نفسها (أي تجربة يجب أن يكون لها تكرارية محددة حتى نقبلها أي الحصول على نفس النتيجة عند إعادة التجربة) وذلك عند مقارنة الدراسات مع بعضها.

🔥 الثانية تكمن في صعوبة تفسير النتائج العلاجية للعقار أو المستحضر الدوائي المستخدم.

🔥 أيضاً العقاقير التي تنقص من الفعالية الدماغية لم يتمكنوا من إثبات الفعالية العلاجية لها أي أنها لا تؤثر على الفعالية الدماغية كما نريد.

🔥 لكن فقط في التجارب العلاجية المضبوطة عند مرضى مناسبين ممكن أن تثبت الفعالية.

🔥 نتائج الدراسات تقترح على أن مستحضرات الفاليريان ليس لها تأثيرات مباشرة (حادة) كما هو الحال في المستحضرات الأخرى المساعدة على النوم.

🔥 إن نقص الاستجابة الحادة للفاليريان لا يعتبر سلبية بالنسبة للمرضى الذين يعانون من اضطرابات في النوم لأن التأثير الحاد بالنسبة للمستحضر يمكن أن يحفز عملية الإدمان على المستحضر وقد يحتاج المريض بعد ذلك للعلاج من الإدمان كما أن التأثيرات الحادة للمستحضر ممكن أن تتداخل مع القياسات النفسية العلاجية الضرورية.

🔥 هذا التأثير المتأخر في الفعالية يميز الفاليريان عن غيره من المستحضرات الصناعية المنومة.

🔥 الأطباء يصفون (والمرضى غالباً يتناولون) مواد مساعدة على النوم وكذلك المهدئات التي لها تأثير بشكل مباشر أما الفاليريان فليس له هذا التأثير المباشر.

🔥 التجارب المعماة للفعاليات العلاجية على الغفل ولمستحضر مكون من الفاليريان والمليسة الدستورية بنسبة (630 ملغ خلاصة فاليريان + 320 ملغ خلاصة المليسة) أظهرت أن هذا المزيج له تأثيرات أكثر من الغفل المستخدم في المعالجة.

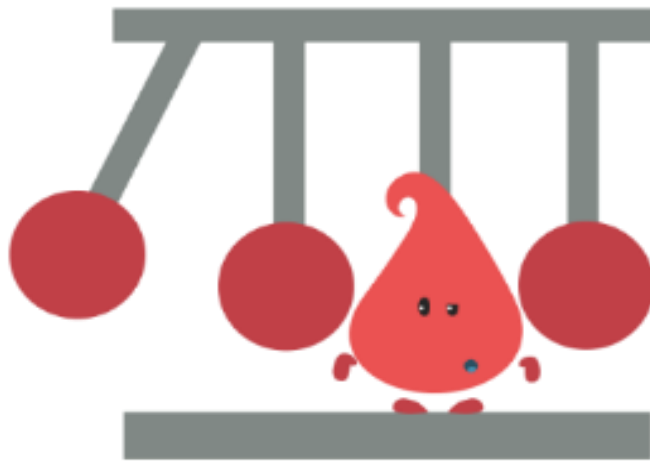


## الوصف-الجرعة-المخاطر:

- ✓ دستورياً يعطى في حالات العصبية وفي حالات القلق العصبي وأيضاً الأرق العصبي وكذلك أيضاً في حالات اضطرابات النوم.
- ✓ الجرعة الدوائية الموصى بها هي 2-3 غ من المادة العشبية الجافة مرة إلى عدة مرات يومياً.
- ✓ بالنسبة للخلاصة الايتانولية تم اختبارها في الدراسات ويجب أن تؤخذ بمقدار 600 ملغ قبل النوم بساعتين.

## مضادات الاستطباب:

- ❖ لم تلاحظ وجود أي مضادات استطباب وكذلك أيضاً لا توجد آثار جانبية ولا توجد تداخلات دوائية.
- ❖ لكن ممكن أن توجد بعض الاحتياطات فيجب ألا يؤخذ خلال فترة الإرضاع أو الحمل كذلك عند الأطفال الذين أعمارهم دون 3 سنوات.
- ❖ التفاعلات التحسسية ممكن أن تحدث وممكن أن يحدث قلق وعصبية وصعوبة الإغفاء أي الأعراض التي تظهر هو بالأصل استخدم لمعالجتها وهذا ما يعتمد عليه العلاج المثلي أي أنه في حال مادة دوائية أحدثت بجرعات كبيرة تأثيرات سامة فإنه يمكن استخدامها بجرعات قليلة لمعالجة تلك الأعراض.
- ❖ الجرعات الزائدة من الفاليريان التي تصل لحوالي 20 ضعف من الجرعة المعتادة أو الجرعة الدوائية الموصى بها هذه الجرعة الزائدة لا تؤدي إلى حالة سمية أو حالة وفاة عند الأشخاص.







## الاستخدامات العلاجية:

- ✚ العصبية ومشاكل النوم والأرق (التي يعاني منها حوالي خمس سكان العالم) وهي من الاستطببات الشائعة لاستخدام الفاليريان.
- ✚ مشاكل النوم تزداد مع تقدم العمر والنساء بشكل خاص يتأثرون أكثر من الرجال (يعانون من صعوبة نوم ومن صعوبة الدخول في النوم).
- ✚ هذه المشاكل إذا لم تعالج بشكل كافٍ تترافق مع زيادة مخاطر الإصابة بأمراض جسدية وعقلية أو ممكن أن يحدث لديهم اكتئاب.
- ✚ لذلك الأرق يجب أن يعالج مباشرة.
- ✚ والعلاج الفارماكولوجي الحالي لحالات القلق العصبي والأرق يعتمد بشكل رئيسي على مركبات البنزوديازيبين الذي له العديد من المخاطر منها:

- زيادة الجرعة.
- استجابة مدمرة (غير متوافقة وغير مناسبة).
- إدمان.
- تسكين.
- عودة الأرق.
- تثبيط التنفس.

لذلك يفضل استخدام الفاليريان بدل عنها في المعالجة.

- ✚ منتجات الفاليريان المطابقة للمتطلبات الصيدلانية يمكن أن تستخدم بدائل فارماكولوجية للقلق والأرق العصبي مع مخاطر قليلة.
- ✚ بما أن جذر الفاليريان يؤثر بالتدريج وليس له فائدة سريعة في معالجة الأرق لهذا السبب يجب أن تجرى للمرضى فحوص نفسية ضرورية وأن يقدم لهم نصائح مناسبة للتأكد من مطاوعة المرضى وخاصة في الأسابيع الأولى من العلاج بالفاليريان وخاصة للمرضى الذين اعتادوا استخدام مركبات البنزوديازيبين أو غيره من المستحضرات الصناعية والحصول على تأثيره السريع (فاليريان ليس له تأثير سريع).
- ✚ فإذا كان المريض يستخدم مستحضر صناعي ندخل له الفاليريان في المعالجة ومن ثم نسحب المستحضر الصناعي من المعالجة ونبقي على الفاليريان حتى نهاية المعالجة.





عند دراسة الحرائك الدوائية للفاليريان لاحظوا أن الفاليريان يساعد وينشط عملية العودة للنوم الطبيعي بعد فترة لا تقل عن أسبوعين إلى أربعة أسابيع من استخدام الفاليريان وذلك باستخدام جرعات الفاليريان المحددة وعندها يمكن أن يعود الشخص للنوم الطبيعي أي ينام دون أرق.

## نبات Kava

### مقدمة:

- ✦ الاسم اللاتيني: *Piper methysticum*
- ✦ الاسم العربي: الفلفل المصطكي
- ✦ يمكن أن يستخدم كحال للقلق.
- ✦ نبات شجيري منتشر في مناطق المملكة السعودية ومناطق الحجاز والمناطق الصحراوية.
- ✦ القسم المستخدم: جذامير الجافة.
- ✦ العقار يستحصل من النباتات الشجيرية ويكون عن جذمور كبير ونلاحظ أنه غني بالعصارة ويزن لحوالي 10 كغ.
- ✦ الجذمور ذو رائحة خفيفة ويكون بطعم قليل المرارة وصابوني لاذع.

### العقار الخام والخلصة:

- عند مضغ جزء من هذا العقار يمكن أن نلاحظ خدر مطول في اللسان ونلاحظ تنشيط لعملية إفراز اللعاب.
- بالنسبة لمستحضرات الكافا وخاصة بالنسبة للمستحضرات السائلة يمكن أن تحضر بواسطة مضغ أو طحن الجذامير المجففة وبعد ذلك تؤخذ ويجرى لها عملية تعطين بالماء البارد وبعد ذلك ترشح وتؤخذ المادة السائلة الناتجة التي هي عبارة عن الخلصة.
- يوجد خلاصات طبية تحضر من الكافا وبالنسبة لهذه الخلاصات تحضر باستخلاص العقار بالايثانول والماء (مزيج) وبهذه الطريقة يتم استخلاص حوالي 30٪ من المكونات الفعالة الموجودة في الكافا والتي هي عبارة عن بيرونات وتسمى *Kavapyrones*.
- إذا غيرنا السائل الاستخلاصي واستخلصنا بمزيج الأسيتون والماء فنستخلص حوالي 70٪ من *Kavapyrones* ال



- نسبة المادة العشبية للخلاصة حوالي (12-1/20 عقار/خلاصة) في كلا الحالتين سواء بالاستخلاص بالأسيتون والماء أم بالاستخلاص بالايثانول والماء لكن تختلف نسبة المكونات الفعالة في كلا الخلاصتين.
- بالنسبة لKavapyrones قليلة الانحلال في الماء جداً وبالتالي لأجل الاستخدام الطبي إما:
  - ↳ أن توضع في محاليل غرويدية مناسبة.
  - ↳ أو على الأقل تحويلها إلى أجزاء صغيرة جداً كي تسهل وتنشط عملية الامتصاص في الجهاز الهضمي.

#### المكونات الفعالة الرئيسية:

- Kavapyrones هي المكون الرئيسي ومنها:
- Kawain موجود بنسبة 2٪ في العقار الخام.
- Dihydrokawain موجود بنسبة 1٪.
- Methysticin موجود بنسبة 2٪.
- Dihydromethysticin موجود بنسبة 0.8٪.
- وهذه المركبات كلها عبارة عن بيروونات الفلفل المصطكي مجموعها حوالي 5-6٪.
- بالنسبة kawain هو أهمها.
- بالنسبة للنبات العشبي الجاف يجب أن يحتوي على ما لا يقل عن 3.5٪ من kavapyrones ليكون مقبول دستورياً تحسب على أساس الكاوثين.
- ولمعرفة هذه النسبة نلجأ لمعايرة مجمل البيروونات في العقار.





## التحليل والحرائك الدوائية:

التحليل الكمي لكل مكون موجود في العقار يتم باتباع طرق HPLC أو بواسطة electrokinetic chromatography.

على الرغم من أن انحلالية الـ kavapyrones منخفضة في الماء فإن kawain و dihydrokawain لاحظوا أنها تمتص سريعاً من الجهاز الهضمي.

لوحظ أن مستويات الـ kawain في الدماغ نفسها تقريباً في الدم في نفس الوقت.

لذلك ممكن أن نحلل الدم ونعرف منه عيار kawain ومنه نستطيع أن نعرف عياره في خلايا الدماغ.

Kavapyrones عمرها النصفى يتراوح ما بين 90 دقيقة إلى عدة ساعات وهذا يعني أنها تنطرح سريعاً من الجسم أي لا تتراكم في الجسم.

التوافر الحيوي لـ kavapyrones يعتمد بشكل رئيسي على شكل المستحضر الدوائي الذي يقدم به.

ويمكن أن يتغير من 1-10 أضعاف حسب المستحضر الموجود لدينا.

بالنسبة للببيرونات الأربعة الموجودة في هذا النبات كلها تؤثر مركزياً كمواد حالة لتشنج العضلات وكذلك لها تأثيرات مضادة للاختلاج.

بالنسبة للعقار يؤثر كواقى شديد للتسمم بالستركنين ويفضل في هذه الحالة على غيره من العديد من المستحضرات المضادة للستركنين أو يستخدم للوقاية من التسمم به.

بالنسبة لـ kawains و methysticins فهي تنقص من استثارية الجهاز الحوفي limbic system.

### ملاحظة

الجهاز الحوفي هو عبارة عن نظام معقد من الأعصاب والمشابك الموجودة في الدماغ والتي تتحكم بشكل رئيسي بالعواطف والانفعالات.



### الفعالية السريرية والعلاجية:

- ✓ بالنسبة للتأثيرات العلاجية الحالة للقلق يمكن إثباتها فقط عند أشخاص مصابين بالقلق أما الدراسات على الأصحاء لم يكن لها أي قيمة.
- ✓ المقياس الأساسي في الدراسات السريرية هي كانت هي التغيرات التي تحدث في المخطط الدماغى العصبى EEG وكذلك أيضاً الفحوصات الخاصة بالحالة النفسية الخاصة بالوظائف الفكرية والحركية.
- ✓ نتائج التغيرات التي حدثت في مخطط الدماغ العصبى وكذلك أيضاً الفحوصات النفسية أظهرت عدم وجود دليل على انخفاض في التيقظ أو الإدراك عند الأشخاص الذين أخذوا العقار حتى 14 يوم بجرعة 105 ملغ أو 210 ملغ أو 240 ملغ من kawapyrone يومياً.
- ✓ إن استعمال خلاصات الكافا لا تضعف القدرة على قيادة الشاحنات المتحركة.

### التأثيرات الجانبية والمخاطر:

- ✍ المرضى الذين تناولوا 105 ملغ يومياً من خلاصة الكافا المعيارية والتي تحتوي على 70% من kawapyrone لمدة 7 أسابيع لاحظوا وجود بعض الأعراض الجانبية من هذه الأعراض:
- ✦ مشاكل تتعلق بجهاز الهضم.
- ✦ مشاكل تتعلق بالتفاعلات التحسسية الجلدية.
- أي هناك مشاكل لكن بعد استخدام لمدة 7 أسابيع.
- ✍ الاستخدام المطول للكافا وخلاصاته يمكن أن تؤدي إلى تلون الجلد باللون الأصفر وكذلك أيضاً تلون أطراف الأصابع باللون الأصفر وفي حال ظهور هذه الأعراض التحسسية يوقف العلاج.
- ✍ لكن هذه الأعراض تحتاج لوقت طويل حتى تظهر وعند ظهورها يوقف المستحضر.
- ✍ حساسية جلدية يمكن أن تحدث في حالات نادرة.
- ✍ أيضاً نلاحظ ظهور توسع في حدقة العين.
- ✍ اضطرابات في المطابقة.
- ✍ سوء الاستخدام المزمن لمستحضرات الكافا ممكن أن يترافق مع بعض الأعراض السامة الأكثر أهمية وأكثر خطورة.
- ✍ لذلك هنالك فترة للعلاج وعند انتهاء فترة العلاج أو ظهور الأعراض الثانوية يوقف المستحضر.



### الوصف والجرعة الدوائية:

- أظهرت نتائج الدراسات السريرية على أن هذا المستحضر يمكن أن يعطى أو يوصف للحالات المتوسطة من القلق الناتجة عن أسباب مختلفة.
- إحدى الهيئات الأوربية (الألمانية) أوصت باستخدامه في حالات من القلق العصبي وفي حالات الشدة العصبية وفي حالات التهيج.
- الجرعة الدوائية من مستحضرات الكافا المستخدمة في الدراسات السريرية كانت تتراوح بين 60-210 ملغ من kavapyrones يوميا.
- يعطى عدة مرات في اليوم حسب الحالة .
- بالنسبة لمدة العلاج يجب ألا تزيد عن 3 أشهر خوفا من ظهور الأعراض الجانبية .
- مستحضرات الكافا هي عبارة عن بدائل نباتية للمستحضرات الصناعية المستخدمة كمركنات أو حالات للقلق وبشكل خاص البنزوديازيبينات.
- وبالتالي الأشخاص الذين لديهم خطورة على الحياة أو وضعهم الصحي لايسمح باستخدام البنزوديازيبين يمكن أن يستخدموا مستحضرات الكافا .
- أيضا الأشخاص الذين من الممكن أن يستخدموا البنزوديازيبين للانتحار يعطون الكافا لأنه لايسبب الوفاة .
- أيضا البنزوديازيبينات ممكن أن تظهر حالات من التعلق أو الادمان في الجرعة المستخدمة (ادمان نفسي أو فيزيائي ) أما بالنسبة للكافا فنلاحظ عدم ظهور هذه الأعراض .

### المنتجات الموجودة عالميا :

- ✓ في عام 1988 كان هناك 16 مستحضر من خلاصات الكافا في أوروبا .
- ✓ معظم هذه المستحضرات كانت تستخدم بجرعة واحدة يوميا أو بجرعتين يوميا وهذا كان كافيا فقط لتأمين المقدار الأدنى من الجرعة العلاجية.
- ✓ الفعاليات السريرية تم اثباتها و توثيقها باستخدام جرعات أكبر من ذلك .
- ✓ الجرعة المستخدمة في 1988 كمية المواد الدوائية الموجودة فيها قليلة بحيث أن الشخص حتى يغطي الجرعة الدنيا كان يحتاج جرعة واحدة أو جرعتين ، أما الجرعة العلاجية فهي أكبر من ذلك أي يمكن أن نحتاج 5-6 جرعات من المستحضر حتى نحصل على الجرعة العلاجية الكافية .





## حشيشة الدينار والمليسة الدستورية وزهرة الألام والخزامى

- ♥ هذه النباتات تستطب في حالات تسمى عدم الارتياح واضطرابات النوم.
- ♥ المستحضر الذي يحتوي على مادة عشبية واحدة غير متوافر لأجل هذه الاستطبانات أي دائماً نلاحظ مجموعة هذه الأعشاب مع بعضها لعلاج هذه الأعراض وليس مادة عشبية واحدة.
- ♥ هذه النباتات وخصائصها توجد كمكون من مجموعة مكونات في العديد من المنتجات المركبة المستخدمة لحالات عدم الارتياح وعدم النوم.

### حشيشة الدينار

#### مقدمة:

- القسم المستخدم مخاريط حشيشة الدينار والأوبار المفروزة في حشيشة الدينار.
- حشيشة الدينار تستخدم بشكل تقليدي كمادة مقوية مدرة ومادة مرة عطرية فهي مقوية معدية تؤدي إلى زيادة الإفرازات الهضمية، لا تعتبر من المقويات الغنية بالمعادن والفيتامينات.
- مخاريط الدينار هي عبارة عن الأزهار المؤنثة للنبات المزروع من نبات حشيشة الدينار والذي اسمه اللاتيني (Humulus lupulus).
- حشيشة الدينار نبات عشبي متسلق الأوراق مفصصة الأزهار مميزة على شكل مخروطي بلون ضارب للأصفر كأنها مخاريط إلى حد ما تشبه الصنوبر لكنها شفافة وليست مثل الصنوبريات متخشبة حيث أن الأزهار المفروزة غنية بالمواد الراتنجية التي تعتبر من المكونات الفعالة في حشيشة الدينار.

#### الاستخدام:

تستخدم كمادة مهدئة وهذا قد ظهر في الفترة الأخيرة أما سابقاً كان يستخدم كمقوي ومدرة وكما مادة عطرية مرة إضافة إلى أنها تدخل في بعض المشروبات الكحولية والبيرة بغرض زيادة الشهية.



### المكونات الرئيسية:

- ✓ تحتوي على مواد مرة الطعم منها: humulone and lupulone.
- ✓ هذه المواد تتحد لتشكل راتنج الدينار وهذا الراتنج موجود بتركيز يصل إلى 15-30% في المخاريط وتصل إلى 50-80% في غدد الدينار المفروزة وبشكل خاص مادة lupulin.
- ✓ أيضاً المخاريط تحتوي على نسبة 1% زيت طيار كذلك تحتوي أيضاً حوالي 4% من التانينات.
- ✓ العقار المستخدم هو المادة العشبية الطازجة (وليس المجففة) لأن المكونات الفعالة تكون موجودة بأعلى تركيز فيها.
- ✓ المكونات المرة الموجودة في العقار تتحطم جزئياً وبسرعة خلال عملية الحفظ وبالتالي ينخفض تركيزها إلى حوالي 50-70% من مقدارها الأصلي خلال ستة أشهر من عملية التخزين.
- ✓ التجارب أظهرت على أن 250 ملغ من مركز الدينار المحب للدسم الذي أعطي لمدة 5 أيام أظهر على أنه لا يؤدي إلى إحداث النوم بمعنى أن الشخص عندما يكون غير متعب لا يريد النوم لا يجعله ينام.

### المخاطر والسمية:

- ✗ لم يلاحظ أن هناك مخاطر أو سمية تتعلق أو تترافق مع تناول منتجات الدينار.
- الجرعة المميته لنصف حيوانات التجربة (للجرذان) فموياً لخلاصة الدينار (أو للمادة الرئيسية الموجودة والتي هي lupulones) هي 500-3500 ملغ/كغ وهذه الجرعة مرتفعة وبالتالي يمكن القول أن الجرعة المميته لنصف حيوانات التجربة مرتفعة جداً وبالتالي الجرعة المميته للإنسان أكيد ستكون عالية.
- ✗ حالات عدم الارتياح الناتجة عن القلق والأرق واضطرابات النوم من الاستطبابات الرئيسية لاستعمال حشيشة الدينار.
- ✗ الجرعة الموصى بها هي حوالي نصف غرام من المادة العشبية الجافة أو ما يكافئها من الخلاصة المحضرة من الدينار التي هي حوالي 15% وفق المستحضر المتوافر ويؤخذ مرة واحدة لعدة مرات يومياً لعلاج القلق واضطرابات النوم وغيرها.



## أوراق نبات المليسة الدستورية

### مقدمة:

- المليسة الدستورية تختلف عن المليسة التي نعرفها، أوراقها تشبه قليلاً أوراق النعناع أي بيضاوية مسننة قليلاً أما المليسة العادية أوراقها لسينية كاملة غير مسننة، رائحة المليسة الدستورية ليمونية عندما تكون طازجة (غير مجففة) وأكثر من المليسة العادية.
- العقار هو عبارة عن الأوراق المجففة أي أن القسم المستخدم هو الأوراق مثل المليسة العادية.
- الاسم اللاتيني: *Melissa officinalis*.
- الفصيلة الشفوية، بينما المليسة العادية من الفصيلة التربينية.
- الفصيلة التربينية: فصيلة مشتقة من الفصيلة الشفوية ويوجد علاقة بين المليسة الدستورية والمليسة المستخدمة عندنا لكنها ليست علاقة كبيرة.
- الأوراق متقابلة والساق تنطبق مواصفاتها مع مواصفات نباتات الفصيلة الشفوية.

### المكونات الرئيسية:

- ❖ أوراق المليسة الدستورية تحتوي على 0.05٪ زيت طيار وهذا الزيت الطيار يحتوي على مكونات أحادييات التربين التي هي citronellal, geranial, and neral إضافة إلى مركبات فينولية وأحماض كربوكسيلية وفيها أيضاً 4٪ rosemarinic acid وهو أيضاً عبارة عن حمض عطري.
- ❖ المليسة الدستورية يمكن أن يستخدم منها زيتها وهذا الزيت يتم إنتاجه بطريقة التقطير بالجرف ببخار الماء من الأجزاء الغضة أو من الأجزاء المجففة كما هو الحال في المليسة العادية.





### الاستخدام والجرعة:

- ❖ الأوراق توصف وتستطب لاستخدامها في معالجة الأرق العصبي وكذلك أيضاً المشاكل الهضمية الوظيفية العصبية المنشأ.
- ❖ الجرعة الموصى بها 1.5-4.5 غ من المادة العشبية الجافة وهذا إذا كانت المادة دستورية أما إذا لم تكن دستورية ومخزنة لفترة طويلة نرفع الجرعة.

## أزهار حشيشة الآلام

### مقدمة:

- اسمها حشيشة الآلام ولها دور في التسكين خاصة الآلام العصبية والنفسية.
- يستخدم من هذا النبات الأجزاء الهوائية المجففة.
- الاسم اللاتيني: *passiflora incarnate*.
- نبات زاحف أو متسلق يشبه نبات العنب.
- زهرة الآلام نبات موجود في سورية والأزهار مميزة ذات لون نهدي من أطرافها وتسمى زهرة الساعة.

### المكونات الرئيسية الموجودة:

يحتوي على فلافونويدات وكومارينات و أومبليفيرون *umbeliferone*.

### الاستخدام والجرعة:

- وجدوا أن الخلاصات تؤدي إلى إنقاص الفعاليات الحركية العفوية (مثل شخص وهو جالس يهز).
- زهرة الآلام توصف دستورياً في حالات عدم الارتياح العصبي.
- الجرعة المتوسطة من 4-8 غ من المادة العشبية الجافة أو ما يكافئها من مستحضرات حشيشة الآلام الأخرى.





## الخزامى

### مقدمة:

- موجود في سورية.
- يستخدم منها الأزهار المجففة.
- الاسم اللاتيني: *Lavandula angustifolia* (دستورية).
- موجود في أوروبا في السهول بشكل واسع خاصة فرنسا واسبانيا.

### ملاحظة

في بعض المناطق انتشر الطاعون لفترة من الزمن ولكن توقف عند مدينة ولم ينتشر بها وقد كانت مشهورة بزراعة الخزامى فأصبح الأطباء في ذلك الحين يعالجون المرضى المصابين بالطاعون بمنقوع الخزامى.

### المكونات الرئيسية:

- ✓ أزهار الخزامى تحتوي على ما لا يقل عن 1.5% زيت طيار وهذا الزيت الطيار يحتوي في مكوناته: *linalyle acetate, linalool, camphor, B-ocimene and cineole* وحوالي 12% من التانينات.
- ✓ كما تحتوي على زيت طيار الذي ينتج من الرؤوس المزهرة الغضة الطازجة بعملية التقطير بالجرف ببخار الماء.
- ✓ التأثيرات المهدئة والحالة للتشنج بالنسبة للخزامى الدستورية ولزيت الخزامى وثقت بشكل أكبر من تأثيرات كل من الدينار والمليسة وأنواع الخزامى الأخرى.



### ملاحظة

يستخدم أحياناً الزيت الطيار لدهن البطن في حال ألمه فيسكنه.  
ويستخدم مع زيت النارج دهناً على البطن لتسكين ألم الكولون المتهيج والذي يكون منشؤه عصبي.  
فإذا كان سبب الألم قرحة واستخدمناه فسوف تستمر ويزيد حتى يموت الشخص بنزيف هضمي لأنه أخذ مهدئات في حالة لا يجب أن يؤخذ مهدئات.

### الاستخدامات الدستورية:

- توصف وتستخدم في حالات عدم الارتياح.
- صعوبة الدخول في النوم يعطى بشكل تبخيرة أو عطر .
- يؤخذ منقوع الخزامى في حالات مشاكل الجهاز الهضمي العلوية الوظيفية وقد أثبتت الدراسات الحديثة أنه مفيد في حالات الكولون المتهيج.

### الجرعة وكيفية الاستخدام:

- ❖ يستخدم على شكل شراب أو على شكل شاي ويؤخذ ملعقة إلى ملعقتين من الشاي (الأجزاء الهوائية أوراق الخزامى الجافة) وتضاف إلى كأس ماء حوالي 250 سم<sup>3</sup> أو حوالي بضع قطرات من زيت الخزامى يعني حوالي 80 ملغ ويؤخذ ويضاف لكأس الماء ويحلى بمادة محلية.
- ❖ يمكن أن يستخدم خارجياً في الحمامات (حمامات الاسترخاء) الخلاصة المحضرة من 100 غ من الأوراق المجففة الموضوعة في 2 لتر ماء حيث يساهم الماء الحار في استخلاص المكونات المهدئة.

