



درمانهای دارویی کولیت اولسروز

از دیدگاه طب ایرانی

دکتر مهدی یوسفی

عضو هیات علمی گروه طب ایرانی

دانشکده طب ایرانی و مکمل دانشگاه علوم پزشکی مشهد

فرورداد ۱۴۰۱

فهرست مطالب:

- ۱- کلیات و اصول درمان
- ۲- انواع حابسات دم و اسهال
- ۳- مطالعات نوین
- ۴- ملاحظات تغذیه ای
- ۵- داروهای ترکیب کارخانه ای

اصول درمان:

۳

۱- منع انصباب (ریزش مواد مضر به لومن روده): علت کولیت اولسروز میتواند در دستگاه گوارش یا خارج از دستگاه گوارش باشد که به نوع اخیر، نوع مشارکتی اطلاق میشود.

۲- مراعات تغذیه (امساک به مدت دو روز تا بدن به جذب ماده در حال ریزش بپردازد، سایر غذاها باید مقوی و کم حجم باشند، مانند نان میده، و تخم مرغ بیش از نیم برشت و رب میوه ها، برنج برشته و آب سرد، پرهیز از مصرف جرم گوشت، دوغ آهن تاب، آب آهن تاب، اجتناب از غذاهای لذاع و حریف (تیز و تند) و نفاخ، غذاهای مغری (چسبناک) همچون برنج با چاشنی های قابض)

۳- دارو درمانی:

❖ قابضات داروهای منقبض کننده) و حابسات دم (که جلوی خونریزی را میگیرند)

❖ مغریات (چسبنده)

❖ مغلظات (غلیظ کننده)

❖ مخدرات

۴- انحراف ماده به وسیله:

○ تعریق

○ قی

○ ادرار

○ حجامت تر یا خشک در اعضای فوقانی

۵- تقویت قوای اعضای رئیسه (مغز، قلب و کبد) همچنین دستگاه گوارش به ویژه اگر دلیل روشنی برای ایجاد کولیت اولسروز پیدا نشد.

در استفاده از دارو نیز باید احتیاط تمام کرد و تا حد امکان قوت دارو را به بیمار رساند تا جرم دوا باعث سنگینی و آزار بیمار نشود و باید دانست که شنیدن موسیقی و صدای خوش، حکایات دلفریب، بازی های نشاط آور، دیدن مناظر طبیعی و صورتهای

خوش و جواهرات و بوییدن عطرهای موافق اثر بسیار زیادی دارد.

انواع حابسات دم و اسهال:

صموغ (صمغ ها): خون سیاوشان

قابضات: مورد، گلنار، مازو، زاج، جفت بلوط، طباشیر، انجبار

بزور لعابیه مقلیه (برزهائی که دارای لعاب هستند اما به صورت بوداده استفاده میشوند): اسفرزه، بارهنگ،

ریحان، مرو، بالنگو

مغریات (داروهائی که حالت چسبنده دارند): نشاسته، صمغ عربی، کتیرا، پاچه، ماهی

ربوب حامضه (رب های ترش مزه): سیب ترش، به ترش، سماق، حصرم، ریواس، حماض (به ویژه در نوع صفراوی-

اگرچه شدت درد شکم در نوع سوداوی بیشتر است لیکن صفرا سریعتر از اخلاط دیگر باعث ایجاد سحج روده یا کولیت

اولسروز میگردد)

دانه ها: اناردانه، موردانه، مویزدانه، تمردانه،

معدنیات: گل ارمنی، زاج، پادزهر معدنی، گل داغستان

بنا به محل درگیری یا به صورت خوراکی (درگیری روده باریک) یا به صورت انما (درگیری روده بزرگ) تجویز شوند تا

تأثیر دارو هرچه سریع تر به محل زخم برسد.

مطالعات نوین:

کندر
زردچوبه
کورکومین
هلیله سیاه
ریشه شیرین بیان
روغن شاه‌دانه
آلوه ورا
گل همیشه بهار
علف چای
اسفرزه
بارهنگ
تخم ریحان
خطمی و پنیرک
گلنار
مقل

برخی ملاحظات تغذیه ای

There is no single diet for people with [ulcerative colitis](#), but finding out and eliminating the foods that trigger symptoms can help reduce discomfort.

Some of the better food choices for someone with ulcerative colitis include:

Applesauce

Salmon

Squash

Avocados

Some fermented foods

oatmeal

Refined grains

Eggs

Plenty of fluid

low fiber fruits like bananas and cooked fruits

non-cruciferous vegetables like asparagus, potatoes, and cucumbers

refined grains like white pasta, white rice, oatmeal, and certain breads

lean protein sources like fish, chicken, eggs, and tofu

Foods to avoid

Caffeine
Dairy products
Alcohol
Carbonated drinks
High-fiber foods
Popcorn
Potatoes
Foods that contain sulfur or sulfites
Fatty meat
Nuts, nut butter, and seeds
Sugar alcohols
Fructose sugar
Many vegetables
Spicy foods
Gluten
Dietary emulsifiers
fruits with seeds and skins
fried food

Identifying inflammatory foods

9

Restricted or prohibited foods

Inflammatory foods

Deep Cooked, fried, grilled and barbecued
Refined sugar and grains
Processed foods
Trans fats
Refined salts

Anti inflammatory foods

Turmeric
Extra virgin coconut or olive oil
Pineapple
Beet
Ginger
Garlic

Potential Trigger Foods	Foods IBD Patients May Tolerate
Insoluble fiber foods that are hard to digest: fruits with skin and seeds, raw green vegetables (especially cruciferous vegetables such as broccoli, cauliflower, or anything with a peel), whole nuts, and whole grains	Low-fiber fruits: bananas, cantaloupe, honeydew melon, and cooked fruits. This is typically recommended in patients who have strictures or have had a recent surgery
Lactose: sugar found in dairy, such as milk, cream cheese, and soft cheeses	Lean protein: fish, white meat poultry, soy, eggs, and firm tofu
Non-absorbable sugars: sorbitol, mannitol, and other sugar alcohols found in sugar-free gum, candy, ice cream, and certain types of fruits and juices such as pear, peach, and prune	Refined grains: sourdough, potato or gluten-free bread, white pasta, white rice, and oatmeal
Sugary foods: pastries, candy, and juices	Fully cooked, seedless, skinless, non-cruciferous vegetables: asparagus tips, cucumbers, potatoes, and squash
High fat foods: butter, coconut, margarine, and cream, as well as fatty, fried, or greasy food	Oral nutritional supplements or homemade protein shakes
Alcohol and caffeinated drinks: beer, wine, liquor, soda, and coffee	
Spicy foods: "hot" spices	

Eating When You are in Remission

These foods can help you stay healthy and hydrated:

Fiber-rich foods: oat bran, beans, barley, nuts, and whole grains, unless you have an ostomy, intestinal narrowing, or if your doctor advises you to continue a low-fiber diet due to strictures, or recent surgery

Protein: lean meats, fish, eggs, nuts, and tofu

Fruits and vegetables: try to eat as many “colors” as you can, and remove the peel and seeds if they bother you

Calcium-rich foods: collard greens, yogurt, kefir, and milk (if you are lactose intolerant, choose lactose-free dairy products or use a lactase digestive enzyme)

Food with probiotics: yogurt, kimchi, miso, sauerkraut, and tempeh

Food Preparation and Meal Planning

Eat four to six small meals daily.

Stay hydrated

Prepare meals in advance, and keep your kitchen stocked with foods that you tolerate well

Use simple cooking techniques — boil, grill, steam, poach.

مواد غذایی موثر در تغییر فلور میکروبی و leaky Gut

۱۳

مضر	مفید
غلات حاوی گلوتن	اجتناب از تریگرها و غذاهای التهاب زا
روغنهای هیدروژنه	ترمیم کننده های مخاط gut lining (سبزیهای تیره، Bone Broth، آلوئه ورا، زردچوبه،...)
شیرین کننده های مصنوعی (آسپارتام، ساخارین، سوکرالوز و ..)	غذاهای ضد التهاب
امولسیفایرها (مثل لستین و CMC در سس، بستنی،...)	غذاهای آنتی باکتریال (سیر، زنجفیل)
الکل	غذاهای پره بیوتیک (مارچوبه، کاسنی، موز، سیب، آرتیشو، پیاز، سیر)
محصولات لبنی	غذاهای پروبیوتیک (ماست، کفیر، کلم ترش، ...)
میکروبیال ترانس گلوتامینازها	
غذاهای فرآوری شده	

برخی از داروهای کارخانه ای قابل استفاده:

پلانتاژل (پلانتاگو، نعنا، کتیرا)

کپسول آس (کندر، موردانه، کمون)

کپسول گلنار (گل سرخ، صمغ عربی، کتیرا، گلنار، سلیخه، اقاقیا، گل ارمنی)

کپسول طباشیر (طباشیر، گل سرخ، حماض، صمغ عربی، کتیرا، اسفرزه)

شربت مورد (مورد، شکر سرخ)

کپسول اسپیرولینا

کپسول کلرلا

کپسول سنتلا

قرص پادزهر احمدیه (گل ارمنی، پادزهر معدنی، گل داغستان)

أَمِيرُ الْمُؤْمِنِينَ عَلِيُّ بْنُ أَبِي تَالِبٍ: إِنَّ هَذَا الْعِلْمَ وَالْأَدَبَ تَمَنُّ هَسِكُ فَاجْتَهِدْ فِي تَعْلُمِهِمَا فَمَا يَزِيدُ مِنْ عِلْمِكَ وَأَدَبِكَ يَزِيدُ فِي تَمَنِكَ وَقَدْرِكَ
علم و ادب بهای جان توست ، پس در آموختن آن دو کوشا باش
و هرچه بر علم و ادبت افزوده گردد قدر و ارزشت بیشتر می شود

بحارالانوار ج ۱ ص ۱۸۰