

به نام خدا

تداخلات و عوارض داروهای گیاهی رایج ایران

مقدمه

امروزه توجه به گیاهان دارویی که بخش عمده ای از فرآورده های طب سنتی ایران را تشکیل می دهد و استفاده فراوانی بین مردم دارد، از اهمیت ویژه ای برخوردار است. گیاهان دارویی و گیاه درمانی ریشه در اعماق تاریخ دارد و از دیرباز مورد توجه انسانها بوده است. در بسیاری از کشورها استفاده از گیاهان برای درمان بیماری های مختلف به صورت یک فرهنگ در آمده است. از سوی دیگر قسمت اعظم داروهای رایج که در پزشکی امروز مورد استفاده است و در کارخانجات ساخت دارو فرآوری و تولید می شود، مستقیم یا غیر مستقیم از گیاهان به دست می آید. اما باید توجه داشت که مصرف بی رویه داروهای گیاهی و گیاهان دارویی به تنهایی یا همراه با داروهای رایج در داروخانه ها، می تواند عوارض ناخواسته و خطرناکی داشته باشد.

متأسفانه مردم طبیعی بودن دارو را دلیل بر بی ضرر بودن آن می دانند. بازگشت بسوی طبیعت و استفاده از گیاهان دارویی در حالی شدت یافته که مردم به علت مصرف خودسرانه با عوارض مختلفی مواجه شده اند.

در بسیاری از موارد بحث عدم دریافت پاسخ مناسب از فرآورده های گیاهی، باعث شده که مصرف افراد نسبت به این داروها دوچندان شود. یکی از نکات مهم در مصرف داروهای گیاهی و گیاهان دارویی کندی اثر آنهاست. بسیاری از گیاهان برای پاسخ درمانی، نیاز به مصرف طولانی دارند و در این مدت زمان مصرف طولانی، عوارض آنها به مرور پدیدار خواهد شد. عوارض ناشی از مصرف گیاهان دارویی در اطفال بیشتر می باشد و حتماً باید مطابق با دستور العمل های موجود در کتب مرتبط و تحت نظر پزشک مصرف شوند.

استفاده از دوز بالای گیاهان دارویی نیز اشتباهی بزرگ است که می تواند باعث مسمومیت های دارویی و مشکلات متعاقب شود. استفاده از گیاهان دارویی جهت درمان و کنترل عوارض برخی از بیماریها همچون سرماخوردگی، سردردهای ساده و مشکلات گوارشی مشخص شده، می تواند سودمند باشد اما در درمان برخی از بیماریها همچون دیابت، فشار خون و حتی برخی سرطانها نباید تنها به داروهای گیاهی اتکا کرد بلکه به عنوان داروی کمکی از آنها استفاده شود. زیرا عدم درمان صحیح و غافل شدن از بیماری می تواند عوارض جبران ناپذیری را برای بیمار بوجود آورد.

با توجه به اینکه سلامت مصرف و اثر بخشی بسیاری از گیاهان دارویی در بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است، لذا از مصرف و تجویز خودسرانه این داروها برای خود و دیگران اجتناب کنید. همچنین دوز مصرفی گیاهان دارویی در افراد مسن و کودکان نسبت به دیگر افراد و بالغین متفاوت بوده و احتیاج به بازنگری اندیشمندانه دارد.

به طور کلی در مصرف دارو های گیاهی به اصول زیر باید نگاه ویژه داشت و در شرایط ذکر شده در ذیل، قبل از مصرف دارو های گیاهی با پزشک یا داروساز مشورت نمود:

۱- اگر داروی خاصی استفاده میکنید: زیرا دارو های گیاهی ممکن است با داروهای شیمیایی (خصوصا داروهای ضد صرع، داروهای قلبی و کاهنده فشار خون، داروهای آرام بخش و خواب آور، داروهای هورمونی و ضد بارداری ها، تضعیف کننده های سیستم ایمنی، داروهای ضد دیابت، دارو های ضد انعقاد خون، دارو های آسم و آلرژی، ضد افسردگی ها و آنتی بیوتیک ها) تداخل داشته باشند و باعث تشدید یا تضعیف اثرات و یا عوارض جانبی آن ها در بدن شوند.

۲- اگر بیماری خاصی دارید: زیرا دارو های گیاهی ممکن است باعث تغییر برخی حالات مانند فشار خون، قند خون، عملکرد سیستم ایمنی و... در بدن شوند.

۳- اگر قصد مصرف چند داروی گیاهی را دارید: زیرا داروهای گیاهی علاوه بر تداخل با داروهای شیمیایی با داروهای گیاهی نیز ممکن است تداخلاتی داشته باشند.

۴- اگر عمل جراحی در پیش دارید: زیرا برخی از داروهای گیاهی باعث تغییر در روند های انعقاد خون میشوند.

۵- اگر باردار یا شیرده هستید: زیرا سلامت مصرف و اثر بخشی بسیاری از گیاهان دارویی در بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است و همچنین بسیاری از آن ها در شیر مادر ترشح میشوند.

۶- اگر با مصرف داروهای گیاهی دچار عوارض شده اید: زیرا طبیعی بودن به معنی بی ضرر بودن نیست و دارو های گیاهی نیز دارای عوارض دارویی هستند و یا میتوانند باعث ایجاد آلرژی در شما شوند. همچنین مصرف دارو های گیاهی بیش از حد مجاز نیز ممکن است باعث ایجاد مسمویت های شدید و خطرناک گردد.

اکنون به بررسی برخی از داروهای گیاهی رایج و پر مصرف ایران میپردازیم:

۱- گل گاو زبان



موارد استفاده:

- آرام بخش و ضد اضطراب و استرس
- تقویت کننده اعصاب و حواس
- نشاط آور
- تصفیه کننده خون
- ضد درد و التهاب
- درمان برفک دهان
- تسکین دهنده اسپاسم های شکمی و دردهای قاعدگی
- پیشگیری از سرطان به دلیل داشتن ویتامین ث و فلاونوئید ها
- ادرار آور به دلیل داشتن پتاسیم
- کاهش قند خون

بخش مورد استفاده:

- گل های گیاه

عوارض:

- سمیت کبدی شدید در صورت مصرف بلند مدت و بدون وقفه
- افزایش فشار خون
- افزایش ریسک تشنج در بیماران مبتلا به صرع

تداخلات:

- با دارو های ضد تشنج مثل فنی توئین، فنوباریتال، کاربامازپین، والپورات سدیم، توپیرامات و پریمیدون

- با ضد افسردگی های ۳ حلقه ای مثل نورتریپتیلین، آمی تریپتیلین، ایمی پرامین و داکسپین
- با دارو های ضد انعقاد خون مثل آسپرین، وارفارین، هپارین، اناکسوپارین، کلوییدوگرل، ریواروکسابان
- با دارو های خواب آور و آرام بخش مثل کلردیازپوکساید، دیازپام، کلونازپام، آلپرازولام، لورازپام، اگزازپام، تری فلوروپرازین و زولپیدم
- با کتوکنازول
- با آمیادرون
- با استروئید های آنابولیک مثل تستسترون و ناندربولون
- با متوترکسات

۲- چای سبز



موارد استفاده:

- پیشگیری از سرطان
- کاهش چربی خون
- کاهش وزن
- افزایش تمرکز
- نشاط آور
- پیشگیری از بیماری های قلبی و عروقی
- پیشگیری از بیماری پارکینسون
- پیشگیری از بیماری کرون
- ادرار آور کاهش سردرد
- کاهش مشکلات گوارشی

بخش مورد استفاده:

- برگ های گیاه

عوارض:

- افزایش ضربان قلب
- افزایش فشار خون و منع مصرف در بیماران مبتلا به بیماری های قلبی و فشار خون و نارسایی های کلیوی
- افزایش قند خون و منع مصرف در بیماران مبتلا به قند خون
- یبوست یا اسهال
- سوزش معده
- تهوع و استفراغ
- بی اشتهایی
- بی خوابی
- بی قراری
- لرزش دست
- تحریک پذیری
- افزایش خون ریزی و منع مصرف در زمان جراحی

تداخلات:

- با دارو های ضد انعقاد خون مثل آسپرین، وارفارین، هپارین، اناکسوپارین، کلوپیدوگرل، ریواروکسابان
- با کافتین
- با مسکن ها و ضد التهاب های غیر استروئیدی مثل دیکلوفناک، ناپروکسن، پیروکسیکام، ملوکسیکام، ایندومتازین، مفنامیک اسید و کتورولاک
- با دوپامین
- با ضد افسردگی های مهار کننده های بازجذب سروتونین مثل سیتالوپرام، سرتالین، دولوکستین، فلوکستین، پاروکستین و فلوواکسامین تداخل داشته و ممکن است منجر به سندرم سروتونینی (افزایش ضربان قلب و فشار خون، گشادی مردمک چشم، اسهال، بی قراری، تعریق شدید و سفتی عضلات) شود.
- با کلوزاپین

- با ایپی نفرین و افدرین
- با ترازادون
- با سایمتیدین
- با سیپروفلوکساسین و لووفلوکساسین
- با آرام بخش ها مثل کلردیازپوکساید، دیازپام، کلونازپام، آلپرازولام، لورازپام، اگزازپام، تری فلوروپرازین و زولپیدم
- با لیتیوم
- با برخی دارو های گیاهی مثل سیر، جینکوبیلوبا، جینسینگ و علف چای

۳- بادرنجبویه



موارد استفاده:

- درمان مشکلات گوارشی مثل نفخ و اسپاسم و دل پیچه
- اشتها آور
- آرام بخش
- بهبود هضم غذا
- افزایش حافظه

بخش مورد استفاده:

- برگ های گیاه

عوارض:

- خواب آلودگی
- گیجی

- آلرژی
- کم کاری و مهار تیروئید به دلیل داشتن کافئیک اسید

تداخلات:

- با آرام بخش ها مثل کلردیازپوکساید، دیازپام، کلونازپام، آلپرازولام، لورازپام، اگزازپام، تری فلوروپرازین و زولپیدم
- با دارو های ضد تشنج مثل فنی توئین، فنوباربیتال، کاربامازپین، والپورات سدیم، توپیرامات
- با دارو های تیروئید مثل متی مازول، لووتیروکسین، پروپیل تیوراسیل
- با دیفن هیدرامین

۴- بابونه



موارد استفاده:

- التهاب دستگاه گوارشی
- دل پیچه
- نفخ
- اسپاسم های دوره قاعدگی
- بیماری حرکت
- التهابات پوستی و مخاطی

بخش مورد استفاده:

- برگ های گیاه

عوارض:

- آلرژی و منع مصرف در افراد مبتلا به آسم
- تهوع و استفراغ
- افزایش زمان خون ریزی به دلیل داشتن ترکیبات کومارینی و منع مصرف در زمان جراحی
- ایجاد کم خونی در طولانی مدت

تداخلات:

- با آهن به دلیل داشتن اسید تانیک
- با دارو های ضد انعقاد خون مثل آسپرین، وارفارین، هپارین، اناکسوپارین، کلوییدوگرل، ریواروکسابان
- با آرام بخش ها مثل کلردیازپوکساید، دیازپام، کلونازپام، آلپرازولام، لورازپام، اگرازپام، تری فلوروپرازین و زولپیدم

۵- شیرین بیان



موارد استفاده:

- زخم معده و عثنی عشر
- ترشح زیاد اسید معده
- نفخ
- پیشگیری از ایجاد زخم معده در اثر استفاده از دارو های ضد التهاب غیر استروئیدی از جمله دیکلوفناک، ناپروکسن، پیروکسیکام، ملوکسیکام، ایندومتازین، مفنامیک اسید و کتورولاک
- کاهش سرفه

بخش مورد استفاده:

- ریشه گیاه

عوارض:

- احتباس آب و نمک و تورم و ادم در قسمت های انتهایی بدن و منع مصرف در بیماران مبتلابه بیماری های قلبی و عروقی و نارسایی کلیه
- افزایش قند خون و منع مصرف در بیماران دیابتی
- افزایش فشار خون
- سمیت کبدی و منع مصرف در بیماران مبتلابه بیماری های کبدی و صفراوی

تداخلات:

- با کورتون ها مثل پردنیزولون و دگزامتازون
- با دارو های هورمونی با اثرات استروژنی یا پروژسترونی مثل ضد بارداری ها و سیپروترون
- با فروزماید
- با بتابلاکر های قلبی و کاهنده های ضربان قلب مثل پروپرانول، متوپرولول و بیزوپرولول
- با دارو های کاهنده فشار خون مثل لوزارتان، والزارتان و ...

۶- اسطوخودوس



موارد استفاده:

- ضد باکتری
- آرام بخش و خواب آور
- ضد اضطراب

- درمان بیماری های دستگاه گوارش
- ضد درد و التهاب
- کاهش فشار خون

بخش مورد استفاده:

- برگ و گل گیاه

عوارض:

- کندی سیستم عصبی مرکزی و گیجی و خواب آلودگی (دو هفته قبل از جراحی قطع گردد)
- افزایش سایز سینه در آقایان

تداخلات

- با آرام بخش ها و خواب آور ها

۷- سنبل الطیب



موارد استفاده:

- آرام بخش
- خواب آور
- ضد استرس
- ضد اسپاسم و گرفتگی
- افزایش تمرکز
- ضد تشنج
- کاهش لرزش دست

- کاهش علائم اسپاسم و درد های قاعدگی

بخش مورد استفاده:

- برگ های گیاه

عوارض:

- سمیت کبدی
- سردرد
- گیجی
- خواب آلودگی

تداخلات:

- با آرام بخش ها مثل کلردیازپوکساید، دیازپام، کلونازپام، آلپرازولام، لورازپام، اگزازپام، تری فلوروپرازین و زولپیدم
- با ضد افسردگی ها
- با پرومتازین
- با فنلزین
- با سلژنین
- با ترانیل سیپرامین
- با لیتیم
- با مترونیدازول
- با آهن حداقل ۲ ساعت فاصله داشته باشد
- با دارو های ضد تشنج مثل فنی توئین، فنوباربیتال، کاربامازپین، والپورات سدیم، توپیرامات و پریمیدون

۸- نعنا فلفلی



موارد استفاده:

- کولیک و نفخ
- سرماخوردگی
- بیماری های التهابی روده مثل IBS و IBD
- به صورت موضعی برای سردرد
- عفونت های تنفسی
- مشکلات هضم غذا
- التهاب گلو و حلق
- رفع بوی بد دهان

بخش مورد استفاده:

- برگ های گیاه

عوارض:

- واکنش های حساسیتی و آلرژی
- اسهال
- سوزش معده
- شل شدن دریچه معده و رفلاکس
- گرگرفتگی
- سردرد
- انسداد تنفسی

تداخلات:

- نیفدیپین
- وراپامیل
- دیلتیازم

۹- آویشن



موارد استفاده:

- ضد باکتری
- ضد قارچ
- درمان عفونت های لثه و آفت دهانی
- درمان عفونت های قارچی واژینال
- ضد آکنه به صورت موضعی
- درمان شوره سر به صورت موضعی
- افزایش گردش خون در کف سر و بهبود رشد مو
- ضد درد و التهاب
- ضد نفخ
- بهبود هضم غذا
- بهبود سرفه و گلودرد
- دارای ویتامین k و کلسیم و منیزیم و موثر در سلامت استخوان ها
- دارای آهن
- آنتی اکسیدان
- کاهش فشار خون
- بهبود عملکرد قلب

- کاهش اسپاسم و گرفتگی عضلات
- رفع بوی بد دهان
- آرام بخش و خواب آور و ضد استرس
- ضد اسهال
- انرژی زا
- ادرار آور

بخش مورد استفاده:

- برگ ها

عوارض:

- در مصرف موضعی عوارضی مانند التهابات و حساسیت های پوستی و مخاطی دارد
- در مصرف خوراکی عوارضی مانند اختلالات تیروئیدی، تهوع و استفراغ، سردرد و سرگیجه، سوزش سر دل، کاهش عملکرد قلبی و افزایش تنفس

تداخلات:

- با دارو های تیروئیدی مثل لووتیروکسین، متی مازول، پروپیل تیوراسیل



موارد استفاده:

- تسکین علائم سرماخوردگی
- خلط آور
- ضد اسپاسم گوارشی
- ضد نفخ
- کاهش اسید معده
- رفع سسکسه
- آرام بخش و ضد اضطراب
- ضد تشنج
- دارای ویتامین B, C, A و کلسیم و موثر در رشد و سلامت استخوان ها
- بهبود مشکلات قاعدگی
- ضد درد و التهاب
- ضد نقرس
- تقویت لثه
- بر طرف کردن علائم سرماخوردگی مثل احتقان بینی
- مشکلات صفراوی

بخش مورد استفاده:

- برگ ها

عوارض:

- افزایش ضربان قلب

- افزایش فشارخون
- دل‌درد
- تهوع
- استفراغ
- بی‌قراری
- تشنج
- سمیت کبدی و کلیوی

تداخلات

- با دارو های ضد انعقاد خون مثل آسپرین، وارفارین، هپارین، اناکسوپارین، کلوپیدوگرل، ریواروکسابان
- با دارو های خواب آور و آرام بخش مثل کلردیازپوکساید، دیازپام، کلونازپام، آلپرازولام، لورازپام، اگزازپام، تری فلوروپرازین و زولپیدم
- با مسکن ها و ضد التهاب های غیر استروئیدی مثل دیکلوفناک، ناپروکسن، پیروکسیکام، ملوکسیکام، ایندومتازین، مفنامیک اسید و کترولاک

۱۱-سیر



موارد استفاده:

- کاهش چربی خون
- کاهش فشار خون
- کاهش قند خون
- ضد انعقاد خون
- پیشگیری از سرطان
- ضد تسلب شراین

- ضو باکتری و ویروس و قارچ
- خلط آور
- بهبود گردش خون
- بهبود عملکرد سیستم ایمنی

بخش مورد استفاده:

- میوه

عوارض:

- حساسیت و آلرژی
- افزایش خطر خون ریزی و منع مصرف قب از جراحی
- تنگی نفس
- اسهال
- التهابات پوستی
- نفخ
- التهاب گوارشی
- سوزش سر معده
- تهوع

تداخلات:

- با دارو های ضد انعقاد خون مثل آسپرین، وارفارین، هپارین، اناکسوپارین، کلوپیدوگرل، ریواروکسابان
- با مسکن ها و ضد التهاب های غیر استروئیدی مثل دیکلوفناک، ناپروکسن، پیروکسیکام، ملوکسیکام، ایندومتازین، مفنامیک اسید و کترولاک
- با ضد ویروس ها
- با سولفاسالازین
- با ویتامین K
- با دارو های پایین آورنده قند خون
- با دارو های کاهنده فشار خون
- با دارو های کاهنده کلسترول

- با خواب آور ها و آرام بخش ها

۱۲-بهار نارنج



موارد استفاده:

- رفع سسکسه
- بهبود سوءهاضمه
- ضد نفخ
- ضد اسپاسم . گرفتگی های گوارشی
- خواب آور و آرام بخش
- آنتی اکسیدان
- ضد درد های عصبی و میگرن
- ضد یبوست
- بهبود جریان خون و پیشگیری از سکته
- کاهش فشار خون
- لاغری
- تنظیم تپش قلب
- ضد التهاب و درد
- نشاط آور
- ضد تهوع
- ضد تشنج
- به صورت موضعی برای کاهش منافذ پوست

بخش مورد استفاده:

- برگ و گل های گیاه

عوارض:

- بی خوابی
- بالارفتن فشار و ضربان قلب

تداخلات:

- با آرام بخش ها و خواب آور ها

۱۳-زعفران



موارد استفاده:

- نشاط آور
- ضد افسردگی
- کاهش کلسترول خون
- کاهش درد قاعدگی و خون ریزی
- درمان اختلالات لکه زرد شبکیه
- دارای ویتامین ث
- آنتی اکسیدان
- کاهشنده فشار خون
- خلط آور
- افزایش قوای جنسی
- ضد درد و التهاب
- خواب آور
- کمک به گردش خون

- تقویت حافظه

بخش مورد استفاده:

- پرچم های گلپ

عوارض:

- با مصرف بیش از ۱,۵ گرم عوارضی مانند یبوست، خشکی دهان، سرگیجه، اسهال، تهوع و استفراغ، آلرژی، بی حسی لب و پلک ها، خون ندماغ شدن و رقیق شدن خون، بی قراری و اضطراب و با مصرف بیش از ۱۲ گرم باعث تشنج و مرگ میگردد.

تداخلات:

- با دارو های کاهنده فشار خون
- با دارو های خواب آور و آرام بخش مثل کلردیازپوکساید، دیازپام، کلونازپام، آلپرازولام، لورازپام، اگزازپام، تری فلوروپرازین و زولپیدم

۱۴- کاسنی



موارد استفاده:

- درمان آکنه
- تصفیه خون
- تقویت قلب
- تقویت کبد
- سلامت چشم
- دارای ویتامین ث

- دفع سموم کبدی
- کاهش وزن
- ضد درد و التهاب
- بهبود هضم غذا

بخش مورد استفاده:

- برگ و ریشه

عوارض:

- افزایش خون ریزی قاعدگی
- خطر سقط حنین
- حساسیت و آلرژی
- منع مصرف در افرادی که مشکلات صفراوی دارند.
- افزایش انقباضات رحم
- افزایش اشتها

تداخلات:

- با دارو های کاهنده قند خون
- با دارو های کاهنده فشار
- با دارو های کاهنده چربی

دارو های دیگری مثل سیر، زردچوبه، گزنه، جینکوبیلوبا، جینسینگ، رازیانه و چای سبز



موارد استفاده:

- کاهش علائم سرماخوردگی
- کاهش سرفه
- کاهش تب
- کاهش گلودرد
- بهبود عملکرد گوارشی
- التیام زخم و گزیدگی
- تسکین تب خال
- کاهش التهابات لثه

بخش مورد استفاده:

- برگ و گلبرگ گیاه

عوارض:

- اختلال در روند انعقاد خون و منع مصرف قبل از جراحی

تداخلات:

- این گیاه به اکثر دارو ها متصل شده و مانع از اثر آن ها میشود بنابراین باید حداقل ۲ ساعت با مصرف سایر دارو ها فاصله داشته باشد.



موارد استفاده:

- خواب آور و ضد استرس
- تنظیم گردش خون
- دارای آهن
- رفع خستگی و سرگیجه
- دارای ویتامین C و A و K
- تقویت سیستم ایمنی
- تصفیه خون
- آنتی اکسیدان
- کمک به هضم غذا

بخش مورد استفاده:

- میوه گیاه

عوارض:

- کاهش میل جنسی
- نفخ

تداخلات:

- با ضد افسردگی های مهار کننده های بازجذب سروتونین مثل سیتالوپرام، سرتالین، دولوکستین، فلوکستین، پاروکستین و فلوواکسامین تداخل داشته و ممکن است منجر به سندرم سروتونینی (افزایش ضربان قلب و فشار خون، گشادی مردمک چشم، اسهال، بی قراری، تعریق شدید و سفتی عضلات) شود.

- با دارو های ضد تشنج مثل فنی توئین، فنوباربیتال، کاربامازپین، والپورات سدیم، توپیرامات و پریمیدون
- دارو های کاهنده قند خون
- دارو های خواب آور و آرام بخش
- با ملاتونین
- با خارمریم، میخک ، بومادران، سنبل الطیب و نعناع

۱۷-دارچین



موارد استفاده:

- آنتی اکسیدان
- ضد درد و التهاب
- کاهش کلسترول خون
- کاهش قند خون
- ضد باکتری و ضد قارچ و ویروس
- کاهش حملات آسم

بخش مورد استفاده:

- ساقه گیاه

عوارض:

- سمیت کبدی
- التهاب مخاط دهان
- مشکلات تنفسی

تداخلات:

- دارو های کاهنده قند خون
- دارو های قلبی و کاهنده فشار خون
- دارو های آتورواستاتین و سیمواستاتین و لواستاتین

۱۸- خاکشیر



موارد استفاده:

- ملین
- ضد شوره سر
- ضد التهاب
- دفع سنگ کلیه
- کاهش تب
- اشتها آور
- موثر در گرمزدگی و کاهش حرارات بدن
- رفع عطش و تشنگی
- درمان جوش صورت

بخش مورد استفاده:

- دانه های گیاه

عوارض:

- سردرد
- منع مصرف در آرتروز، روماتیسم و زخم معده

تداخلات:

- با دیگوگسین
- با ملین ها مثل بیزاکودیل ، پیدرولاکس، سنا، پسیلیوم، موسیلیوم و...
- با آزیترومايسين و اريترومايسين

۱۹-زرشک



موارد استفاده:

- پاکسازی کبد و صفرا
- تصفیه خون
- ضد باکتری و درمان عفونت های مجاری ادرار
- دارای ویتامین ث
- بهبود جریان خون
- کاهش قند خون
- کاهش چربی خون
- تقویت سیستم ایمنی
- محافظت از سلامت چشم

بخش مورد استفاده:

- میوه گیاه

عوارض:

- نفخ
- افزایش ریسک سقط جنین

- در دوز بالا باعث خون ریزی از بینی، تهوع و استفراغ، کاهش ضربان قلب و افت فشار خون، گیجی
- مشکلات کلیوی
- اسهال

تداخلات:

- با آنتی بیوتیک
- ضد انعقاد ها
- آنتی هیستامین ها
- با دیورتیک های ادرار آور
- با دارو های کاهنده فشار خون
- با دارو های کاهنده قند خون

۲۰-اسفند



موارد استفاده:

- کاهش تب
- دفع کرم های نواری از دستگاه گوارش
- برای بی خوابی
- برای اختلالات قاعدگی
- خواب آور
- افزایش ترشح شیر
- درمان آسم
- درمان شپش سر
- ملین

- ضد نفخ
- میکروب کشی هوا
- تصفیه کننده خون
- خلط آور و ضد سرفه

بخش مورد استفاده:

- میوه گیاه

عوارض:

- مصرف ۳ تا ۴ گرم اسفند عوارض شدیدی مثل بی قراری، توهم، سمیت کبدی و کلیوی و حتی مرگ شود .
- مصرف آن در افرادی که مبتلا به بیماری های قلبی و عروقی و افراد مبتلا به انسداد مجاری ادراری و آسم هستند منع مصرف دارد.
- ممکن است منجر به سقط جنین شود.

تداخلات:

- با دیگوکسین
- با دوپامین

۲۱- زرد چوبه



موارد استفاده:

- کاهش درد های شکمی

- کاهش خون ریزی
- ضد اسهال
- افزایش اشتها
- ضد نفخ
- ضد التهابات و اختلالات کبدی و صفراوی
- ضد درد و التهاب مفاصل
- موثر در عفونت های تنفسی و برونشیت
- کاهش سردرد
- کاهش اختلالات قاعدگی
- جلوگیری از عفونت زخم و ترمیم زخم
- ضد التهابات پوستی و گزیدگی ها
- ضد التهابات مخاطی

بخش مورد استفاده:

- ساقه و ریشه گیاه

عوارض:

- ضد انعقاد خون و منع مصرف قبل از جراحی ها
- امکان ایجاد آلرژی
- منع مصرف در افراد مبتلا به گرفتگی مجاری صفراوی

تداخلات:

- با دارو های ضد انعقاد خون مثل آسپرین، وارفارین، هپارین، اناکسوپارین، کلوپیدوگرل، ریواروکسابان