

نگاهی به مقالات ارسال شده به کنگره دیابت

## بایدها و نبایدهای دیابتی

۷۹۴



تأثیر گیاهان دارویی بر دیابت در گفت‌وگو با متخصصان این حوزه

## درمان گیاهی قند تلخ

۵۹۴





## یادداشت



### وضعیت گیاهان دارویی و اثرات درمانی آن

گرایش عمومی جامعه به استفاده از داروهای گیاهی و به طور کلی فرآورده‌های طبیعی به ویژه طی سال‌های اخیر رو به افزایش است و مهم‌ترین علل آن، اثبات اثرات مخرب و جانبی داروهای شیمیایی از یک طرف و افزایش آلودگی‌های زیست محیطی از سوی دیگر است. بسیاری از مردم جهان به استفاده از درمان‌های طبیعی گیاهی تمایل دارند.

بازنگری روی فرآورده‌ها به وسیله شورای کارشناسی بسیار سختگیر، تحت عنوان کمیسیون صورت می‌گیرد که متشکل از داروسازان، فارماکولوژیست‌ها، متخصصان بالینی، کارشناسان آمار حیاتی، پزشکان بیمارستانی و پزشکان عمومی است. این کمیسیون مسئولیت ارزیابی گیاهان دارویی را بر عهده دارد که نتایج آن به صورت تک‌نگارهایی به چاپ می‌رسد. درباره بسیاری از فرآورده‌های فاقد مدارک کافی برای اثبات کارایی، کاربرد سنتی آن‌ها پذیرفته می‌شود ولی باید خارج از داروخانه به فروش برسند. این فرآورده‌ها همگی دارای برچسب «مصرف سنتی» هستند. در این روش بسیاری از فرآورده‌ها که فاقد مدارک علمی معتبر هستند، تأییدیه قانونی لازم را برای عرضه به بازار مصرف به دست می‌آورند. علم داروسازی در حالی در کشورهای صنعتی در قرن گذشته پیشرفت کرد که هیچ کدام از ابزار اندازه‌گیری و شناسایی مواد مؤثره جهان کنونی وجود نداشت. به همت دانشگاه‌های کشورهای اروپایی در آموزش کاربرد علوم مختلف به ویژه علوم مربوط به گیاهان دارویی در سال گذشته در کشور آلمان ۱۰۰۰۰ فرمول داروهای گیاهی و محصولات جدید آرایشی-بهداشتی با منشأ گیاه تولید و به بازار جهانی عرضه شد. در این روند ایران به رغم پیشرفت‌های زیاد در این بخش، اما با نرم‌های جهانی در استفاده از گیاهان دارویی و فرآورده‌های طبیعی بسیار فاصله دارد. لازم است کارخانه‌های تولیدکننده داروهای گیاهی تشویق شده و تسهیلات ویژه‌ای برای آن‌ها اختصاص یابد.

یک عامل مهم که سال‌های اخیر باعث توقف در گسترش تولید داروهای گیاهی شده، بحث آزادی مشابه‌سازی دارو است. این در حالی است که سابقه تولید داروی گیاهی در ایران به بیش از ۲۰ سال نمی‌رسد. اما مسئولان خواهان اجرای قانونی هستند که در کشوری مانند آلمان با ۱۵۰ سال سابقه فعالیت در این زمینه اجرا می‌شود.

کشورهای توسعه‌یافته حدود ششصد تا هفتصد ترکیب دارویی گیاهی شناخته شده، دارند و نزدیک به ۷۰ درصد پزشکان به تجویز آن‌ها مبادرت می‌کنند. پوشش بیمه‌ای، هزینه درمان و دارو، خدمات طب سنتی و مکمل هم دارند و قسمتی از هزینه‌ها به وسیله سازمان‌های بیمه‌گر پرداخت می‌شود. در کشورهای هندوستان، چین، آلمان و آمریکا داروهای گیاهی به وسیله افراد متخصص طب سنتی و پزشکان تجویز و از طریق داروخانه‌ها در اختیار مردم قرار می‌گیرد، در صورتی که در ایران به وسیله افرادی سودا و به طور اندک از سوی افراد باتجربه که معمولاً فقط به طور موروثی خواص و کاربرد گیاهان را یاد گرفته‌اند، در عطاری‌ها تجویز و ارائه می‌شود.

هندوستان با تکیه بر گیاهان بومی و کشت آن‌ها توانسته تا حدود زیادی بازار جهانی را به خود اختصاص دهد اما ایران با توجه به وجود ۱۳۰۰ گونه دارویی - اندمیک (منحصر به فرد) ارزشمند، نه تنها به اهلی کردن، کشت و کار و اصلاح این گیاهان نپرداخته است بلکه با برداشت بی‌رویه و غیراصولی از منابع، روز به روز با نابودی خارج از عرف این گونه‌ها مواجه است. در این راستا لازم است تا در قوانین و مقررات، برنامه بهداشتی و درمانی جایگاه ویژه‌ای به گیاهان دارویی و داروهای گیاهی و فرآورده‌های طبیعی اختصاص داده شود و هماهنگی‌های بین بخشی ایجاد شود.

گردآوری: مهرداد برون



## کنگره‌ای برای دیابت؛ این قاتل خاموش

- شناسایی و معرفی ظرفیت‌های موجود در تولید، فرآوری و عرضه محصولات طبیعی مؤثر بر دیابت
- فراهم کردن بستر معرفی، عرضه و فروش محصولات طبیعی، گیاهان دارویی و داروهای گیاهی مفید در دیابت
- مشارکت دادن عموم مردم و به ویژه مبتلایان به دیابت در آموزش اصول پیشگیری و درمان‌های طبیعی مؤثر بر دیابت
- آشنایی با پیشرفت‌های نوین در سبب شناسی و درمان دیابت و عوارض آن
- بسترسازی برای شناساندن مراکز تولیدی، تجاری، بازرگانی، توزیعی و سازمان‌های مردم‌نهاد دخیل در درمان‌های طبیعی به ویژه دارندگان محصولات مؤثر بر دیابت و عوارض آن
- افزایش تعاملات دوسویه میان تولیدکننده‌ها و تجار در باره توسعه داروهای گیاهی و گیاهان دارویی اثر بخش در درمان و پیشگیری دیابت
- جذب و شناسایی سرمایه‌گذاران داخلی و خارجی برای سرمایه‌گذاری در بخش داروهای گیاهی با محوریت بیماری دیابت
- معرفی دستاوردهای شرکت‌های دانش‌بنیان و فرآور و گیاهان دارویی ایران در ارتباط با تولید داروهای مؤثر بر دیابت

- **حوزه‌های اصلی کنگره:**
- ویژگی‌های گیاهان دارویی (فیتوشیمی، فیتوفارماسی، فیتوتراپی، مونوگرافی، فیتوفارماکولوژی، ویژگی‌های زراعی، اکولوژیکی، فیزیولوژیکی و اهلی کردن گیاهان دارویی) با اولویت گیاهان دارویی مؤثر بر دیابت
- دیدگاه و راهکارهای طب ایرانی در کنترل دیابت و عوارض آن
- نقش سبک زندگی در پیشگیری، کنترل و درمان دیابت و عوارض آن
- پیشرفت‌های نوین در کنترل دیابت با رویکرد درمان‌های طبیعی
- اقتصاد و تجارت گیاهان دارویی با محوریت گیاهان و فرآورده‌های مؤثر بر دیابت

- **کارگاه‌های جانبی**
- آشنایی با نحوه مدیریت زخم پای دیابتی با کمک روش‌های طبیعی
- آشنایی عملی با گیاهان دارویی و داروهای گیاهی مفید در دیابت
- آشنایی با غذا، نوشیدنی، تنقلات و شیرین‌کننده‌های طبیعی مفید برای مبتلایان به دیابت
- آشنایی با اقتصاد و تجارت گیاهان دارویی (بازاریابی، صادرات، واردات، بورس و ... ) در فن بازار تخصصی محصولات گیاهی سپاد
- آشنایی با نحوه ارزیابی قند خون در منزل و مهارت‌های مرتبط با تزریق انسولین
- خودمراقبتی در بیماران مبتلا به دیابت
- رئیس کنگره: دکتر محمدباقر رضایی، متخصص گیاهان دارویی، ریاست انجمن علمی گیاهان دارویی ایران
- دبیر علمی: دکتر مهدی یوسفی، متخصص طب سنتی ایرانی، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد
- دبیر اجرایی: مهندس امیر حسین خسروی، مدیر مرکز فن بازار تخصصی بین‌المللی محصولات گیاهی سپاد

بیماری دیابت یکی از بیماری‌های مزمن و تقریباً شایع در ایران و جهان است که متأسفانه طی دو دهه گذشته فراوانی آن به نحو چشمگیری افزایش یافته است. حدود ۹ درصد از جمعیت بالای ۱۸ سال جهان و حدود ۳/۱۰ درصد از بالغان ایران به این بیماری مبتلا هستند و به نظر می‌رسد تغییر الگوی زندگی به سمت سبک صنعتی و فاصله گرفتن از زندگی منطبق بر طبیعت، علت اصلی بروز این بیماری باشد.

بیماری دیابت به «قاتل خاموش» معروف است چرا که در بسیاری از موارد، علامت واضحی ندارد و طی آزمایش‌ها و یا بعد از بروز عوارض، خود را نمایان می‌سازد. این بیماری در هر ۱۰ ثانیه یک نفر را می‌کشد و پنجمین علت اصلی مرگ در سراسر جهان است. عوارض مغزی، قلبی، عروقی، چشمی و زخم‌های دیابتی از شایع‌ترین عوارض این بیماری هستند به گونه‌ای که بیش از ۱۵ درصد مبتلایان به دیابت در طول عمر خود به زخم پای دیابتی مبتلا شده‌اند و ۲۰ درصد این عده مجبور به قطع پایی شوند.

در باره دیابت تاکنون همایش‌های متعددی برگزار شده است. نخستین کنگره ملی و نمایشگاه بین‌المللی گیاهان دارویی و راهکارهای طب ایرانی مؤثر بر دیابت بر آن است که نقش سبک زندگی مبتنی بر الگوی ایرانی اسلامی، همچنین درمان‌های مبتنی بر روش‌های طبیعی از جمله گیاهان دارویی را تبیین کند. کارگاه‌های جانبی و غرفه‌های نمایشگاه نیز در راستای معرفی این روش‌های پیشگیری و درمانی طراحی شده‌اند و بخش چشمگیری از مخاطبان آموزش‌های عام همایش را مبتلایان به دیابت تشکیل خواهند داد.

یکی از رویکردهای سال‌های اخیر نظام سلامت کشور، استفاده از ظرفیت‌های موجود در طب کهن ملی ایران زمین است و در این مسیر یکی از محورهای اصلی همایش، به راهکارهای طب ایرانی در پیشگیری، کنترل و یاد درمان دیابت و عوارض آن اختصاص داده شده است. این کنگره و نمایشگاه می‌کوشد علاوه بر دانش افزایی، گفت‌وگو و تبادل علمی میان دانشجویان، استادان و صاحب‌نظران، حلقه‌های ارتباطی بین خدمت‌گیرندگان و خدمت‌دهندگان را برقرار سازد.

کنگره و همایش محصول تلاش مشترک نهادهای علمی، تجاری و مردم‌نهاد بوده که متشکل از بخش دولتی و غیر دولتی است.

### معرفی

همایش ملی گیاهان دارویی و راهکارهای طب ایرانی مؤثر بر دیابت، در راستای تعامل هر چه بیشتر حلقه‌های مرتبط با ارائه خدمات به بیماران مبتلا به دیابت با رویکرد استفاده از درمان‌های طبیعی و گیاهان دارویی و با مشارکت بخش‌های مختلف از جمله دانشگاه، صنعت، واحدهای تجاری و سازمان‌های مردم‌نهاد برگزار شده است و اهداف زیر را دنبال می‌کند:

- شناسایی ظرفیت و ویژگی‌های پایه و کاربردی گیاهان دارویی به ویژه گیاهان مؤثر در کنترل و پیشگیری از دیابت
- بازخوانی راهکارهای طب سنتی ایران در کنترل دیابت و عوارض آن
- آموزش نکات کاربردی لازم و مفید در پیشگیری و کنترل دیابت و عوارض آن برای مراقبان سلامت، درمانگران و بیماران مبتلا

## مقاله



## تأثیر عصاره بابونه بر زخم

استفاده نامتعارف از داروهای آنتی بیوتیک در گذر زمان سبب ایجاد مقاومت در برابر آنتی بیوتیک‌ها در باکتری‌ها شده است که یکی از طبقات آن بروز عفونت‌های مقاوم به درمان در زخم‌هاست. مطالعات انجام شده روی گیاه بابونه نشان می‌دهد: این گیاه باعث افزایش اپیتلیالیزاسیون و کلاژن‌سازی زخم و افزایش سرعت بهبودی زخم می‌شود. در مطالعه‌ای به تأثیر بابونه در درمان کولیت زخمی و کاهش شاخص‌های التهابی زخمی کولیت اشاره شده است. بر اساس نتایج حاصله از مطالعات انجام شده، بابونه باعث کنترل رشد باکتری‌های مقاوم به آنتی بیوتیک می‌شود. بابونه بر افزایش سرعت بهبودی زخم مؤثر است و همچنین می‌تواند سبب کاهش عفونت زخم شود.

محمدحسن خرمی و مونا لری - کارآفرینی در گیاهان دارویی

## گیاهان دارویی وزخم‌های دیابتی

یکی از پرهزینه‌ترین و مخرب‌ترین عارضه‌های دیابت، زخم پای دیابتی است که اگر مراقبت‌های لازم ارائه نشود، می‌تواند به عفونت، گانگرن، قطع عضو حتی مرگ منجر شود. تحقیقات انجام شده، نشان می‌دهد که زردچوبه از طریق اثرات ضد التهابی، ضد میکروبی، آنتی اکسیدانی، عصاره ریشه گیاه جغجغه و صمغ گیاه انغوزه با تسریع روند التهابی، تکثیر اپیتلیوم و فعالیت ضد میکروبی، ضد التهابی و ضد دیابتی که روی زخم دارند در این باره مؤثر هستند. گیاهانی مانند شیرابه زرد رنگ آلونه‌ورا و عصاره بره موم، عصاره گزنه و بابونه رومی، عسل حرارت دیده و روغن زیتون، پیه انار، تخم شنبلیله، دارچین، روغن نارگیل باکره، پماد حاوی (عسل، روغن کنجد و کافور)، جوشانده سرشاخه‌های گیاه شاه‌افسر، عصاره الکلی هسته انگور، چای ترش، همیشه‌بهار، لاونده، بابونه، چای سبز، کلپوره، غازیاقی، گل ماهور، یونجه پاکلاغی، خار مریم، عصاره آبی مازو، پماد ریشه بوزیدران، مورد، کندر، بارهنگ، کاکنج، زیره سیاه، اسطوخودوس و... با داشتن همه‌یابری خاص مشابه در روند بهبود زخم پای دیابتی مؤثر هستند. گیاهان دارویی با خاصیت آنتی اکسیدانی، ضد التهابی، آنژیوپروتزی، ضد میکروبی و افزایش دهنده فیبروبلاست و کلاژن موارد مناسبی در درمان زخم پای دیابتی هستند. صرف نظر از تأثیر این گیاهان در کنترل زخم پای دیابتی، مصرف گیاهان دارویی به وسیله بیماران دیابتی تحت هیچ شرایطی نباید بدون نظر تیم پزشکی انجام شود.

مریم آقایی و سمیه دوستی ایرانی

## علل دیابت در طب سنتی ایران

در متون طب سنتی، علت اصلی برای این بیماری ذکر شده است که شامل سوء مزاج گرم مفرط کلیه‌ها و سوء مزاج سرد کلیه‌ها یا سوء مزاج سرد جمیع بدن است. شایع‌ترین علت این بیماری، سوء مزاج گرم مفرط کلیه‌ها بیان شده است و این سوء مزاج یک سوء مزاج عضوی (وجود گرمی بسیار زیاد کلیه‌ها) محسوب می‌شود. به این علت، جذب رطوبت از کبد و معده به سمت کلیه‌ها زیاد (که باعث ایجاد تشنگی می‌شود) و در ضمن، دفع ادرار از کلیه‌ها و مجاری ادرار زیاد می‌شود. این موضوع گشادگی مجاری ادرار و ضعف قوه‌ای ماسکه یا نگه‌دارنده ادرار را به همراه دارد و کلیه‌ها از ضبط و نگهداری رطوبت‌ها عاجز می‌مانند. بر اساس متون طب ایرانی به غیر از رویکردهای دارویی، ۶ اصل ضروری تحت عنوان اصول «نگهداشت تندرستی» برای پیشگیری و کنترل دیابت احصا می‌شود که رعایت بهداشت رادر حیطه‌های هوا و محیط زندگی، تغذیه، فعالیت فیزیکی، خواب و بیداری، روان و تعادل مواد در بدن، مورد تأکید قرار داده و به‌طور گسترده‌تری از یافته‌های جدید به این مقوله پرداخته است.

گردآوری: قربان دیری - مهدی زروندی



## دیابت، رژیم غذایی و بهبود شیوه زندگی

برای پیشگیری و کنترل دیابت، برنامه بهبود شیوه زندگی، نوع تغذیه و استفاده از رژیم غذایی دارای گیاهان دارویی از اهمیت خاصی برخوردار است. اصلاح شیوه زندگی اغلب حول ۳ محور؛ بهبود عادت‌های غذایی و بهره‌مندی از محصولات گیاهی، افزایش فعالیت بدنی مناسب و کاهش مصرف دخانیات تنظیم می‌شود.

این یادداشت، اشاره‌ای به برخی از مهم‌ترین گیاهان دارویی کاهنده قند خون تأیید شده در گزارش‌های بالینی و آزمایشگاهی دارد. همچنین گیاهان دارویی که در طب سنتی ایران برای درمان دیابت تجویز می‌شوند، معرفی می‌کند.

پژوهش‌های جدید نشان می‌دهند که توجه دوباره به داروهای قدیمی و درمان‌های طبیعی باعث ایجاد موج جدیدی از تحقیقات درباره شیوه‌های سنتی درمان دیابت شده است.

بر اساس آمار سازمان بهداشت جهانی، گیاهان ضد قند سنتی می‌توانند یک منبع مفید از ترکیبات خوراکی کاهش دهنده قند خون باشند که به صورت دارو یا مکمل‌های غذایی استفاده می‌شود. ترکیباتی که از گیاهان دارویی مشهور به ضد دیابت استخراج می‌شود، بیشتر کارکردی کمکی برای انسولین دارند و هنوز ماده گیاهی به دست نیامده است که نقش کامل انسولین را بازی کند و بیشتر آن‌ها برای دیابت نوع ۲ (دیابت غیر وابسته به انسولین) مؤثر هستند.

برخی از این محصولات که در شرایط مناسب و با به دست آوردن شناخت کافی از آن‌ها و نحوه مصرفشان می‌توانند برای کنترل و گاهی درمان دیابت به عنوان مکمل استفاده شوند، عبارت هستند از:

**سیر:** این گیاه سرشار از فولیک اسید، ویتامین C، کلسیم، آهن، منیزیم، پتاسیم و مقدار کمی روی و ویتامین‌های B1، B2 و B12 است. سیر همچنین حاوی گوگرد است که سیستم ایمنی را تحریک می‌کند و ظرفیت بالایی در نابود کردن توهم‌های سرطانی دارد. اثرات سیر به واسطه داشتن ترکیبات آلیسین و سولفور در کاهش قند خون مؤثر است و باعث تحریک ترشح انسولین می‌شود.

**دارچین:** دارچین درختچه‌ای از راسته لورالس است که پوست آن به عنوان ادویه به کار می‌رود. بررسی‌های علمی، مؤثر بودن دارچین در درمان بیماری نقص ایمنی اکتسابی را تأیید کرده است. دارچین موجب کاهش مقدار گلوکز سرم در حالت ناشتا می‌شود و در درمان دیابت نوع ۲ مؤثر است.

**ازگیل:** ازگیل درختچه‌ای از خانواده گل سرخیان است. نتایج پژوهش‌ها نشان داده است میزان گلوکز خون در دیابتی‌های دریافت‌کننده عصاره برگ ازگیل به‌طور معناداری کاهش یافته است. بنابراین می‌توان گفت برگ ازگیل در درمان دیابت نقش دارد.

**زیره سیبز:** میوه این گیاه خانواده چتریان حاوی مقادیر زیادی آنتی اکسیدان است. نیاسین، مس و منیزیم موجود در دانه زیره سبز دارای اثرات ضد دیابتی است. بر اساس نتیجه پژوهش‌ها، اثر عصاره اتانولی زیره سبز باعث کاهش چشمگیر میزان گلوکز خون در دیابتی‌ها می‌شود.

**هندوانه ابوجهل (کدوی تلخ):** هندوانه ابوجهل، میوه‌ای تلخ مزه از راسته کدویی‌هاست. ترکیبات شیمیایی موجود در این میوه در درمان بیماری قند نقش دارد. پژوهشگران برای تعیین اثر هندوانه ابوجهل بر دیابت تحقیقاتی انجام داده‌اند. نتایج حاکی از کاهش چشمگیر مقدار HbA1c و گلوکز خون ناشتا بود.

**شنبلیله:** شنبلیله گیاهی از خانواده نخود است. گزارش‌های متعدد نشان می‌دهند، دانه شنبلیله باعث کاهش گلوکز و کلسترول خون در افراد مبتلا به دیابت نوع ۱ و ۲ می‌شود. نتایج مطالعات تجربی حاکی از آن است که مصرف شنبلیله حساسیت به انسولین را افزایش و مقدار گلوکز خون را کاهش می‌دهد.

**خار مریم:** عصاره دانه گیاه خار مریم از خانواده گل ستاره‌ای‌ها دارای

قدرت آنتی اکسیدانی بسیار قوی است و در درمان دیابت نوع دوم نقش بسزایی دارد. مطالعات تجربی نشان می‌دهد که عصاره دانه خار مریم در افراد مبتلا به دیابت به کاهش مقاومت به انسولین و نیاز به مصرف انسولین خارجی منجر می‌شود. همچنین سیلی مارین در کاهش کلسترول خون سودمند است.

**مرزه خوزستانی:** مرزه خوزستانی، گیاهی از خانواده نعناع است. مهم‌ترین ترکیب موجود در روغن این گیاه، کارواکرول است. یک مطالعه علمی نشان داد که عصاره آبی مرزه خوزستانی باعث کاهش گلوکز و مالون دی‌آلدئید در سرم افراد دیابتی می‌شود. همچنین باعث کاهش چربی‌های سرم و شاخص‌های آتروژنی دیابتی می‌شود. **چای سبزی:** چای سبزی از خانواده چای است. این گیاه دارای خصوصیات آنتی اکسیدان، ضد التهاب، ضد جهش ژنتیکی، ضد سرطان و درمان‌کننده اختلالات قلبی است. پژوهشگران معتقد هستند چای سبزی در درمان دیابت نوع ۲ تأثیر بسزایی دارد.

**سیاه‌گیله:** سیاه‌گیله درختچه‌ای است که در جنگل‌های گیلان (اسالم) می‌روید. میوه خوراکی آن به رنگ ارغوانی تیره یا سیاه است. نتایج برخی پژوهش‌ها نشان می‌دهد عصاره اتانولی میوه سیاه‌گیله پس از ۱، ۲، ۳، ۴، ۵، ۸ و ۲۴ ساعت از مصرف غذا در ترش‌های نردیابتی نوع ۱ باعث کاهش میزان گلوکز خون بعد از صرف غذا می‌شود. همچنین مصرف عصاره برگ این گیاه، میزان گلوکز خون را در افراد مبتلا به این نوع دیابت کاهش می‌دهد.

**خیار تلخ:** این میوه شبیه کدوی زگیل دار بوده و تمام قسمت‌های آن بسیار تلخ است. میوه تازه آن به رنگ سبز است که با رسیدن به رنگ نارنجی زرد تبدیل می‌شود. میوه خیار تلخ حاوی ماده‌ای شبیه انسولین است و مصرف روزانه حدود ۶۰ گرم شیره این گیاه به کاهش مختصر قند خون منجر می‌شود.

**گیاه دارویی اسپند:** گیاهی علفی چندساله، پایا، فاقد کرک، باریشه‌های خزنده، ساقه‌های منشعب و برگ‌های محکم از تیره قره‌داغیان است. گیاه اسپند به واسطه داشتن ترکیبات مختلف دارویی مانند اسیدهای آمینه، روغن‌های فرار و کربوهیدرات‌ها برای درمان بیماری‌های مختلف مانند دیابت، سرطان، بیماری‌های قلبی و... استفاده می‌شود. گیاه اسپندیکی از گیاهان دارویی مهم در کشور ایران است که در طب سنتی، پزشکی، صنعت و تجارت به آن توجه می‌شود.

**پوست میوه انار:** عصاره هیدرو الکلی پوست میوه انار، ظرفیت پیشگیری‌کننده و ضد دیابتی خوبی در کنترل تغییرات ناشی از دیابت دارد.

**زرشک:** گیاه زرشک نیز از پرکاربردترین گیاهان دارویی طب سنتی ایران است. بخش‌های مختلف گیاه زرشک شامل ریشه، ساقه، برگ، میوه و پوست به دلیل دارا بودن ترکیبات ثانویه همچون آنتوسیانین‌ها، دارای خواص درمانی مجزایی در حوزه دیابت است. **سنجد تلخ:** سنجد تلخ گونه‌ای است پیش‌رو، دارویی و تثبیت‌کننده ازت خاک که برای جنگل‌کاری مناطق خشک و نیمه خشک توصیه می‌شود. این گیاه براساس مقالات مختلف در کاهش دیابت نقش مهمی دارد.

**گزنه:** در طب سنتی شواهدی بر اثر ترکیبات آن بر کاهش قند خون موجود است.

اما باید دانست مصرف گیاهان دارویی به وسیله بیماران دیابتی تحت هیچ شرایطی نباید بدون نظر پزشک انجام شود. این گیاهان دارویی نباید جایگزین داروهای ضد دیابت یا انسولین بیماران دیابتی شوند چرا که اولاً اثر آنان بر کاهش قند خون خفیف است، ثانیاً از میزان تأثیر فردی به فرد دیگر متفاوت بوده و ثالثاً ممکن است با دیگر داروهای مورد استفاده بیماران تداخل داشته باشد. همچنین عوارض و اثرات مصرف طولانی مدت این گیاهان ناشناخته است.

گردآوری: منیره صبوری



## تأثیر گیاهان دارویی بر دیابت در گفت و گو با متخصصان این حوزه

# درمان گیاهی قند تلخ

نجمه سادات موسوی زاده - بر اساس آمارهای جهانی، تا سال ۲۰۱۰، بیش از ۱۵۰ میلیون نفر در سراسر جهان به دیابت مبتلا هستند و پیش بینی می شود تعداد مبتلایان به این بیماری تا سال ۲۰۲۵ میلادی به بیش از ۳۰۰ میلیون نفر برسد. در ایران نیز حدود ۱۲ درصد از جمعیت بالای ۱۸ سال، به دیابت مبتلا یا در معرض خطر ابتلا گزارش شده اند. افزایش سن، چاقی، سابقه خانوادگی، مصرف سیگار، مصرف الکل، مصرف غذاهای پر کالری، استرس محیطی و بی تحرکی از جمله عواملی هستند که سبب شیوع دیابت می شوند. بسیاری از افراد جامعه به علت چکاپ نشدن سالیانه، بسیار دیر متوجه بیماری های خود از جمله دیابت می شوند و این موضوع باعث شده تا با مراجعه به پزشک به استفاده از داروهای متعدد شیمیایی مجبور شوند.

امروزه عوارض جانبی داروهای شیمیایی بر هیچ کس پوشیده نیست و مطابق آمار مشکلات ناشی از عوارض این داروها سالانه هزینه های بالغ بر یک میلیارد دلار در بر دارد. کشور ما نیز به لحاظ مصرف دارو، سرانه ای ۴ برابر استاندارد جهانی دارد، بنابراین در چنین شرایطی، گرایش به مصرف گیاهان دارویی و داروهای گیاهی اجتناب ناپذیر است. اهمیت بیماری دیابت و استفاده از گیاهان دارویی باعث شده است تا کنگره ملی و نمایشگاه بین المللی گیاهان دارویی و راهکارهای طب ایرانی مؤثر بر دیابت از ۱۷ تا ۱۹ مهر ماه در منطقه ما برگزار شود.

### ▼ دیابت یا مرگ خاموش

محمد باقر رضایی، رئیس انجمن علمی گیاهان دارویی ایران و رئیس این کنگره، با بیان اینکه گیاهان دارویی از ابتدای حیات بشر استفاده می شدند، اظهار کرد: در سال های اخیر بحث استفاده از گیاهان دارویی جزو اولویت های زندگی افراد قرار گرفته، چون دیگر برای همه افراد عوارض گیاهان شیمیایی به خوبی مشخص شده است و با توجه به اینکه کشور ما بهترین گونه های گیاهی را در حوزه درمانی دارد، می توان با استفاده از طبیعت، سلامت انسانی را تأمین کرد. وی افزود: استفاده از گیاهان دارویی چه به روش سنتی و چه پیشرفته برای کنترل بسیاری از بیماری ها مانند فشار خون، دیابت و یاردهای مزمن مؤثر است، یکی از بیماری های شایع جهان امروز دیابت یا مرگ خاموش است و متأسفانه چون در کشور ما افراد عادت به چکاپ سالیانه ندارند، بسیار دیر متوجه این بیماری خود می شوند.

رضایی تصریح کرد: بسیاری از ایرانی ها به دلیل نوع تغذیه خود در میانسالی دچار بیماری دیابت می شوند و برای درمان آن به سراغ داروهای شیمیایی می روند غافل از اینکه بسیاری از داروهای شیمیایی در کنار اینکه بیماری آن ها را درمان می کند، عوارضی را نیز به دنبال دارد.

رئیس کنگره ملی و نمایشگاه بین المللی گیاهان دارویی و راهکارهای طب ایرانی مؤثر بر دیابت، ادامه داد: گیاهان دارویی مختلفی شناسایی شده است که می تواند در کنترل بیماری دیابت تأثیرگذار باشد و از جمله آن ها می توان به کلیپوره، هندوانه ابوجهل و... اشاره کرد و بسیاری از این گیاهان که روی بیماران جواب داده است امروز تبدیل به داروهای گیاهی شده اند که به شکل شربت یا قرص به فروش می رسند.

### ▼ ضرورت چتر بیمه ای برای گیاهان دارویی

وی درباره سؤالی مبنی بر اینکه چرا داروهای گیاهی کمتر به وسیله پزشکان تجویز می شود؟ گفت: برخی از پزشکان شناخت کافی از گیاهان دارویی ندارند، از طرفی این داروها نسبت به داروهای شیمیایی گران تر هستند و چون زیر چتر پوشش بیمه ای نیستند، اکنون رغبت کمتری به استفاده از آن ها وجود دارد.

رئیس انجمن علمی گیاهان دارویی ایران بیان کرد: تمام این موارد باعث شد تا با برگزاری کنگره ملی و نمایشگاه گیاهان دارویی و راهکارهای طب ایرانی مروری بر تحقیقات انجام شده در باره گیاهان دارویی و تأثیر پذیری آن ها در کنترل و درمان بیماری ها داشته باشیم و مقرر شد نخستین کنگره با محوریت موضوع دیابت در مشهد برگزار شود تا افراد مبتلا به این بیماری، پزشکان و تولیدکنندگان و پژوهشگران در کنار هم بتوانند برای درمان این بیماری به روش طب سنتی اقدام کنند.

### ▼ هر ۱۰ ثانیه یک نفر بر اثر دیابت می میرد

مهدی یوسفی، رئیس دانشکده طب سنتی دانشگاه علوم پزشکی، مشهد نیز بیماری دیابت را یکی از بیماری های شایعی دانست که ۹ درصد جمعیت بالای ۱۸ سال جهان و ۱۲ درصد افراد بالغ در ایران به آن دچار هستند. وی که دبیر علمی کنگره ملی و نمایشگاه بین المللی گیاهان دارویی و راهکارهای طب ایرانی مؤثر بر دیابت نیز هست در همین باره اظهار کرد: هر ۱۰ ثانیه در جهان یک نفر بر اثر بیماری دیابت جان خود را از دست می دهد، ضمن اینکه این بیماری آسیب های جدی به اعضای بدن مانند چشم، عروق و... می زند و زخم های دیابتی را ایجاد می کند که ۲۰ درصد این زخم ها به قطع عضو منجر می شود.

وی افزود: سبک زندگی افراد تأثیر بسزایی در شکل گیری

بیماری دیابت تیپ ۲ دارد و افزایش سن، چاقی، سابقه خانوادگی، مصرف سیگار، مصرف الکل، مصرف غذاهای پر کالری، استرس محیطی و بی تحرکی از جمله عواملی هستند که سبب شیوع دیابت می شوند.

یوسفی بیان کرد: بیماری دیابت یکی از بیماری های فراگیر و مهمی است که گروه های مختلف با آن در ارتباط هستند، گروه های خانواده و پزشک و گروه های دیگری که درباره تولید، کشت و توزیع گیاهان فعالیت می کنند و همچنین مراکز تحقیقاتی و پژوهشگاه ها و دانشکده های کشاورزی که در شناسایی و بهره وری گونه های گیاهی متمرکز هستند، همگی ارتباط مستقیمی با این بیماری دارند.

### ▼ تولیدکننده گیاهان دارویی، پزشک و بیمار

رئیس دانشکده طب سنتی دانشگاه علوم پزشکی مشهد ادامه داد: در همین راستا تصمیم گرفته شد تا کنگره ملی و نمایشگاه گیاهان دارویی و راهکارهای طب ایرانی مؤثر بر دیابت برگزار شود تا با جمع شدن این گروه های مختلف و همچنین حضور بیماران مبتلا به دیابت علاوه بر آگاهی بخشی بتوان حلقه ارتباطی بین تولیدکننده و توزیع کننده گیاهان دارویی با پزشک و بیمار برقرار کرد.

وی درباره طریقه شرکت افراد در این کنگره نیز مطرح کرد: با توجه به اینکه جمع کثیری مخاطب این کنگره هستند، دانشجویان و محققان می توانند از طریق ثبت نام در سایت کنگره و بیماران مبتلا به دیابت هم از طریق ثبت نام و هم از طریق انجمن دیابت در کنگره ملی و نمایشگاه گیاهان دارویی و راهکارهای طب ایرانی شرکت کنند.

دبیر علمی کنگره ملی و نمایشگاه بین المللی گیاهان دارویی و راهکارهای طب ایرانی مؤثر بر دیابت با بیان اینکه در بیماری دیابت قبل از اینکه علائمی مانند بالا رفتن قند

خون در بدن بروز پیدا کند، می توان اقدامات پیشگیرانه ای انجام داد، گفت: بهترین اقدام رعایت استانداردهای شش گانه طب ایرانی مانند دوری از آلودگی هوا، ساعت خواب مناسب، نخوابیدن بلافاصله بعد از شام و... است.

یوسفی همچنین درباره تأثیر داروهای گیاهی در کنترل دیابت اظهار کرد: گیاهان دارویی تأثیری درازمدت دارند و از آنجا که بیشتر افرادی که به پزشک مراجعه می کنند دیر متوجه بیماری خود شده اند و قند خون بالایی دارند، نمی توان برای این افراد که نیازمند استفاده از انسولین هستند به یک باره این دارو را قطع و از طب سنتی و داروهای گیاهی استفاده کرد، ضمن اینکه استفاده از این گیاهان نیز باید تحت نظر پزشک در کنار داروهای شیمیایی باشد و فرد نمی تواند به هر میزان از آن ها استفاده کند.

یوسفی، یکی از راهکارهای گسترش فرهنگ استفاده از داروهای گیاهی و طب سنتی را برگزاری همایش ها و کنگره ها مطرح کرد و افزود: حضور انجمن های تخصصی و دعوت از عموم جامعه و همچنین پزشکان و ارائه دستاوردهای نوین درباره داروهای گیاهی می تواند راهکار مؤثری برای معرفی و گسترش فرهنگ استفاده از این گیاهان باشد.

### ▼ ابتلای ۱۵۰ میلیون نفر در جهان به دیابت

مجید دشتی، رئیس انجمن علمی گیاهان دارویی خراسان رضوی، با اشاره به تأثیر گیاهان دارویی در درمان بیماری دیابت اظهار کرد: بیماری دیابت به عنوان چهارمین علت مرگ و میر در جهان ثبت شده است. بر اساس آمارهای جهانی، تا سال ۲۰۱۰ بیش از ۱۵۰ میلیون نفر در سراسر





شرکت تولیدی و کشت و صنعت و ۱۶ آزمایشگاه در باره تولید و فرآوری گیاهان دارویی (تهیه اسانس، عصاره، افشرد، عرقیات، رنگ‌های گیاهی و سایر بسته‌بندی‌های دارویی به صورت قرص، درآه، پودر، گرانول، کرم، پماد، شربت و مایعات دیگر) فعال هستند و ۸۰ قلم داروی گیاهی با مواد مؤثره استاندارد (مورد تأیید وزارت بهداشت) وارد بازار شده است که متأسفانه به علت حمایت نکردن دولت (فاقد ارز حمایتی) از قیمت تمام شده بالایی در مقایسه با داروهای شیمیایی برخوردار هستند و تحت پوشش بیمه نیز قرار ندادند.



هر ۱۰ ثانیه در جهان یک نفر بر اثر بیماری دیابت جان خود را از دست می‌دهد

وی با بیان اینکه در ایران فروشندگان گیاهان دارویی مهم‌ترین راهنما و مشاور اغلب مصرف‌کنندگان این گیاهان محسوب می‌شوند، گفت: انتقال یافته‌های نوین علمی درباره گیاهان دارویی به این فروشندگان و ارتقای سطح دانش و آگاهی آنان از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است، برای دستیابی به این هدف لازم است ابتدا نیازهای آموزشی این افراد مطالعه و بررسی شود تا براساس آن برنامه آموزشی مناسب تهیه و تدوین شود.

مدیر مرکز فن بازار تخصصی محصولات گیاهی ادامه داد: یکی از ضرورت‌های امروز این است که از توان بالقوه کشورمان در تولید گیاهان دارویی استفاده کنیم و سهم بیشتری از بازار جهانی به دست آوریم، برای تحقق این امر تعریف سیاست‌ها و برنامه‌ریزی برای تعیین جایگاه کشور در تولید جهانی، که شامل میزان تولید، رعایت استانداردهای بین‌المللی، ارائه قیمت‌های مناسب و بهره‌گیری از دانش و تخصص روز در فرایند اسانس‌گیری و عصاره‌گیری و تولیدکنندگان و مکمل‌های غذایی از گیاهان دارویی (فرآوری گیاهان دارویی) است، امری ضروری به نظر می‌رسد.

خسروی تصریح کرد: پشتیبانی تولید به وسیله برنامه‌های تحقیقاتی با کمک متخصصان و صنایع مصرف‌کننده و با استقرار کارخانه‌های عصاره‌گیری و کنترل کیفیت، برای عرضه محصولات جدید در نزدیک مزارع یکی از راهکارهای گسترش استفاده از محصولات گیاهی است. دبیر اجرایی این کنگره در ادامه یادآور شد: با توجه به وجود اقلیم‌های مختلف و گونه‌های انحصاری در کشور این امکان وجود دارد تا انواع بذریه‌ها و مواد مؤثره منحصر به فرد آن‌ها را تولید و به بازارهای جهانی صادر کنیم و از این طریق علاوه بر خودکفایی، ارزآوری خوبی را عاید کشور کنیم.

## ▼ ارزآوری محصولات گیاهی با صادرات

وی، ایجاد بخش‌هایی مانند مرکز تحقیقات گیاهان دارویی، فرآوری کشت و تولید گیاهان دارویی، اعطای تسهیلات اعتباری لازم برای تأمین نهاده‌های تولید، پیش‌بینی راهکارهای انگیزشی از طریق وضع سیاست‌های مناسب‌تر تجاری و در ادامه تلاش در راستای شفاف کردن عوامل عرضه و تقاضای این محصولات را از جمله راهکارهای توسعه تولید گیاهان دارویی برای صادرات آن‌ها بیان کرد.

خسروی، تربیت نیروی انسانی متخصص، توسعه تحقیقات کاربردی درباره تولید، فرآوری و بسته‌بندی استاندارد گیاهان دارویی، ایجاد ارتباط سیستمیک با مؤسسات و مراکز خرید، سامان‌دهی جوامع تخصصی، برقراری شبکه سریع و مطمئن صادرات، اعمال روش‌های عملی و استفاده از دانش و فناوری برتر برای کنترل کیفیت و کمیت، تقویت NGOها و بخش‌های خصوصی، بهینه‌سازی سیستم تهیه و توزیع، آموزش و تقویت بنیه علمی تجار و بازرگانان داخلی را از دیگر عوامل مؤثر در صادرات محصولات گیاهی مطرح کرد.

وی ادامه داد: بر اساس آمارهای موجود معاونت غذا و داروی وزارت بهداشت، ۱۵ درصد داروهای بدون تجویز پزشک مصرف می‌شود، ولی رویکرد جدید جامعه به گیاهان دارویی و استفاده از داروهای گیاهی باعث شده است تا این بازار نیز مورد استفاده بسیاری از سودجویان به لحاظ اقتصادی قرار گیرد.

نژادمحمد نامقی تصریح کرد: فرهنگ‌سازی استفاده از گیاهان دارویی حرکتی است که باید بسیار مراقب بود که مصرف بیش از اندازه و خارج از اصول می‌تواند صدمات جبران‌ناپذیری به سلامت جامعه در دراز مدت بزند. دانش‌افزایی مردم می‌تواند کمک بسیار بزرگی در این باره باشد. یکی از اهداف این کنفرانس که به همت فن بازار گیاهان دارویی و دانشکده طب سنتی دانشگاه علوم پزشکی مشهد و انجمن علمی گیاهان دارویی است می‌شود؛ نگاهی عملی به مقوله گیاهان دارویی است که امیدوارم بتواند مورد استفاده عموم مردم قرار بگیرد و نقش مؤثری در ترویج استفاده صحیح از گیاهان دارویی و داروهای گیاهی داشته باشد.

مدیر گروه گیاهان دارویی در مرکز تحقیقات و آموزش، همچنین درباره علت‌های تجویز نشدن داروهای گیاهی از سوی پزشکان گفت: ۲ دلیل عمده وجود دارد یکی اینکه بیماران معمولاً در مرحله حاد به پزشکان مراجعه می‌کنند که در این مرحله شاید گیاهان دارویی به کنترل و مهار بیماری قادر نباشند و حتماً باید از داروهای شیمیایی یا داروهای گیاهی استفاده شود. دلیل دیگر وجود نداشتن داروهای گیاهی مورد تأیید وزارت بهداشت در شبکه رسمی و قانونی توزیع داروی کشور (داروخانه‌ها) است.

## ▼ ضرورت اصلاح الگوی تغذیه در پیشگیری از بروز بیماری‌ها

وی همچنین یکی از عوامل پیشگیری از بیماری‌هایی همچون دیابت را اصلاح الگوی تغذیه‌ای افراد دانست و افزود: الگوی تغذیه برای هر فرد منحصر به خود همان فرد است و هر فرد با توجه به ژنتیک بدن باید تغذیه خاص خودش را داشته باشد، پس در اصلاح الگوی تغذیه و استفاده از گیاهان دارویی باید قبل از ارائه هر پیشنهادی یک نگاهی به فرد داشت.

نژادمحمد نامقی ادامه داد: رویکرد جامعه به غذاهای فست‌فود یا کنسروها یک خطر جدی برای آینده سلامت جامعه است. بدون شک باید این رویه را اصلاح و جایگزین‌های بهتری پیشنهاد کرد، جشنواره‌ها، کنفرانس‌ها، برنامه‌های تلویزیونی و روزنامه‌ها با نگاه علمی به این مقوله می‌توانند نسبت به اصلاح الگوی تغذیه نقش بسیار مهمی داشته باشند. البته نقش بخش‌های نظارتی در فرایند تولید محصولات صنعتی و بخش فرآوری گیاهان دارویی اهمیت ویژه‌ای دارد که نباید از آن غافل شد.

وی یادآور شد: تبیین نقش گیاهان دارویی در سلامت جامعه و اهتمام بخش صنعت نسبت به فرآوری، بسته‌بندی و ارائه آن‌ها باید مورد توجه فراوان قرار گیرد. عناب، کشمش، میوه‌های خشک شده، انواع برگه‌ها مانند زردآلو، هلو یا آلبالو هنوز در تغذیه کودکان و دانش‌آموزان ما جایگاهی ندارند. یک دلیل عمده آن توجه نکردن به نحوه ارائه آن‌ها در جامعه که مورد تأیید مراجع نظارتی و قبول جامعه باشد، است. این صنایع بسته‌بندی و صنعت غذایی ما هست که باید این خلأ را جبران کند.

## ▼ تولید ۸۰ قلم داروی گیاهی

امیرحسین خسروی، دبیر اجرایی کنگره ملی و نماینده بین‌المللی گیاهان دارویی و راهکارهای طب ایرانی مؤثر بر دیابت و مدیر مرکز فن بازار تخصصی محصولات گیاهی، نیز اظهار کرد: اکنون حدود ۷۲

## ▼ سهم کشت داروهای گیاهی بسیار ناچیز است

وی افزود: سطح زیر کشت گیاهان دارویی کشور ۱۷۰۰۰ هکتار (زعفران، زیره و گل محمدی و سایر گونه‌ها) گزارش شده است. بر اساس آمار سازمان جهاد کشاورزی استان خراسان رضوی، ۱۹۵۳۵ هکتار در سال ۱۳۹۶ به کشت گیاهان دارویی (به جز زعفران) اختصاص یافته است که از این مقدار سهم سایر گیاهان دارویی به غیر از زیره و گل محمدی بسیار ناچیز و حدود ۷-۸ هزار هکتار است. متأسفانه حدود ۸۰ تا ۸۵ درصد گیاهان دارویی اغلب از ریشگاه‌ها جمع‌آوری می‌شوند. عضو هیئت علمی مرکز تحقیقات و آموزش کشاورزی و منابع طبیعی خراسان رضوی، درباره چالش‌های موجود در توسعه کشت گیاهان دارویی در ایران نیز گفت: نبود متخصصان در سطوح عالی و کارشناسان در این حوزه، نبود دانش فنی کشت و تولید گیاهان دارویی، نبود بذر و نهال استاندارد و همچنین ماشین‌آلات برداشت و فرآوری گیاهان دارویی و حمایت نکردن دولت و هزینه‌های بالای تولید استاندارد گیاهان دارویی از جمله چالش‌های پیش‌رو است.

## ▼ مصرف خودسرانه دارو

علیرضا نژادمحمد نامقی، مدیر گروه گیاهان دارویی در مرکز تحقیقات و آموزش، نیز مطرح کرد: ایرانی‌ها بیش از ۲ برابر جمعیتشان دارو مصرف می‌کنند. آماری نگران‌کننده که شاید نشان از علاقه شدید ایرانی‌ها به مصرف خودسرانه دارو باشد. یک فرهنگ اشتباه مصرف دارو باعث شده که سرانه مصرف دارو در ایران ۳۴۰ قرص باشد، به عبارت دیگر یک ایرانی هر سال ۳۴۰ قرص مصرف می‌کند. یعنی به طور متوسط روزانه حدود یک قرص.

جهان به دیابت مبتلا هستند و پیش‌بینی می‌شود تعداد مبتلایان به این بیماری تا سال ۲۰۲۵ میلادی به بیش از ۳۰۰ میلیون نفر برسد که این امر هشدار جدی برای همه کشورها به ویژه جوامع فقیر و در حال توسعه است.

وی افزود: اگر چه عوامل دارویی متنوعی برای درمان انواع بیماری‌ها وجود دارد، اما اغلب بیماران به تحمل اثرات جانبی داروهای شیمیایی قادر نیستند و از سوی دیگر بیشتر گیاهان دارویی اثرات جانبی بسیار اندکی در بیماران به جای می‌گذارند. از این رو گرایش به سمت گیاهان دارویی به علت داشتن ترکیبات آنتی‌اکسیدانی از جمله انواع ویتامین‌ها، کارنتوئیدها، ترکیبات فنلی با خاصیت درمانی بیشتر شده است.

دستی ادامه داد: با توجه به عوارض ناشی از مصرف انسولین، بیماران دیابتی به مصرف ترکیبات گیاهی تمایل زیادی دارند. نتایج تحقیقات متعدد نشان داده‌اند که گیاهان دارویی متعددی مانند سیر، کلپوره، زرشک، شنبلله، گزنه، بوقناق، قره‌قاپو... می‌توانند در پیشگیری و درمان بیماران دیابتی مؤثر باشند. این گیاهان قادر هستند، قند خون را کاهش و ترشح انسولین و حساسیت به آن را افزایش دهند.

رئیس انجمن علمی گیاهان دارویی خراسان رضوی درباره تولید داروهای گیاهی اظهار کرد: بر اساس گزارش‌های سازمان خواربار جهانی (FAO)، ارزش تجارت جهانی گیاهان دارویی هم‌اکنون حدود صد میلیارد دلار در سال است که پیش‌بینی می‌شود در سال ۲۰۵۰ میلادی به رقم پنج تریلیون دلار برسد. در چنین شرایطی کشور ایران با داشتن شرایط اقلیمی و تنوع غنی گیاهی با ۹۰ میلیون دلار، تنها سهمی معادل ۲ درصد از تجارت جهانی گیاهان دارویی را به خود اختصاص داده است.







## نگاهی به مقالات ارسال شده به کنگره دیابت

# باید‌ها و نباید‌های دیابتی

کنگره ملی و نمایشگاه بین‌المللی گیاهان دارویی و راهکارهای طب ایرانی مؤثر بر دیابت از ۱۷ تا ۱۹ مهر ماه در منطقه گردشگری سیاد برگزار می‌شود. ۱۰۰ محقق ۱۷۰ مقاله تحقیقی شان را به دبیرخانه این کنگره فرستادند. در این ۲ صفحه چند مقاله تحقیقی با ویژگی در خور فهم و کاربردی بودن برای عموم ارائه می‌شود.

### گیاهان دارویی و کاهش استرس

رادیکال‌های آزاد و گونه‌های فعال اکسیژن، نقش مهمی در بروز استرس اکسیداتیو در باره بیماری‌های مختلف ایفا می‌کنند. تخریب اکسیداتیو ناشی از فعالیت این مولکول‌ها به دلیل تأثیر نامطلوب می‌توانند اختلالاتی در بدن ایجاد کنند و موجب بروز بیماری‌هایی همچون دیابت شوند. رادیکال‌های آزاد به طور کنترل نشده‌ای در بیماران دیابتی ایجاد می‌شود. امروزه یکی از بهترین منابع آنتی‌اکسیدان‌های طبیعی، ترکیبات مؤثر گیاهان است که نقش مهمی در حفاظت بافت‌ها در مقابل تأثیر اکسیدکنندگی رادیکال‌های آزاد اکسیژن و سایر گونه‌های فعال ایفا می‌کنند. بنابراین استفاده از گیاهانی که غنی از ترکیبات آنتی‌اکسیدانی هستند، می‌توانند باعث حفاظت بافت‌های بدن از آسیب‌های اکسیداتیو شوند. نتایج بررسی‌ها و تحقیقات نشان می‌دهد که در بیماری دیابت، تعادل میان آنتی‌اکسیدان‌ها و رادیکال‌های آزاد از بین رفته و عوارض بیماری دیابت از جمله نوروپاتی دیابتی که از طریق استرس اکسیداتیو ایجاد می‌شود، افزایش می‌یابد. بسیاری از گیاهان

دارویی مطالعه شدند که نتیجه آن حاکی از این بود که گیاهان مختلف و ترکیبات مؤثر آن‌ها حاوی مواد آنتی‌اکسیدان هستند که این ترکیبات، نشانگرهای استرس اکسیداتیو در بیماران دیابتی را کاهش می‌دهد و نقش محافظتی بر سلول‌های بدن دارد.

الهه و الهام آل ابراهیم‌دهکردی و علی‌ریحانیان

### افزایش خاصیت ضد دیابتی نان ترکیبی گندم

تعداد مبتلایان به دیابت به سرعت در جهان رو به افزایش است. بر طبق آمار سازمان سلامت جهانی، تعداد مبتلایان از ۱۹۵ به ۳۶۰ میلیون نفر تا سال ۲۰۳۰ خواهد رسید. از طرفی تقاضا برای ترکیبات طبیعی و غذاهای عمل‌گرای طبیعی به دلیل تأثیر جانبی ترکیبات شیمیایی به شدت افزایش یافته است. تریتیکاله حاوی ترکیباتی است که خاصیت ضد دیابت دارند. ایران ۷۶

درصد تولید سالانه زعفران جهان را به خود اختصاص داده است. علاوه بر ارزش سنتی به عنوان چاشنی غذایی، زعفران مصارف دارویی و تغذیه‌ای فراوانی دارد. از این چاشنی بی‌نظیر در تهیه نان ترکیبی گندم - تریتیکاله استفاده می‌شود تا علاوه بر افزایش کیفیت نان محصولی با ارزش تغذیه‌ای بسیار بالا و ضد دیابتی معرفی شود.

نان ترکیبی که در آن ۲۵ درصد از آرد گندم با تریتیکاله جایگزین شده است، با افزودن ۸، ۱۲ و ۱۶ درصد پودر زعفران (به ازای ۱۰۰ گرم آرد) پخت می‌شود که خواص ضد دیابتی، کیفی و ماندگاری در نان دارد.

آزمایش‌ها نشان می‌دهد که نان ترکیبی تهیه شده حاوی ۱۲ درصد پودر زعفران، بیشترین کاهش در قند خون و بهترین کیفیت از نظر خواص حسی، رنگ، حجم و ماندگاری دارد.

تا ۲۵ درصد امکان جایگزینی گندم با تریتیکاله وجود دارد. هم‌تریتیکاله و هم پودر زعفران، خواص ضد دیابتی دارند، اما اثر هم‌افزایی استفاده هم‌زمان از این ترکیبات شاخص است. نان تولیدی حاوی ۲۵ درصد تریتیکاله و ۱۲ درصد پودر زعفران، می‌تواند به عنوان یک غذای عمل‌گرا با ارزش تغذیه‌ای بالا ضد دیابت، فشار خون، سرطان، کم‌خونی و... معرفی شود.

زهره اشپخ الاسلامی و مهدی کریمی و کیارش کریمی

### تأثیر عصاره‌های آبی سیاه‌گیله، پونه و کلپوره بر دیابت

دیابت یک ناهنجاری متابولیکی است که از نقص در ترشح انسولین، عمل انسولین و یا هر دو ناشی می‌شود. بهبود الگوی قند خون در پیشگیری از عوارض بعدی دیابت دارای اهمیت است. با توجه به تمایل مردم برای مصرف داروهای گیاهی و نیز تأثیر نامناسب داروهای شیمیایی و عوارض جانبی متعدد گزارش شده از آن‌ها بر برخی گیاهان دارویی می‌تواند اثر درمانی مناسبی بر دیابت داشته باشد.

نتایج حاصل از تحقیقات نشان می‌دهد که مخلوط سه‌گانه سیاه‌گیله، پونه و کلپوره با غلظت ۵۰۰ میلی‌گرم بر کیلوگرم دارای تأثیر درمانی به مراتب بهتری نسبت به داروی گلی‌بن‌کلامید، بدون عوارض خاص روی بافت کبد است. در بررسی‌ها تأثیر درمانی مخلوط‌های دوگانه و مقایسه اثر آن‌ها با همدیگر، مشخص می‌کند که مخلوط یک به یک عصاره‌های سیاه‌گیله - کلپوره با غلظت ۵۰۰ میلی‌گرم بر کیلوگرم اثر درمانی مناسب‌تری را نسبت به مخلوط‌های دیگر دارد. همچنین اثر متقابل عصاره‌ها نیز گیاه دارویی سیاه‌گیله با غلظت ۵۰۰ میلی‌گرم بر کیلوگرم بهترین اثر درمانی و گیاه دارویی کلپوره با غلظت ۱۲۵ میلی‌گرم بر کیلوگرم ضعیف‌ترین اثر را از خود نشان می‌دهد.

دکتر حجت اقبال و امید مؤذن زاده خیاوی  
وسمانه اسدی و زهره امرادیان

### تأثیر گیاه‌گزنده در درمان دیابت

گزنه حاوی ریزمغذی‌ها و اجزای فعال بسیاری مانند فنل‌ها، ویتامین‌ها (B5, A, B2)، پتاسیم، منیزیم و آهن است. بررسی‌های مختلف صورت گرفته روی گزنه در طب جدید بیانگر تأثیر ضد فشار خون، ضد اسپاسم، ضد آنمی و ضد التهاب آن است. همچنین تأثیر ضد روماتیسم و ضد آرتروز آن و تأثیر عصاره آبی استخراج شده از ریشه این گیاه از طریق مهار ۵-آلفا ردوکتاز در درمان مطالعات مختلف بررسی و تأیید شده است. به علت عوارض ناشی از داروهای شیمیایی، داروهای مکمل و گیاهی همیشه توجه افراد به درمان علائم و رفع عوارض بیماری‌ها به ویژه بیماری دیابت است. تأثیر گزنه در کاهش گلوکز با مکانیسم احتمالی افزایش ترشح انسولین در مطالعات مختلف به اثبات رسیده است. گزنه می‌تواند نقش مؤثری در درمان بیماری‌های مختلف به ویژه دیابت ایفا کند ولی مطالعات بیشتری برای تأیید اثر بخشی آن لازم است.

راحله کارگزار و روشنگر سالاری و هدا عیسی

# گزارش

۷

یپامک شهرآرامحله: ۳۰۰۰۷۲۸۹

## اثر قارچ گانودرما لوسیدم و دیابت تیپ ۲

استفاده از گیاهان دارویی در طب ایرانی با در نظر گرفتن مزاج بیمار و مرحله بیماری و پیگیری بیماران می‌تواند به روند درمان و کنترل بیماران دیابتی کمک کند. یکی از قارچ‌هایی که مصرف دارویی دارد و بیش از ۲۰۰۰ سال قبل در چین، ژاپن و کره استفاده شده، گانودرما لوسیدم است که ۷ گونه از آن در ایران شناسایی شده و اکنون به طور موفقیت آمیزی در حال کشت و بهره‌برداری است. در یک مطالعه اثر آن روی ۷۱ بیمار دیابتی نوع ۲ آزمایش شد. کاهش چربی خون، تأثیر ضد التهابی، تقویت سیستم ایمنی، تأثیر ضد توموری، ضد آنتی‌اکسیدانی آن در مطالعات تأیید شده است. با توجه به داشتن طعم تلخ، پودر خشک شده آن در مکمل‌های غذایی و به شکل دمنوش استفاده می‌شود. اقلیم ایران به ویژه نواحی مرطوب زمینه کشت و بهره‌برداری از این قارچ را فراهم کرده و ضروری است تحقیقات گسترده‌تر انسانی این قارچ روی بیماران دیابتی انجام شود.

علی غلامپور و محمدرضا ناسر فی و ملیحه هنرور و ملیحه ظفری و عفت صبیفی

## بررسی گیاهان دارویی مؤثر در درمان بیماری دیابت

دیابت نوعی اختلال مزمن در متابولیسم کربوهیدرات، چربی و پروتئین و مشخصه آن افزایش قند خون در بیمار است. نارسایی قلبی - عروقی، کلیوی و کاهش فعالیت عصبی از جمله عوارض طولانی مدت این بیماری است. هم‌اکنون داروهای متعددی برای کاهش میزان قند خون بالا ارائه شده است ولی به دلیل بهبود نیافتن کامل این بیماری با مصرف داروهای موجود، تمایل به استفاده از درمان‌های جایگزین و طب ایرانی افزایش یافته است. در این میان نقش گیاهان دارویی با خواص کاهش دهنده قند خون در درمان بیماران دیابتی را نمی‌توان نادیده گرفت. مصرف گیاهان دارویی به‌ویژه زمانی که درمان‌های رایج به کنترل بیماری قادر نیستند و بیمار به تجویز انسولین نیاز دارد، چشمگیر است. نقش گیاهان دارویی و ادویه‌های گیاهی از جمله پیاز و سیر، شنبلیله، خیار تلخ، سیاه گیله، خار میم، هندوانه ابوجهل، آلوئه‌ورا، چای سبز، گیاه جینسینگ، پونه کوهی، دارچین، زنجبیل، زردچوبه و چوب میخک در بهبودی بیماری دیابت در تحقیقات مختلف تا حد زیادی به اثبات رسیده است که می‌تواند به عنوان مکمل استفاده شود.

دکتر سعید جاهدی پور، مشاور مدیر کل منابع طبیعی و آب‌خیزداری استان خراسان رضوی

مهندس علیرضا صابری، مدیر کل منابع طبیعی و آب‌خیزداری استان خراسان رضوی

## بارهنگ در طب ایرانی

بارهنگ، یکی از گیاهان مؤثر در درمان بیماری هاست. تمام بخش‌های این گیاه از بذر تا برگ اثر درمانی دارد. مصرف آن به شکل خوراکی، واژینال و ضمامد موضعی در کتاب قانون بیان شده است. با توجه به عوارض متعدد و شایع دیابت، استفاده از این داروی گیاهی می‌تواند تا حدودی از عوارض این بیماری بکاهد. بارهنگ در طب نوین به عنوان ضد التهاب و آنتی‌اکسیدان شناخته شده است ولی خواص دیگری نیز برای آن به اثبات

رسیده است، از جمله آن می‌توان به کمک به تشکیل لخته اشاره کرد. طبیعت این گیاه سرد و خشک است. افعال آن در «پایین تنه»، «سوزش ادرار» و سیلان خون بواسیر و... است. نقش مثبت بارهنگ در درمان دیابت به اثبات رسیده است. امروزه ثابت شده است که این گیاه با کتری کش است.

خواص درمانی دیگر این گیاه خواص ضد قارچی، ضد درد، ضد التهاب، فعالیت‌های آندروژنی و درمان کم خونی است. به این دلیل در درمان خونریزی، بیماری‌های پوستی، ضعف جنسی و زخم‌ها کاربرد دارد.

مواد مؤثره متنوع موجود در بارهنگ، این گیاه را تبدیل به یک گیاه منحصر به فرد کرده است. ترکیبات متنوع موجود در گیاه بارهنگ، موجب شده است که فعالیت‌های بیولوژیک متعددی در این گیاه به اثبات برسد. با توجه به آنالیز اجزای آن، این گیاه می‌تواند موجب تحریک روی رحم شود و به این دلیل در بارداری ممنوع است. به طور کلی بارهنگ یک گیاه کاملاً بی‌خطر است اما عوارض جانبی همچون تهوع و استفراغ، اسهال، بی‌اشتهایی، نفخ و درماتیت پوستی با مصرف این گیاه شاید افزایش پیدا کند. در تحقیقی در ترکیه از این گیاه برای درمان زخم‌ها استفاده می‌شود. طیف وسیعی از فعالیت‌های بیولوژی که در عصاره این گیاه یافت می‌شود، موجب بهبود زخم، اثر ضد التهابی، ضد درد، آنتی‌اکسیدان و آنتی‌بیوتیک ضعیف و تنظیم کننده سیستم ایمنی می‌شود.

مژده خدابخش و حمیده خرم‌پژوه

## گیاهانی برای حال خوش‌تر و قند کمتر

تأثیر استرس بر اختلال عملکرد سیستم‌های عصبی و درون‌ریز و نوسان‌پذیری سطح قند خون مبتلایان دیابت در پزشکی نوین اثبات شده است. همچنین استرس می‌تواند رفتارهایی مانند سیگار کشیدن، کم‌تحرکی و اختلالات خوردن را برانگیزد که همه در تشدید دیابت و پیامدهای آن نقشی بزرگ دارند. پژوهش‌های فراوانی نشان می‌دهد که کاهش سطح استرس با راه و روش‌های زیستی، شناختی، رفتاری، ذهن‌آگاهی، ورزش، موسیقی درمانی و تن‌آرامی می‌تواند به بهبود متابولیسم کربوهیدرات‌ها بینجامد. هسته این دیدگاه در آموزه‌های طب ایرانی نیز آمده است: افعال نباتی بدن (به مرکزیت کبد)، با افعال روانی و حیاتی (به مرکزیت مغز و قلب) در یک محور عملکردی متحد قرار دارند و همه افعال بدن، با قوای نفس و به واسطه روح‌های سه‌گانه عالی روی می‌دهند و میان افعال بدنی و ارواح و قوای نفس نیز تلازم و تعامل برقرار است. محققان در پژوهش‌های مختلف با ملاحظه این واقعیات و با نگاه به شیوع روبه افزایش دیابت در کشور، بر پایه شواهد متنی / تجربی در طب ایرانی یا شواهد بالینی در تحقیقات نوین به جست‌وجوی گیاهانی پرداختند که از سویی تأثیر آنتی‌دیابتیک داشته باشند و از سوی دیگر بتوانند با اثرگذاری بر مغز، سیستم عصبی خودکار و قلب پاسخ مفرط به استرس را تعدیل کنند و مانع برانگیختگی هیجانی شدید شوند. همچنین با نگرستن به شرایط اجتماعی، اقتصادی کشور، گیاهان بومی گزیده شدند که از مزایای دسترسی آسان، ارزانی و پذیرش فرهنگی نیز برخوردار باشند تا مردم به‌ویژه افراد کم‌درآمد از تأثیر سودمند این گیاهان در محور روانی - عصبی - غددی بهره‌مند شوند. این گیاهان برگزیده از جمله کاهو، خرفه، ریحان، بادرنجبویه، سیب و انار هستند.

مجید انوشیروانی و زینب جابریزاده

## تأثیر ماساژ غمز ایرانی در کنترل بیماری دیابت

از آنجایی که امروزه برخی از بیماران به کنترل مطلوب قند خون خود دست نیافته‌اند، علاقه‌مند هستند که در کنار سایر درمان‌های رایج، از روش‌های درمانی طب سنتی و مکمل، نظیر ماساژ غمز بهره بگیرند.

ماساژ غمز، به عنوان یک طب کل نگر در پیشگیری، تشخیص و درمان بسیاری از بیماری‌ها با توجه ویژه اندیشمندان طب ایرانی مواجهه بوده است که امروزه در طب رایج با عنوان ماساژ بازتاب درمانی در درمان بیماری دیابت استفاده می‌شود.

ماساژ غمز به وسیله فشار روی نقاط خاصی در دست، پا و... و با تحریک غدد و اندام‌های مرتبط با دیابت نظیر غدد اندوکرین و از طریق روش‌هایی چون هدایت سموم به سمت اندام‌های دفعی و بهبود عملکرد سیستم عصبی و گردش خون و تنظیم متابولیسم کربوهیدرات می‌تواند به برقراری تعادل کارکردی در این اعضا منجر شود و کاهش عوارض ناشی از ابتلا به دیابت و میزان دوز داروی مورد نیاز را به همراه داشته باشد. با توجه به مشابهت زیاد غمز و بازتاب درمانی از نظر سازوکار و سایر مباحث، می‌توان با آموزش این روش طب به جامعه پزشکی و بیماران، در راستای کنترل بیماری دیابت استفاده کرد.

محمود شریفی و زهره صادقی و زهره اسرلک

## تأثیر شنبلیله در درمان دیابت از دیدگاه طب ایرانی

از دیرباز و در طب ایرانی بیماری دیابت شناخته شده و به ۲ نوع دیابت سرد و گرم تقسیم شده است که هر کدام علائم، نشانه‌ها و درمان‌های خاص خود را دارند. از سوی دیگر استفاده از پروتکل‌های درمانی گیاهی از دیرباز در زندگی بشر پرکاربرد بوده است. شنبلیله که در طب سنتی ایرانی با اهداف درمانی مختلف استفاده می‌شود، در دهه‌های اخیر نیز برای پیشگیری و درمان دیابت به صورت گسترده به آن توجه شده است. از نظر طب ایرانی، شنبلیله با توجه به طبیعت گرم خود بیشتر در درمان مبتلایان به دیابت نوع سرد مفید واقع می‌شود. در مطالعات و پژوهش‌های جدید نیز مشخص شده است، مصرف شنبلیله می‌تواند به تنظیم هومئوستاز گلوکز و بهبود پارامترهای تحمل گلوکز و چربی کمک کند. در کارآزمایی‌های بالینی کنترل شده پیشین، مصرف شنبلیله در افراد پره دیابتیک نیز به تأخیرهای معنادار در شروع دیابت ایشان منجر شده است. اگرچه روش قطعی تأثیر شنبلیله بر درمان دیابت همچنان ناشناخته است، اما تحریک مستقیم ترشح انسولین به وسیله اسید آمینه ۴- که از عصاره شنبلیله استخراج می‌شود به عنوان مهم‌ترین مسیر احتمالی مطرح است. شناخت سازوکار دقیق تأثیر درمانی این گیاه بر دیابت نیازمند تحقیقات متعدد دیگر در بالین و آزمایشگاه است.

سیدروح... حسینی و محسن ذاکریان

## آب‌زین، راهکاری ساده و مؤثر در درمان و پیشگیری از بیماری‌ها

آب درمانی، سابقه چند هزار ساله دارد. آب‌زین، وسیله‌ای ساده برای درمان بیماری‌هاست که اولین بار در ایران باستان به کار گرفته شده است. از طرفی گرما درمانی و به‌ویژه استفاده از آب گرم در درمان بیماری‌ها قدمت زیادی دارد.

آب‌زین، به ظرفی به اندازه قامت انسان که پر از آب گرم باشد، می‌گویند. نقش اصلی آب‌زین، رطوبت‌رسانی به تمام یا عضوی از بدن است. با توجه به نقش آن در برانگیختن حرارت غریزی و تقویت بدن، جزو راهکارهای مناسب علاج محسوب می‌شود. بیشترین کاربرد آب‌زین در پیشگیری و درمان بیماری‌های همراه با غلبه خشکی مزاج است. درجه گرمی و مدت توقف در آب‌زین از نکات اصلی مؤثر بر نتیجه درمان است.

تسکین و تقویت جزو عملکردهای اصلی آب‌زین هستند، از طرفی با استفاده از داروهای گیاهی ویژه هر بیماری در آب‌زین می‌توان انواع بیماری‌ها را بدون مصرف خوراکی داروها، درمان کرد.

سید رضا وکیلی نیا، مهدی علیزاده و مجید اصغری

## لارودرمانی در زخم‌های دیابتی

در طب سنتی ایرانی، ۱۳ راهکار برای درمان زخم‌ها احصا شده است که ۱۱ مورد از آن‌ها به اقدامات موضعی مربوط می‌شود. اختلالات موضعی شامل نبود خون‌رسانی مناسب، سوءمزاج‌های چهارگانه محل زخم، قطعات استخوانی عفونی شده، عفونت زخم، ترشحات زیاد زخم، اقدامات نامناسب موضعی و بافت‌های نکروتیک در محل زخم که از مهم‌ترین علل در روند کاهش سرعت یا بهبودی نیافتن زخم‌ها محسوب می‌شود. یکی از شایع‌ترین علل موضعی زخم‌های عفونی طول کشنده، وجود بافت‌های نکروتیک است که علاوه بر ایجاد محیط کشت برای جرم‌های پاتولوژیک، خون‌رسانی به زخم را دچار مشکل می‌سازد. دبریدمان (برش) بافت‌های مرده، از مهم‌ترین اقدامات درمانی در پاک‌سازی محیط زخم و جلوگیری از تداوم عفونت است. یکی از بهترین روش‌های حذف بافت‌های مرده، لارودرمانی است که نوعی میکروسرجری محسوب و طی آن نه تنها بافت‌های مرده با ظرافت و دقت فراوان حذف می‌شوند بلکه با متابولیت‌های تولید شده از سوی لاروها اغلب با کتری‌ها هم از بین می‌روند. ترشحات حاصل از لارو، محیط زخم را اسیدی کرده و به نوعی در استریلیزاسیون و تحریک ترمیم زخم نیز مؤثر هستند. در افراد مبتلا به دیابت، عفونت‌های مقاوم به درمان باعث طولانی شدن عمر زخم و در نتیجه افزایش عمق زخم می‌شوند. یکی از مشکلات بیماران مبتلا به دیابت، واسکولوپاتی ناشی از دیابت است که سبب کاهش خون‌رسانی می‌شود و پوست اندام‌ها به‌ویژه اندام تحتانی به دلیل کاهش سرکولاسیون در معرض آسیب قرار می‌گیرند و به همین دلیل ترمیم آسیب‌های آن نیز با تأخیر انجام خواهد شد. یکی از اتفاقاتی که در جریان لارودرمانی به وقوع می‌پیوندد، تحریک محل زخم از متابولیت‌های فعالیت لارو ناشی می‌شود که سبب وازودیلاتاسیون و افزایش سرکولاسیون می‌شود و از این طریق نیز در بهبود زخم‌ها مؤثر خواهد بود.

مهدی یوسفی



تأثیر استرس بر اختلال عملکرد سیستم‌های عصبی و درون‌ریز و نوسان‌پذیری سطح قند خون مبتلایان دیابت اثبات شده است







MPSD 2018

# نخستین کنگره ملی

## و نمایشگاه بین المللی گیاهان دارویی

### و راهکارهای طب ایرانی موثر بر دیابت

مشهد مقدس  
 منطقه گردشگری سیاد  
 ۱۷ الی ۱۹ مهر ۱۳۹۷



چاپ مقالات برگزیده در



همراه با کارگاههای آموزشی  
 دارای امتیاز بازآموزی برای گروههای پزشکی

### محورهای اصلی

- ویژگیهای فیتوشیمی، فیتوفارماسی، فیتوتراپی، مونوگرافی، فیتوفارماکولوژی با اولویت گیاهان دارویی موثر بر دیابت
- جنبه های زراعی، اکولوژیکی و فیزیولوژیکی با اولویت گیاهان دارویی موثر بر دیابت
- دیدگاه و راهکارهای طب ایرانی در کنترل دیابت و عوارض آن
- نقش سبک زندگی در پیشگیری، کنترل و درمان دیابت و عوارض آن
- پیشرفتهای نوین در کنترل دیابت با رویکرد درمانهای طبیعی
- اقتصاد و تجارت گیاهان دارویی با محوریت گیاهان و فرآورده های موثر بر دیابت
- الگوسازی عملی در زمینه توسعه بخش گیاهان دارویی و داروهای گیاهی موثر بر بیماری ها و ترویج سلامت از طریق فن بازار تخصصی محصولات گیاهی

آخرین مهلت ارسال چکیده مقالات: ۲۰ شهریور ماه ۱۳۹۷  
 شروع ثبت نام در همایش: ۱ تیرماه ۱۳۹۷  
 تاریخ برگزاری همایش: ۱۷ الی ۱۹ مهرماه ۱۳۹۷

دبیرخانه کنگره: خراسان رضوی، مشهد مقدس، میدان آزادی، پردیس دانشگاه فردوسی و دانشگاه علوم پزشکی، دانشکده طب ایرانی و مکمل  
 دفتر فن بازار تخصصی بین المللی محصولات گیاهی سیاد، خراسان رضوی، مشهد مقدس، خیابان قائم طباطبائی، بین ۶ و ۷ پلاک ۵۵  
 تلفن دبیرخانه: ۰۵۱-۲۷۲۴۵۶۶۲ - فکس: ۰۵۱-۲۷۲۴۵۶۶۱

صاحب امتیاز: شهرداری مشهد  
 مدیر عامل: موسسه شهرآرا، مجید خرمی  
 سر دبیر شهرآرا محله: رضا سلیمان نوری  
 مدیر منطقه شهرآرا: رضا سیفی  
 دبیر شهرآرا محله منطقه ۲: محبوبه فارمیزی

همکاران این شماره: مینزه صبوری  
 تلفن شهرآرا محله منطقه ۲: ۳۷۲۷۵۶۷  
 تلفن دفتر مرکزی: ۳۷۲۸۸۸۱۰۵  
 تلفن روابط عمومی: ۳۷۲۴۳۱۰  
 نمابر: ۳۷۲۸۳۱۰ - شماره پیامک: ۳۰۵۰۷۲۸

دفتر مرکزی روزنامه شهرآرا: میدان شهدا، نبش دانشگاه یک  
 دفتر شهرآرا محله منطقه ۲: خیابان شهید کریمی، ۳، نبش تقاطع اول  
 پست الکترونیک: mahalle2@shahrara.com  
 کانال شهرآرا محله: @ShahraraMahalleh  
 دریافت نسخه الکترونیک شهرآرا محله در: shahraraonline.ir