

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



silybum marianum

milk thistle

گياهشناسي

Silybum marianum (= *Carduus marianus*)

Milk thistle

Christs crown

Holy thistle

Venus thistle

Heal thistle

Wand of Gods Grace

Silybe

Mutterdistel

Compsitae

■ نام علمي

■ نام انگليسي

■ نام هاي عمومي:

■ نام هاي فارسي: خار مريم، ماري تيغال، خار اليص و عكوب

■ نام تيره: كاسني

ريخت شناسي

- گياهي دوساله با رنگ سبز مات
- خاردار و با ساقه هاي ايستاده
- برگهاي گياه بزرگ، داراي لکه هاي سفيد در اطراف رگبرگها
- گلها به رنگ صورتی- ارغواني، مجتمع در کپه هاي انتهايي و خاردار
- ميوه سياه رنگ و شفاف، به شکل فندقه منتهي به تارهاي نقره اي



مناطق رویش

■ خارمریم بومی جنوب اروپا، منطقه مدیترانه و شمال آفریقا است و در آمریکا و آسیا نیز رویش دارد.

■ در تمام مناطق ایران می روید:

نواحی شمال: گنبدکاووس، بین گرگان و نوده، آزادشهر، البرز مرکزی، کلاردشت و دره هزار

شمال غرب: آذربایجان و دشت مغان

غرب: کرمانشاه و پشت کوه

جنوب و جنوب غربی: ملاثنانی اهواز، شوش، حمیدیه، رامهرمز، ایذه، کازرون، بوشهر و برازجان



شرایط رویشگاه

- خارمریم گیاهی مقاوم به خشکی است.
- در طول دوره رویش به آب و هوای گرم و آفتاب کافی نیاز دارد.
- خاکهای سبک را ترجیح می دهد.
- محدوده اسیدیته ایتیمم گیاه ۵/۷ - ۵/۶ می باشد.
- قادر است تا ارتفاع ۲۴۰۰ متر از سطح دریا رشد کند.



Photo provided by
Steve Schoenig
Senior Environmental Research Scientist
Integrated Pest Control Branch
Calif. Dept. of Food & Ag

تاریخچه



- خارمریم حاوی سیلی مارین است که استفاده از آن در علم طب مردم اروپا تاریخ طولانی دارد.
- گذشتگان، از دانه های خارمریم برای تحریک جریان صفرا، درمان یرقان، سوء هاضمه، کم اشتهايي و اختلالات معده استفاده میکردند.
- قرنها پیش، رومی ها از بذرها و ریشه های گیاه خارمریم برای درمان بیماریهای کبد استفاده می کردند.
- الدر نویسنده رومی قرن اول بعد از میلاد می نویسد: عصاره گیاه خارمریم همراه با عسل برای ترشح و انتقال صفرا مفید است.
- گراد (۱۵۹۷) گیاه خارمریم را برای درمان مالیخولیا مفید می داند.
- کوپلر (۱۶۵۰) می نویسد: خارمریم برای انسدادهای طحال و کبد موثر است.
- وان هالر (۱۷۵۵) برای درمان يك نوع از بیماریهای کبدي از خارمریم استفاده کرد.
- جوهانز گوتفرد (۱۸۴۸) خارمریم را يك داروي موثر برای سوزش صفرا و قوت کبد ذکر کرد.
- در ابتدای قرن بیستم، خارمریم برای بیماریهای زنان، سوزش روده، کبد و سنگ صفرا پیشنهاد شد.
- در دهه های اخیر از گیاه خارمریم برای نیروبخشی کبد و کمک به هاضمه استفاده می شود.

ترکیبات شیمیایی

• اعضای مختلف گیاه خارمریم دارای تانن، نوعی ماده تلخ، رزین و دانه آن نیز دارای یک ماده روغنی، آمیدون و مواد آلومینویدی می باشد. تحقیقات جدید وجود ماده ای به نام Cnicine را در برگها و ماده Tyramine را در دانه های آن ذکر کرده اند.

• عصاره بذر دارای ترکیبات:

سیلیبین A و B ، سیلی دیانین، سیلی کریستین، آپی ژنین، دی هیدرو سیلیبین، دی اکسی سیلی کریستین، دی اکسی سیلی دیانین و...

• عصاره دانه خشک :

دارای ۱ الی ۴ درصد سیلی مارین است که شامل فلاونوئید هایی از جمله: سیلیبین A و B ، سیلی دیانین، سیلی کریستین، آپی ژنین و دی هیدرو سیلیبین است. دانه خشک گیاه دارای ۱۵ الی ۲۰ درصد روغن می باشد که خواص دارویی ندارد.

دیگر فلانولیگنانهای موجود در عصاره این گیاه شامل: سیلاندرین، سیلیبینوم، سیلی هرمین و اسیدهای میرستیک، پالمیتیک و استریک می باشد.

• بخشهای مورد استفاده گیاه: بذور رسیده و عصاره ساقه گیاه

• ترکیبات فعال: عصاره دانه ها شامل ۳ ترکیب از فلاونوئیدهاست که به طور کلی سیلی مارین نامیده می شوند. این ترکیبات شامل:

Silybin

سیلی بین

Silydiannin

سیلی دیانین

Silychristin

سیلی کریستین

• خصوصیات: ضدتورم کبد (Hepato- tonic)، مسهل (Alterative)، تسکین دهنده و دارای اثر حفاظتی

• نقاط هدف در بدن: کبد، کیسه صفرا، پانکراس و معده

• شرایط نگهداری: در ظروف تیره در جای خشک و خنک

• اشکال مورد استفاده:

- عصاره مایع: خارمریم به آسانی در آب حل نمی شود.

- عصاره پودری: آسانترین روش آن است که خارمریم خشک شود و به شکل کپسول عرضه شود.

- بذور: بذرهای گیاه به شکل سرخ شده و یا به تنهایی خورده می شود.

دوزهای مصرفی

دوزهای این گیاه بر اساس نوع و شدت وضعیتی که درمان می شود و حتی خصوصیات فردی بیمار مختلف است.

چون سیلی مارین در آب حل نمی شود چای روش تجویز مطلوبی نیست. اما اگر دانه های این گیاه سرخ شده و شکسته شوند می تواند به صورت چای استفاده شود. دوز معمول ۱۵-۱۲ گرم دانه سرخ شده و شکسته شده ۳ بار در روز همراه با غذاست.

در بالغین گزارش متخصصین گیاهان دارویی یک محدوده ای از دوز را توصیه می کنند. مقدارهای استفاده شده در مطالعات، محدوده ای بین ۸۰۰-۲۸۰ میلی گرم از سیلی مارین، روزانه بوده است.

در مطالعاتی، از دوز ۱۰۰ میلی گرم، ۳ بار در روز از کمپلکس سیلی بین با فسفاتیدل کولین استفاده کردند که علت آن باز جذب بیشتر سیلی بین با این فرآورده بود.

فرآورده های استاندارد شده موجود باید حداقل ۷۰ درصد سیلی مارین داشته باشد.

محصول آلمان به نام Legalon در اکثر مطالعات استفاده می شود.

اثرات درمانی سیلی مارین

• بیماریهای کبدی:

اثر محافظت کبدی گیاه در چندین تحقیق حیوانی و انسانی گزارش شده است. در این گزارش ها آسیب کبدی توسط موادی مانند تتراکلرید کربن، گالاکتوز آمین و الکل ایجاد می شود و سیلی مارین کبد را در برابر این مواد محافظت می کند. مهمترین اثر محافظت کبدی سیلی مارین در مهار مسمومیت شدید توسط قارچ های سمی *Amanita phalloides* می باشد. آمانیتین و فالودین دو پپتید موجود در قارچ سمی از قوی ترین مواد نابود کننده سلولهای کبد می باشد.



اثرات درمانی سیلی مارین

سیلی مارین اثر محافظ کبدی ۱۰۰ درصد در برابر این مواد سمی از خود نشان می دهد. حتی در صورتی که سیلی مارین ۱۰ دقیقه بعد از مسمومیت با آمونیاک تجویز شود به طور کامل با مسمومیت مقابله و اگر در مدت ۲۴ ساعت بعد از مسمومیت داده شود از مرگ پیشگیری و آسیب کبدی را به طور قابل ملاحظه ای کاهش میدهد.



اثرات درمانی سیلی مارین

در مطالعات بالینی مصرف سیلی مارین در درمان بیماریهای کبدی از جمله: سیروز، هپاتیت ویروسی و سمی مزمن، کبد چرب (به دلیل مواد شیمیایی و الکل)، التهاب مجاری صفرا اثرات شفافبخش نشان داده است، که ادعا می شود این اثرات به دلیل خواص آنتی اکسیدان، آنتی لیپید پراکسیداز، آنتی فیبروتیک، ضدالتهاب، تنظیم ایمنی بدن، اثر بازسازی سلولهای کبد، کاهش متابولیسم کلسیم و به دام انداختن آهن توسط سیلی مارین می باشد.

نشان داده شده است که سیلی مارین باعث افزایش گلوتاتیون (GSH) کبدی به مقدار ۳۵ درصد در فرد عادی می شود. این اثر در معده و روده هم مشاهده شده است. گلوتاتیون مسوول سم زدایی طیف وسیعی از هورمونهاست و در نتیجه این افزایش گلوتاتیون کبدی منجر به

افزایش توانایی کبد در سم زدایی می شود



اثرات درمانی سیلی مارین

گزارش ها حاکی از آن است که سیلی مارین احتمالا به سه طریق اثرات خود را روی سلولهای کبد اعمال می کند:

۱. سیلی مارین به گیرنده غشای سلولهای کبد که مسوول جذب مواد سمی می باشند متصل و با تغییر در ترکیبات فسفولیپید آنها از جذب مواد سمی توسط سلول پیشگیری می کنند.
۲. سیلی مارین به علت آنکه یک آنتی اکسیدان قوی می باشد (چند برابر خاصیت آنتی اکسیدان ویتامین E را داراست) با مهار لیپید پراکسیداسیون مخصوصا در سلولهای کبد از اختلالات متابولیسمی این سلولها پیشگیری می نماید.
۳. سیلی مارین با تحریک پروتئین سازی موجب بازسازی کبد می شود.

اثرات درمانی سیلی مارین

■ قلب و عروق:

گزارش مطالعات آزمایشگاهی حاکی از آن است تجویز سیلی مارین به حیوانات آزمایشگاهی مبتلا به چربی خون بالا از تشکیل پلاک اترواسکلروز در آئورت آنها پیشگیری می کند.

■ اختلالات کلیوی:

گزارش شده است که سیلی بین موجود در سیلی مارین، مسمومیت کلیوی ناشی از تجویز سیس پلاتین را در موش آزمایشگاهی مهار نموده است. به علاوه سیلی بین موجب مهار اختلالات کلیوی ناشی از اثر سکوسپورین در موش آزمایشگاهی می شود.

اثرات درمانی سیلی مارین

■ کاهش چربی:

مطالعات آزمایشگاهی حاکی از آن است که سیلی مارین موجب بهبود دفع LDL و کاهش سنتز کلسترول در سلولهای کبد و همچنین پیشگیری از عوارض ناشی از کلسترول بالا و کاهش تشکیل پلاک آترواسکلروز در موش و خرگوش هایپرکلسترولمی می شود.

■ سیستم عصبی:

گزارش شده است که مصرف الکل موجب کاهش یادگیری در نوزادان موش می شود. اما تجویز همزمان سیلی مارین به موشها از این اختلال در نوزادان پیشگیری می کند.

اثرات درمانی سیلی مارین

■ غدد درون ریز:

داده هایی که از مطالعه بر روی حیوان به دست آمده است، نشان می دهد که سیلی مارین، پانکراس را از آسیب ناشی از مواد شیمیایی از جمله آلوکسان و سیکلوسپورین محافظت می کند.

■ اثرات هماتولوژیک:

یکی از اثرات مهم سیلی مارین خواص آنتی اکسیدانی آن روی ترکیبات خونی است. اکسیداسیون ترکیبات خونی در تشدید بیماریهای قلبی و عروقی و دیگر بیماریهای مزمن موثر است. گزارش تحقیقات نشان داده است که سیلی مارین از همولیز گلبول قرمز ناشی از تجویز مس و پراکسید هیدروژن و دیگر مواد تولید کننده رادیکال آزاد اکسیژن جلوگیری می کند.

اثرات درمانی سیلی مارین

■ اثرات ضد سرطانی :

داده های آزمایشگاهی نشان می دهد که سیلی مارین و به خصوص سیلی بین موجود در آن اثرات بازدارنده شیمیایی (Chemopreventive) در سلولهای سرطانی اپیدرمال، پروستات، پستان موش و حیوان می شود.

■ پوکی استخوان

■ آب مروارید

■ پسوریازیس

■ آنتی اکسیدان



باسپاس

