گزنه

مقدمه

طب و طبابت جزء علومی است که از دیرباز پیشرو دیگر علوم‌تجربی محسوب شده و همواره اطبا و اشخاصی که اطلاعات ویژه‌ای در این خصوص داشتند، از منزلت اجتماعی خاصی برخوردار بودند. اساس و پایهٔ درمان‌ها از ابتدا بر گیاهان داروئی استوار بود . هم‌اکنون نیز در بیشتر داروهای شیمیائی که تولید می‌شود از ترکیبات مؤثر استخراج شده از گیاهان داروئی استفاده می‌شود .

در حقیقت عوارض جانبی که داروهای شیمیائی به همراه دارند باعث شده است که روز به روز بر تمایل بیماران به مصرف داروهای گیاهی افزوده شود. علی‌رغم اینکه در اکثر موارد ـ به‌خصوص در بیماری‌هائی که چندان پیشرفت نکرده‌اند و تا حدودی خفیف محسوب می‌شوند ـ استفاده از داروهای گیاهی به مراتب کمتر از داروهای شیمیائی هستند که بیمار را از خطرات بالقوه نجات می‌دهند.

در هر صورت آنچه انکارناپذیر است، نقش داروهای گیاهی به‌عنوان یک کمک درمانی حتی در شرایط وخیم بیماری است.

زیرا این داروها نه تنها اثرات جانبی چندانی به همراه ندارند، بلکه قادرند از عوارض بیش از حد داروهای شیمیائی کاسته و اثرات درمانی آنها را تشدید کنند و بدین ترتیب در بیشتر موارد می‌توان با استفاده از داروهای گیاهی از مقدار دوز داروهای شیمیائی کاست .

تیره:Urticaceae گزنه

نام لاتین:.urtica diotica

نام انگلیسی: Common nettle - Greal Nettle گزنه

نام فارسی:گزنه دو پایه

نام عربی:قریص

معرفی تیره Urticaceae

تیره گزنه شامل گیاهانی عموما علفی بندرت دارای شاخه های بالا رونده و اعضای چوبی که در نواحی استوایی و گرم کره زمین پراکندگی دارند.

دارای تارهای ترشحی گزنده و غیر گزنده و اکسالالت کلسیم بصورت بلورهای در هم هستند.

در گلهای نر آنها پرچم هایی به تعداد کاسبرگ ها دیده میشود. گلها بر دو نوع نر و ماده هستند.

گلهای ماده دارای یک برچه محتوی یک تخمک،میوه فندقه گاهی شفت و آلبومن روغن دار میباشد.

Urtica sp.
Urticaceae
© G. D. Carr

XXII, 4.
40. Urticaceae.
178. Urtica dioica L.
Große Brennnessel.

نام جنس و گونه

- Urticaاز کلمه Urereآمده یعنی سوزاننده و گزنده و به گزش کرک نسبت داده می شود.

- نام Dioicaاز کلمه Two houses یعنی دو خانه آمده است بخاطر اینکه پایه های نر و ماده جدا هستند و هر کدام جداگانه گل می دهند.

مورفولوژی گیاه

- گیاهی است علفی چند ساله دارای ساقه های راست به ارتفاع ۵۰ تا ۱۰۰ سانتی متر و حتی بیشتر .
- از ریشه های خزنده آن پا جوش هائی در کلیه جهات خارج می شود که خود باعث آن می گردد که گیاه بصورت پایه های متعدد در آمده محل رویش خود را بکلی فرا می گیرد
- گزنه، ساقه چهار گوش پوشیده از تار و برگهای بیضوی و نوک تیز دندانه دار و منتهی به دو استیپول دارد.

ساقه چهار گوش
پوشیده
از تارهای گزنده

گلهای آن به رنگ سبز روشن و واقع بر روی ۲ پایه جدا گانه است.گلها فاقد جام میباشد.

- از مشخصات پایه ماده آن این است که گل آذین خوشه آن پس از آنکه گلها، آمیزش یافت و تشکیل میوه آغاز گردید از حالت ایستاده به وضع خمیده در می آید.

- کلاله به شکل قلم مو و داشتن چهار پرچم از ویژگیهای ظاهری این گیاه می باشد.
- گلها از خرداد تا شهریور ظاهر می شود.

- گزنه اعضای پوشیده از تارهای مخروطی شکل و گزنده دارد و چون پس از لمس کردن محتویات سوز آور غده زیر آن در پوست بدن وارد می گردد ایجاد سوزش و ناراحتی می کند

- بومی برزیل و آمریکاست و دارای طبع گرم و خشک می باشد.

- حالات غیر طبیعی متعددی نیز غالباَ در گزنه بوجود می آید که خود ظاهری متفاوت به گیاه می دهد مانند آنکه در بین پایه های گزنه نمونه هائی با دو نوع گل نر و ماده بر روی یک پایه و با انواعی با برگهای فراهم دیده می شود در شمال کشور از برگهای آن برای تغذیه استفاده می کنند .

Urtica dioica
Foto: Norman Hagen

گزنه Urtica dioica

گزنه گیاهی است که از دوران ماقبل تاریخ نیز وجود داشته و مردم آن زمان از آن برای تغذیه استفاده می کردند و از خواص درمانی آن اطلاع داشته اند .

جالینوس حکیم که در قرن دوم میلادی زندگی می کرده آنرا برای رفع سرماخوردگی و بیماری دستگاه تنفسی بکار می برده است .

Stor Nælde (Urtica dioica)
© Biopix.dk: JC Schou

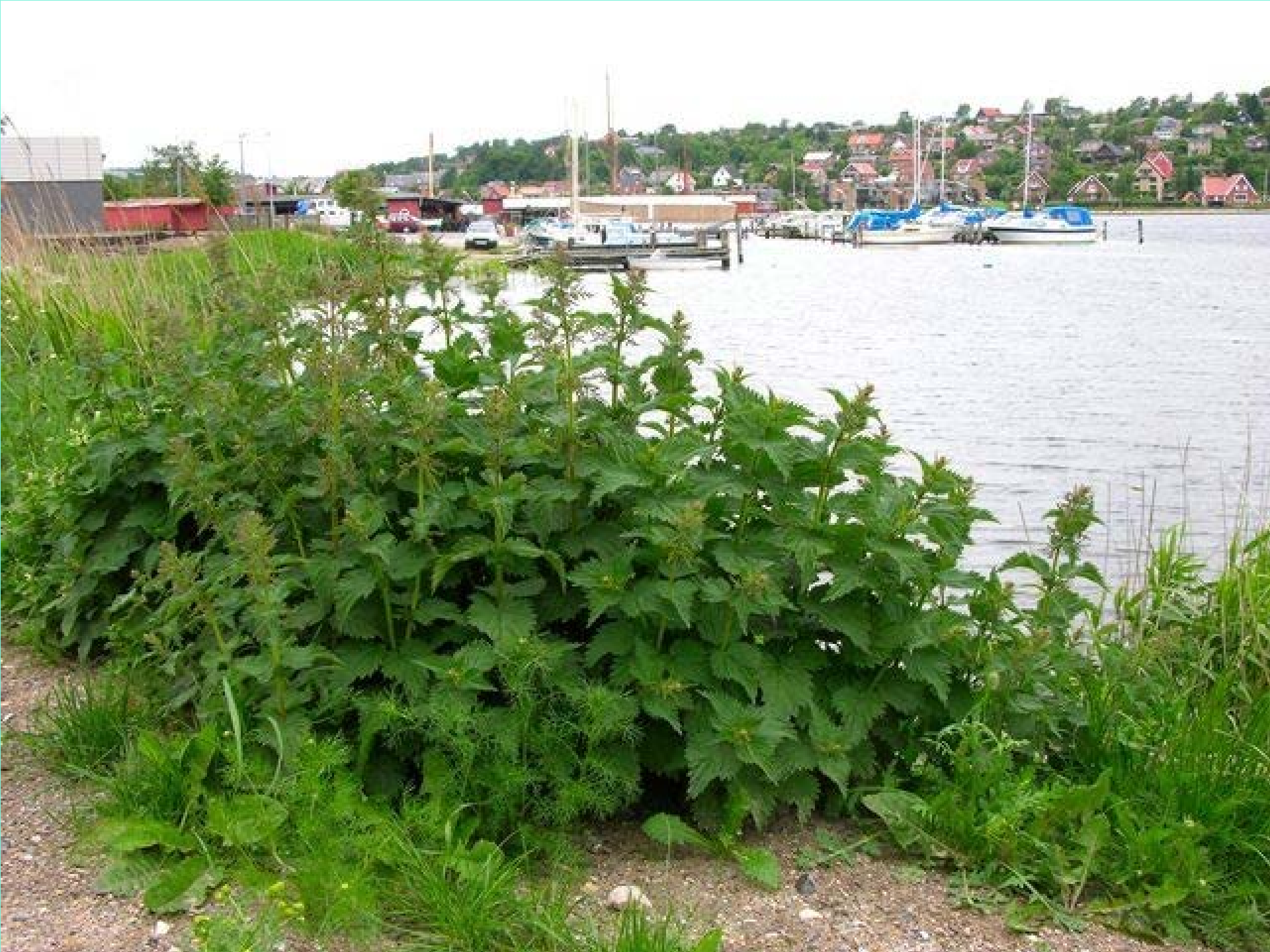
ترکیبات شیمیایی

- گزنه دارای تانن ، لسیتین ، اسید فورمیک ، نیترات پتاسیم و کلسیم است، ترکیبات آهن دارد ،موسیلاژ، آلومینیوم ، منزیم ، منگنز، سرب ، جیوه، مس، کبالت ، نیتروژن، سدیم ، اسید آسکوربیک و دارای ویتامین C و نوعی گلوکوزید است که پوست را قرمز می کند . از سرشاخه های این گیاه ماده قرمز رنگی بنام اورتی سین استخراج می شود .
- ریشهٔ گیاه حاوی تانن‌های مختلف، کومارین، تری‌ترپن و استرول‌هائی مانند بتاسیتواسترول است. بتاسیتواسترول ترکیبی است که باعث بهبود علائم ناشی از بروز هایپرتروفی (بزرگ شدن بافت) پروستات می‌شود

محل رویش گیاه

- غالباً در اماکن مخروبه، باغها و نقاط مرطوب خارج شهر، نواحی سایه دارو جاهائی که چهار پایان در آنجا به سر می برند به حالت خودرو می روید.

- در ایران در مناطق شمالی ، شمال غربی و مرکزی مانند اصفهان ، شاهرود و کوه کاشان در ارتفاع ۳۰۰۰ متری می روید.



قسمت های مورد استفاده گیاه

گل ، برگ ، ریشه ، ساقه ، شیره و دانه گیاه می باشد.

پرورش گیاه

- پرورش گزنه از طریق کاشتن دانه در طول شیارهائی در آغاز بهار انجام می گیرد و یا آنکه از طریق کاشتن قطعات سوش دار اقدام به این کار می شود در حالت اخیر قطعات مذکور را در امتداد خطوطی به فواصل ٤٠ سانتی متر از یکدیگر به نحوی می کارند که هر پایه گیاه از دیگری معادل ١٥ تا ٢٠ سانتی متر فاصله داشته باشد.

شرایط زمین و مراقبت

- زمین زراعتی باید سبک و دارای رطوبت کافی باشد. وجین وخارج کردن علفهای هرز از مزرعه و انجام عملیات اصلاحی ضروری است.

برداشت

پس از رشد کامل گیاه ، ساقه هوائی آنها را درو می کنند و بلافاصله به کارخانه جهت مصارف تهیه کلروفیل و غیره حمل می نمایند در هر سال نیز می‌توان دو بار اقدام به جمع آوری ساقه گیاه نمود، برگهای جوان گزنه به مصارف تغذیه مشابه اسفناج می رسد. (در رامسر و بعضی از شهرهای شمال کشور) گل آذین آن نیز که بعد از ظاهر شدن گل ولی قبل از رسیدن میوه چیده می شود، و به صورت له شده و مخلوط با تخم مرغ آب پز جهت تغذیه جوجه پرندگان در پرورش طیور مورد استفاده قرار می گیرد .

استخراج کلروفیل

- برای تهیه کلروفیل برگ پایه های وحشی یا پرورش یافته گزنه دو پایه را در سایه در گرمای معتدل خشک می نمایند تا بر اثر تابش خورشید، رنگ سبز برگ، کاهش پیدا نکند برگهای خشک شده را بعداً بسته بندی و به مراکز تولید کلروفیل می فرستند. برگ تازه گزنه دارای ۵/۱ درصد کلروفیل خالص است ولی برگهای خشک شده آن تا ۵/۷ درصد از این ماده تولید می کند در صنعت از کلروفیل برای رنگ کردن صابون روغن ها و همچنین مواد عطری مختلف نیز استفاده بعمل می آید. همچنین از برگ اسفناج هم استخراج کلروفیل صورت می گیرد.

خواص دارویی

- ساقه‌ها و برگ‌های جوان گزنه سرشار از ویتامین C هستند که برای درمان آسکوروی - (Scurvy) بیماری ناشی از کمبود C - به‌کار می‌رود .

- ریشهٔ گیاه حاوی تانن‌های مختلف، کومارین، تری‌ترپن و استرول‌هائی مانند بتاسیتواسترول است.
بتاسیتواسترول ترکیبی است که باعث بهبود علائم ناشی از بروز هایپرتروفی (بزرگ شدن بافت) پروستات می‌شود .

عصاره برگ گياه گزنه در درمان ديابت موثر است:

- محققان دانشگاه تبريز در يك مطالعه علمي ثابت كردند كه عصاره برگ گياه گزنه در درمان بيماري ديابت موثر است.

- به نوشته نشريه خبرنامه دانشگاه تبريز، گروهي از محققان دانشكده دارو- سازي اين دانشگاه با بررسي تاثير برگ گياه گزنه روي حيوانات آزمايشگاهي دريافتند كه عصاره برگ اين گياه مي‌تواند ميزان قند خون را به صورت قابل توجهي كاهش دهد.

-

- در اين طرح، با استفاده از داروهايي كه لوزالمعده را تخريب مي‌كند به‌صورت مصنوعي در حيوانات آزمايشگاهي، ديابت ايجاد و با بررسي عصاره برگ گياه گزنه در آنها، تاثير مثبت عصاره اين گياه مشخص تر شد.
- عصارهٔ گزنه با تحریک تولید هورمون انسولین از جزایر لانگرهاوس چنین تأثیر را به همراه دارد. ترکیبی به‌نام اورتیسین (Urticin) عامل اصلی این خاصیت گزنه است
- محققان تبريزي همچنين دريافتند، برخلاف تصور همگان استفاده از گياه گزنه در افرادي كه ديابت ندارند هيچ گونه اثري بر روي ميزان قند خون ندارد.

- گزنه مو را تقویت کرده و از ریزش موی سر جلوگیری می‌کند، حتی در بعضی از موارد موی سر دوباره می‌روید .
- برای براق شدن و جلا دادن به موها بعد از شستشوی سر موها را با چای گزنه ماساژ دهید .
- همچنین در برطرف کردن شورهٔ سر بسیار مؤثر بوده و باعث بازگشت رنگ طبیعی مو می‌شود.

- دستگاه هاضمه را تقویت می‌کند.
- گرفتگیهای کبدی را رفع می‌کند.
- کرم معده و روده را می‌کشد.
- برای برطرف کردن درد رماتیسم ، برگهای تازه آنرا روی پوست بمالید .

- بررسی‌های انجام شده نشان می‌دهند که برگ‌های گزنه خاصیت ضدحساسیت فصلی دارند. تب یونجه (Hay fever) که با علائمی چون احتقاق بینی، عطسه، خارش و اشک ریختن همراه است، در نتیجهٔ واکنش سیستم ایمنی و عوامل آلرژن موجود در هوا مانند گرده‌ها و رگوید (Regweed) ایجاد می‌شود. برگ‌های گزنه از طریق مهار ترشح هیستامین و عوامل ضدالتهابی که در پی این واکنش ایمنی آزاد می‌شوند، علائم ایجاد شده را بهبود می‌بخشند .

برگ‌های این گیاه در برخورد با پوست می‌توانند باعث بروز واکنش‌های حساسیتی و افزایش جریان خون در سطح پوست و تجمع خون در موضع شوند. از این ویژگی می‌توان در درمان اگزما به‌ویژه کودکان استفاده کرد. استفاده از این گیاه به‌ویژه در زمانی که اگزما در نتیجهٔ بروز حالات عصبی و استرس تشدید می‌شود، بسیار ثمربخش است. علاوه بر این مصرف این ماده در درمان التهابات پوستی مؤثر بوده است.

یکی از خواص درمانی برگ‌های گیاه گزنه درمان عفونت‌های دستگاه اداری است. در درمان عفونت مثانه و دیگر التهابات قسمت‌های انتهای دستگاه اداری، این گیاه بسیار مفید واقع می‌شود. این خاصیت گزنه به‌واسطهٔ دیورتیک یا مدر بودن آن باعث می‌شود تا از بار میکروبی دستگاه کاسته شود. علاوه بر این خاصیت‌های ضدالتهابی و تقویت‌کنندگی سیستم ایمنی نیز در بهبود شرایط بسیار مؤثرند .

- دیورتیک بودن این گیاه نیز به دفع هرچه سریع‌تر اسیداوریک کمک می‌کند. از این‌رو از این گیاه برای درمان نقرس نیز استفاده می‌شود

از دیگر تأثیرات و خواص گزنه می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

- افزایش سطح عملکرد تیروئید
-پاکسازی دستگاه گوارش وبرطرف کردن اختلالات گوارشی
-دستگاه هاضمه را تقویت می‌کند.
-برطرف کردن خستگی روانی
-بهبود عملکردکلیوی
-جلوگیری از تشکیل سنگ کلیه
-برطرف کردن دردهای ناشی از رگ به رگ شدن وکشید گی ماهیچه
برطرف کردن حساسیت‌های پوستی ناشی از گزش حشرات
-ضد سرفه
-خواص ضد ویروسی
- کم خونی را برطرف میکند.

تنگی نفس را تسکین می دهد و خوردن برگ پخته با ماءالشعیر (جوشانده جو) جهت امراض سینه و تنگی نفس تجویز شده است .

- ضماد برگ گزنه همراه با مرهم های سربی جهت درمان زخم های سرطانی و به تنهایی جهت تحلیل ورمهای دیگر سودمند می باشد.
- مضمضه جوشانده ی گزنه جهت تقویت لثه و غرغره آن جهت ورم لوزه زبان کوچك نافع است .
- پاشیدن کوبیده تخم و برگ خشك شده گزنه جهت درمان زخمهای سرطانی و خوره نافع است .

اثر گزنه در درمان درد استئوآرتیت:

- گزنه در درمان دردهای استئوآرتیت، تاریخچه ای طولانی از مصرف سنتی دارد.
- در یک مطالعه روی ۲۷ نفر به مدت یک هفته اثرات گزنه بررسی شد که بر طبق نتایج، کاهش ناتوانی و درد در مورد گروه درمان شده با گزنه به طور معنی داری قابل مشاهده بود.
- محققین نتیجه گرفتند که گزنه به عنوان یک گیاه رایج و در دسترس، به نظر می رسد علی رغم گزش و سوزش آن، درمان بی خطری برای دردهای عضلانی-استخوانی باشد.

عوارض جانبی

- گزنه در مقادیری که به‌طور معمول مصرف می‌شود،عوارض جانبی ندارد. با این وجود گاهی اوقات دیده می‌شود که مصرف ریشهٔ این گیاه منجر به سوءهاضمهٔ خفیف، اسهال یا دیگر ناراحتی‌های گوارشی می‌شود. برای پیشگیری ازاین مشکلات بهتر است این داروی گیاهی همراه غذا مصرف شود. برخورد برگ‌های این گیاه به پوست یا خوردن گیاه قبل از خشک شدن یا دم کردن نیز می‌تواند باعث بروز واکنش‌های حساسیتی در سطح برخورد شود .

با تشکر از توجه شما

مربوط به درس بهره برداری از محصولات فرعی
(دکتر وهابی)

تهیه کنندگان: الهام نجومی پور
پریسا منظری

© Patrick J. Alexander