



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي
خَلَقَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ
وَالَّذِي يُضَوِّبُ الْمَوْتَى
إِنَّ رَبَّهُ لَسَمِيعٌ عَلِيمٌ



Dyspepsia

مروری بر داروهای گیاهی موثر بر سوءهاضمه



دکتر محمود بابائیان

MD/ Ph.D

متخصص طب ایرانی

گروه طب ایرانی، دانشکده پزشکی، اصفهان، ایران

روش برخورد با بیماران مبتلا به سوءهاضمه



تقریباً حدود ۲۵ درصد جامعه در هر سال گرفتار می شوند.

اکثراً حدود ۶۰ درصد عملکردی است.



تعریف بر اساس معیارهای رم ۳



- وجود یک یا بیشتر از علائم زیر:
 ۱. احساس پری بعد از غذا (Postprandial fullness)
 ۲. احساس سیری زودرس (Early satiation)
 ۳. درد یا سوزش سر دل (Epigastric pain or burning)
- علائم حمایتی مانند سوزش پشت جناغ (Heartburn is the point of controversy)، نفخ، آروغ و تهوع

سبب شناسی



Diagnosis

Functional dyspepsia (up to 60 percent)

Dyspepsia caused by structural or biochemical disease

Peptic ulcer disease

Gastroesophageal reflux disease (GERD)

Biliary pain

Chronic abdominal wall pain

Gastric or esophageal cancer

Gastroparesis

Pancreatitis

Carbohydrate malabsorption

Medications (including potassium supplements, digitalis, iron, theophylline, oral antibiotics [especially ampicillin and erythromycin], NSAIDs, corticosteroids, niacin, gemfibrozil, narcotics, colchicine, quinidine, estrogens, levodopa)

Infiltrative diseases of the stomach (eg, Crohn's disease sarcoidosis)

Metabolic disturbances (hypercalcemia, hyperkalemia)

Hepatoma

Ischemic bowel disease

Systemic disorders (diabetes mellitus, thyroid and parathyroid disorders, connective tissue disease)

Intestinal parasites (Giardia, Strongyloides)

Abdominal cancer, especially pancreatic cancer

علايم خطر



- Unintended weight loss ●
- Persistent vomiting ●
- Progressive dysphagia ●
- Odynophagia ●
- unexplained anemia or iron deficiency ●
- Hematemesis ●
- Palpable abdominal mass or lymphadenopathy ●
- Family history of upper gastrointestinal cancer ●
- Previous gastric surgery ●
- Jaundice ●



اختلالات هضمی از منظر طب سنتی ایران

Dyspepsia

Causes

Risk factors

Signs & Symptoms

Management

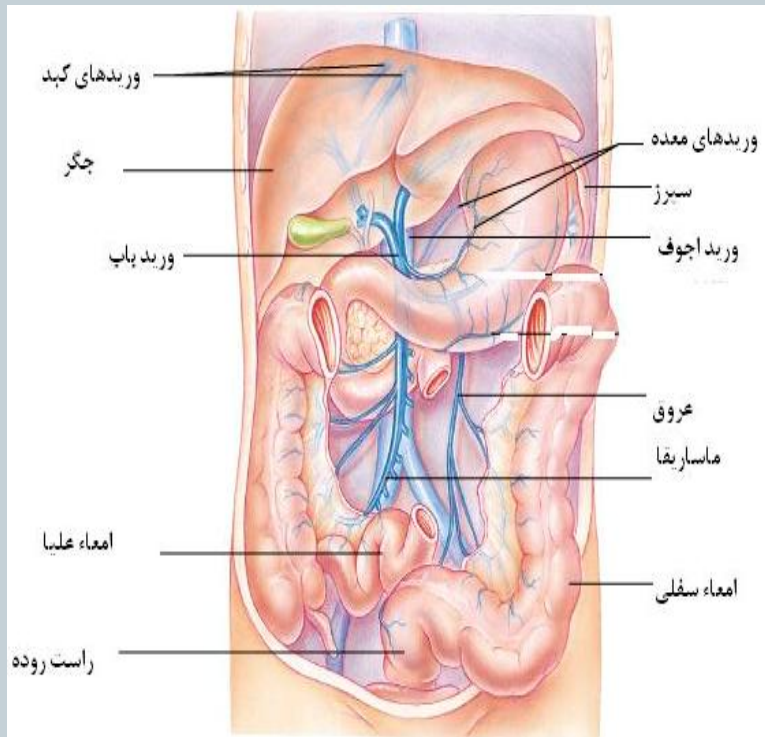
Screening & Diagnosis

The infographic is titled "Dyspepsia" and is divided into several sections. At the top, it defines dyspepsia as a common condition characterized by upper abdominal pain or discomfort, often associated with a feeling of fullness, bloating, and belching. The "Causes" section lists factors like stress, anxiety, and certain foods. "Risk factors" include smoking, alcohol, and NSAID use. "Signs & Symptoms" include epigastric pain, bloating, and early satiety. "Management" covers lifestyle changes and medications. "Screening & Diagnosis" discusses the importance of ruling out organic causes. The infographic includes anatomical diagrams of the stomach and digestive tract, as well as illustrations of people experiencing symptoms and eating/drinking.

معده خانه هر دردی است و پرهیز، دوای هر دردی می باشد.

اهمیت بیماری های گوارشی مانند اختلالات هضم در متون طب سنتی ایران

۹



عضو معده در دیدگاه طب سنتی ایران



- تشبیه به حوض
- عضو شریف و حوض بدن، عضو مشارک، خزانه مشترک، خزانه غذا
- برخی از حکما آن را از اعضاء رئیسه برشمرده‌اند.
- عملکرد صحیح معده منجر به تولید اخلاط سالم شده و در نتیجه سلامت مزاج و سلامت اعضاء بدن به همراه دارد.

وابستگی سلامت بدن به سلامت آن

تعریف ضعف هضم و سوء هضم

ضعف هضم

○ به مدّت طولانی غذا در معده باقی می ماند که موجب علایم احساس سنگینی سردل و آروغ مداوم می گردد.

سوء هضم (ام الامراض و ام الاسقام)

- یک مرحله بعد از ضعف هضم می باشد، تغییری در غذا ایجاد می شود که موجب تولید مواد غیر طبیعی و نامرغوب می گردد.
- خطر بیماری هایی مانند بیماری های کبدی، سرطان، بیماری های مغزی و پوستی

علائم ضعف هضم

۱۲

• احساس سنگینی در معده با مصرف غذا کمتر از حد عادت فرد

• احساس کشیدگی در معده

• آروغ همراه با احساس بوی غذا



علائم سوء هضم

۱۳



- حالت غثیان و تهوع قبل و بعد از غذا
- مدفوع غیر طبیعی و بدبو
- آروغ با بوی نامطبوع و غیر طبیعی،
- احساس کشش در ناحیه چپ شکم زیر قفسه سینه
- احساس سوزش در معده،
- نفخ





نکته مهم در تعاریف

۱۴

در بخش تعریف انواع اختلالات هضمی:

- از منظر طب ایرانی: به ماهیت بیماری پرداخته می شود و توجه به عادات قبلی بیمار و عملکرد هضم معده می شود.
- در صورتی که در دیدگاه مطالعات نوین سوءهاضمه شکایت آزاردهنده ایی است که در تعریف خود شکایت های مختلف بیمار مانند احساس سیری زودرس، درد و سوزش معده ... را مطرح می کند.

علل سوءهاضمه از منظر طب ایرانی

۱۵

□ خارج بدنی:

- علل تغذیه ای
- سایر عوامل سبک زندگی

□ داخل بدنی:

- علل معدی
- علل داخل شکمی غیر معدی
- علل متفرقه

علل تغذیه ایی سوءهاضمه از منظر طب ایرانی

۱۶

مطالعات نوین

حساسیت های غذایی، عدم تحمل چربی ها و غذاهای سریع تخمیر شونده مانند هندوانه و ...

طب سنتی

عوامل غذایی مانند پرخوری و بر هم خوری، مصرف نان با کیفیت نامناسب، نوشیدن آب نامناسب و مصرف خوراکی هایی مانند آلو بخارا و شورباهای چرب...

سایر عوامل سبک زندگی

۱۷

مطالعات نوین

آلودگی هوا، افسردگی و اضطراب شدید، اختلالات خواب، یبوست و خونریزی های غیرطبیعی و آنمی ...

طب سنتی

عدم توجه به جنبه های مختلف سبک زندگی مانند هوای ناسالم، حالات روحی روانی، خواب و بیداری، فعالیت های شدید ورزشی بعد از غذا، حفظ مواد ضروری و دفع مواد زائد، ...

علل معدی سوءهاضمه از منظر طب ایرانی

۱۸

مطالعات نوین

گاستریت، زخم پپتیک،
سرطان های معده، ...

طب سنتی

اورام، زخم های ساده و چرکی
معدده، بیماری های سوءمزاجی
معدده (شایعترین حالت
سوءمزاج سرد و تر)، کوچکی
عارضی معدده، سفتی و جسائت
معدده، ...

علل داخل شکمی غیر معدی سوءهاضمه از منظر طب ایرانی

۱۹

مطالعات نوین

تغییرات و اختلالات دیواره شکمی در علل سوءهاضمه مشاهده نمی شود. انواع اختلال التهابی صفراوی، کبد چرب الکلی و غیرالکلی، سلپاک، عدم تحمل لاکتوز و بیماری های انگلی و التهابی گوارشی...

طب سنتی

اختلالات لایه های مختلف پوشاننده شکمی، ورم مری، بیماری های مختلف کبدی، صفراوی، امعایی، طحالی، کلیوی و رحمی، ...

علل متفرقه سوءهاضمه از منظر طب ایرانی

۲۰

مطالعات نوین

عوامل ژنتیکی، افزایش شاخص توده بدنی، سنین میانسالی و سالمندی و برگشت صفرا، مصرف داروهایی مانند الکل، آسپیرین، داروهای ضدالتهابی غیر استروئیدی و ...

طب سنتی

عوامل زمینه ایی نظیر چاقی، جنس مونث و کهولت سن، بیماری های خلقتی مانند کوچکی معده و ورود صفرا به معده از طریق منفذ غیرطبیعی، بیماری های مغزی و قلبی عروقی، عوامل دارویی و قصور پزشکی

نکته مهم در سبب شناسی



۲۱

- در بررسی علل متعدد سوءهاضمه از دو دیدگاه طب ایرانی و مطالعات نوین مشخص شد:
- بسیاری از علل و اشکال آسیب شناسی اختلال سوءهاضمه عضوی و عملکردی با بیانی دیگر در منابع طب سنتی اشاره شده است.
- از دیدگاه طب ایرانی عوامل دخیل در سوءهاضمه را می توان به صورت عوامل با قابلیت آسیب رسانی و عوامل دائمی آسیب رسان تقسیم بندی نمود.

مدیریت سوءهاضمه در طب ایرانی

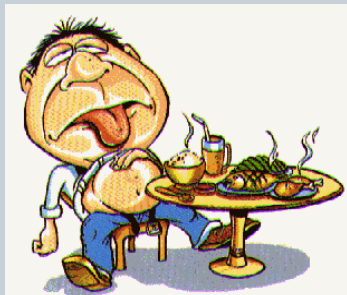
۲۲

- قدم نخست: تدابیر سبک زندگی انسان
 - شش اصل ضروری (سته ضروریه) بویژه تدابیر غذایی و ...
- قدم دوّم: درمان دارویی با گیاهان دارویی ساده و مرکب
 - پاکسازی، تبدیل مزاج و سپس تقویت معده
- قدم سوّم: اعمال یداوی
 - بسته به علت انواع ماساژهای شکمی، دست و پا، ورزش های خاص، استفاده از بادکش ها ...

تدابیر غذایی: مدیریت خوردنی ها و آشامیدنی ها

۲۳

سه امر مهم در دو جنبه پیشگیری و درمان



- مقدار غذا و نوشیدنی مصرفی



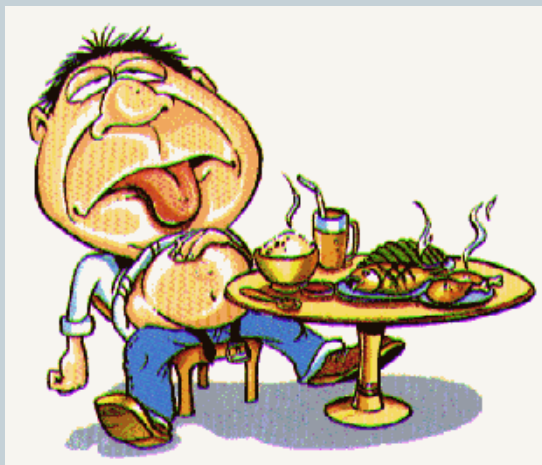
- نوع غذای و نوشیدنی مصرفی



- نحوه غذا خوردن و نوشیدن

مقدار غذا و نوشیدنی مصرفی

۲۴



- توصیه به پرهیز مهمترین اصل است.

- با توجه شرایط و قوت بیمار مورد

بنابراین مهمترین نکات در پیشگیری:

- پرهیز از پرخوری

- استفاده از وعده های کوچک

- عدم مصرف آب زیاد در بین غذا

نوع غذای و نوشیدنی مصرفی

- کیفیت و نوع غذاهای مصرفی توام در یک زمان با توجه به مزاج بیماری و مزاج معده
- تاکید بر مصرف غذاهای اصلی: نان گندم خوب پخته شده، برنج خوشبوی ایرانی...
- پرهیز از غذاهای دارویی و یا داروهای غذایی در حالت سلامتی، مگر در صورت لزوم و نیاز...
- تاکید بر مزاج بیماری: شیوع بیشتر مزاج های سرد و تر معده...
- در موارد ضعف شدید معده: مصرف غذاهای سریع هضم (مانند تخم مرغ آب پز عسلی ...)
- پرهیز از مصرف غذاهای با هضم سخت (غذاهای چرب) و با احتمال تولید اخلاط مضر مانند فست فودها ...
- پرهیز از مصرف همزمان چند نوع ماده غذایی که از نظر مدت زمان هضم، متفاوت باشند.

نوع غذای و نوشیدنی مصرفی

۲۶

- پرهیز از غذاهای حاوی ادویه جات و فلفل زیاد (غذاهای تند و تیز محرک معده).
- پرهیز از غذاهای نفّاخ و مولد گاز (مانند حبوبات و شیر) در معده های مستعد.
- پرهیز از تناول غذاهای بدبو، بد شکل، بدطعم و بیمزه.
- پرهیز از مصرف زیاد مواد غذایی ترش مزه مانند لواشک ...
- پرهیز از مصرف نان های فطیر، حاوی جوش شیرین، نان شور و نان سفید بدون سبوس.
- پرهیز از نوشیدن آب بسیار سرد، شرب زیاد آب نیم گرم و بسیار گرم.
- پرهیز از شرب آب توام با میوه های تر مانند خربزه.

نوع غذای و نوشیدنی مصرفی

- توصیه به مصرف مقداری آب خنک جهت مزاج بسیار گرم و جوانان بخصوص افراد دارای علامت اشتهای کم به دلیل مزاج گرم معده.
- پرهیز از مخلوط کردن آب های مختلف با زمان هضم متفاوت
- پرهیز از مخلوط کردن یخ با آب مصرفی
- پرهیز از مصرف آب های راکد و بیشه زارها.
- کاهش مصرف کافئین در مطالعات جدید
- کاهش مصرف چای (کمتر از ۴ فنجان در روز) و حتی الامکان اجتناب از مصرف چای بلافاصله پس از غذا.
- کاهش مصرف قهوه یا پرهیز از آن.
- اجتناب از مصرف مشروبات الکلی و داروها که از عوامل تشدید کننده سوء هاضمه در مطالعات جدید

نحوه غذا خوردن و نوشیدن

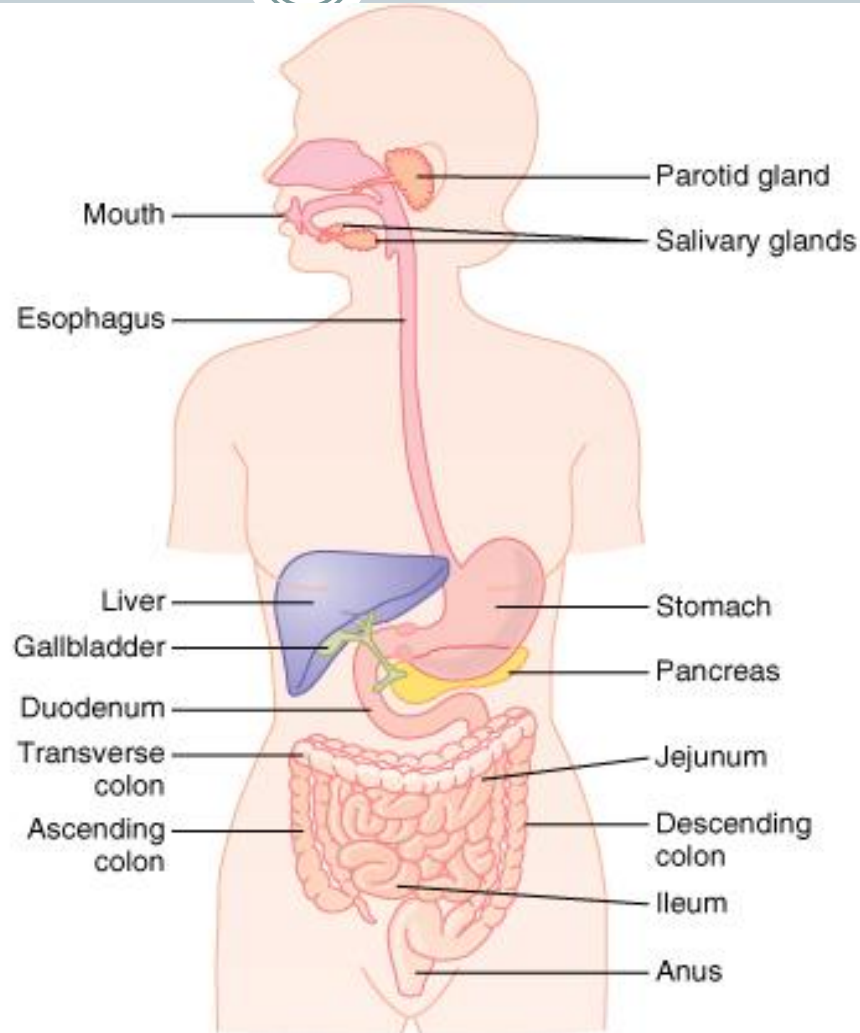
توجه به نحوه مصرف غذا و توجه به زمان های تناول غذا
با توجه به حالات مختلف انسان

- پرهیز از رو هم خواری و توجه به این موضوع که مصرف غذا بعد از هضم و تخلیه معده از غذای قبلی صورت گیرد.
- پرهیز از تناول غذا در هنگام سیری و نبود اشتها
- کاهش سرعت غذا خوردن و خوب جویدن غذا
- منظم نمودن برنامه غذایی در تحقیقات جدید
- پرهیز از نوشیدن آب خالص در صبح ناشتا
- پرهیز از نوشیدن آب همراه با هوا

سایر عوامل سبک زندگی

- حالات روحی روانی: اضطراب، غضب شدید، ترس و هیجانات شدید دیگر ...
- مدیریت صحیح خواب و بیداری: مقدار خواب، محل خوابیدن و نحوه خوابیدن ... سهر (بیداری مفراط) موجب کاهش رطوبات بدن، عوارض شدید روحی روانی و کاهش هضم غذا...
- حرکت و سکون بدنی: ورزش و خالی و پر بودن معده، توجه به ورزش های مناسب پیشگیری کننده از افزایش وزن ...
- آب و هوا: هوای بسیار گرم یا سرد، آلودگی هوا، رایحه درمانی و ترک مصرف دخانیات...
- حفظ مواد ضروری (احتباس) و دفع مواد زائد بدن (استفراغ): بهداشت و آداب زناشویی، رفع یبوست و عدم تجویز مسهلات قوی، منع خونگیری شدید و رژیم های لاغرکننده شدید...
- نکته مهم: در صورت عدم دفع مناسب مواد زائد خطر ایجاد گاز، سنگینی اعضا، تعفن مواد محتبس شده ... وجود دارد و در صورت عدم حفظ مواد ضروری خطر ضعف قواهای مختلف وجود دارد.

فرآورده های گیاهی موثر بر دستگاه گوارش



درمان علایم مختلف اختلالات هضم با گیاهان دارویی



Iran Red Crescent Med J. 2015 November; 17(11): e20741.

doi: 10.5812/ircmj.20741

Published online 2015 November 7.

Review Article

Herbal Remedies for Functional Dyspepsia and Traditional Iranian Medicine Perspective

Mahmoud Babaeian,¹ Mohsen Naseri,^{2,*} Mohammad Kamalinejad,³ Farzaneh Ghaffari,⁴ Fatemeh Emadi,² Awat Feizi,⁵ Nafiseh Hosseini Yekta,¹ and Peyman Adibi⁶

¹Department of Iranian Traditional Medicine, Faculty of Medicine, Shahed University, Tehran, IR Iran

²Traditional Medicine Clinical Trial Research Center, Shahed University, Tehran, IR Iran

³Department of Pharmacognosy, School of Pharmacy, Shahid Beheshti University of Medical Sciences, Tehran, IR Iran

⁴Department of History of Medicine, School of Traditional Medicine, Shahid Beheshti University of Medical Sciences, Tehran, IR Iran

⁵Department of Biostatistics and Epidemiology, School of Health, Isfahan University Medical, Isfahan, IR Iran

⁶Integrative Functional Gastroenterology Research Center, Isfahan University of Medical Sciences, Isfahan, IR Iran

*Corresponding Author: Mohsen Naseri, Traditional Medicine Clinical Trial Research Center, Shahed University, Tehran, IR Iran. Tel/Fax: +98-2166464320, E-mail: naseri@shahed.ac.ir

Received 2014 May 31; Revised 2014 July 14; Accepted 2014 August 10.

مقاله مروری: گیاهان دارویی موثر بر هضم، نفخ، تهوع و اشتها و داروهای مقوی معده

مکانیسم های مختلف: ضد افدگی و حالات روحی روانی (بادرنجبویه)، گرمابخشی (زنجبیل)، ضدنفخ

و ضد درد (نعناع)، تقویت کنندگی و قابضیت (مصطکی)...

داروهای مقوی معده



،*Shâhesparam* ،*Râsen* ،*Kâsni* ،*Afsantin* ،*Mastaki* ،
،*Amole* ،*Hâleleh* ،*Bale – leh* ،*Bâdranjbuye* ،*Zereshk*
،*Hâsha* ،*Tokhm-e marv* ،*Rehân* ،*NaAna* ،*Pune*
Gol ،*Golabe* ،*Beh* ،*Rivâs* ،*Tabâshir* ،،*Murd* ،*Darchin*
،*Zire – siyâh* ،*Chây- e khotae* ، *Baling*،- e –*sorkh*
Hel – e – ،*Angor* ،*Anisun* *Tokhm-e jafari* ،*Jazar*
Zanjebil ،*Hel sabz* ،*Zorombad* ،*Khulanjan* ،*siyâh*

داروهای مقوی معده: پاکسازی عضو از مواد زائد، افزایش توانایی
عضو در عدم پذیرش مجدد مواد زائد

گروه سوءهاضمه



➤ فرآورده های با محوریت شوید

➤ فرآورده های با محوریت نعاء

➤ فرآورده های با محوریت بابونه



گروه سوءهاضمه فرآورده های با محوریت شوید



فرآورده های با محوریت شوید				
ردیف	اسم فرآورده	شرکت تولیدی	شکل دارویی	دستور مصرف
۱	گل گریپ	گل دارو	شریت	نوزادان زیر یک ماه روزی چند بار یک میلی لیتر ۱ تا ۶ ماه: یک قاشق مرباخوری ۶ تا ۱۲ ماه: ۲ قاشق مرباخوری بالاتر از ۲ سال: ۳ قاشق مرباخوری شوید با بی کرینات سدیم
۲	گریپ واتر	دینه	شریت	روزی ۴ تا ۶ بار دو و نیم سی سی در نوزادان، ۵ سی سی در کودکان، ۱۰ سی سی در بزرگسالان شوید با زیره سیاه و الکل و شیرین کننده های مصنوعی
۳	کید کولیک	شیمی دارویی امین	قطره	نوزادان زیر شش ماه: روزی ۴ بار هر بار ۵-۱۰ قطره ۱۵ دقیقه قبل از غذا کودکان ۶ تا ۱۲ ماه: روزی ۴ بار هر بار ۱۰-۲۰ قطره ۱۵ دقیقه قبل از غذا بالای یک سال: روزی ۴ بار هر بار ۲۰ قطره ۱۵ دقیقه قبل از غذا شوید با دایمتیکون و اسانس رازیانه



گروه سوءهاضمه فرآورده های با محوریت نعناع



انواع ساده

- قطره خوراکی و کپسول سوپر مینت باریج اسانس
- قرص جویدنی مکیدنی متا دینه



انواع ترکیبی

- کپسول کربوگل دینه
- پودر کارمیناتیف دینه
- قطره کارمینت پور سینا
- شربت کاروای میکسچر ایران داروک
- قطره گاسترولان گل دارو



گروه سوءهاضمه

فرآورده های با محوریت بابونه

- قطره کامیلا سین پورسینا: بابونه - بومادران
- شربت رکولیک نو تک فاز: بابونه آلمانی - انیسون و عسل
- گاستردین: شیرین بیان - بومادران - بابونه شیرازی
- قطره گاسترو لان: رازیانه - بابونه - نعنا



درمان علایم مختلف اختلالات هضم با گیاهان دارویی



درمان علایم مختلف اختلالات هضم با گیاهان دارویی



موفقیت
هرگز پایان
نمی پذیرد!!!



Thank you!
Jim

