

افراد دارای فشار خون، دارچین مصرف کنند



عضو هیات علمی پژوهشکده گیاهان دارویی جهاد دانشگاهی با بیان اینکه فشار خون بالا یکی از شایع‌ترین اختلالات دهه‌های اخیر است، گفت: دارچین با بهبود گردش خون و رساندن خون از مرکز بدن به پوست در تنظیم فشار خون نقش دارد.

عضو هیات علمی پژوهشکده گیاهان دارویی جهاد دانشگاهی با بیان اینکه فشار خون بالا یکی از شایع‌ترین اختلالات دهه‌های اخیر است، گفت: دارچین با بهبود گردش خون و رساندن خون از مرکز بدن به پوست در تنظیم فشار خون نقش دارد.

به گزارش ایسنا، دکتر سعیده ممتاز در خصوص بیماری فشارخون، اظهار کرد: میزان فشار خون برای بیماران مبتلا به فشار خون مرحله یک (stage 1 hypertension) به این صورت تعریف شده است: فشار خون سیستولی ۱۴۰-۱۵۹ میلی‌متر جیوه و فشار خون دیاستولیک ۹۰-۹۹ میلی‌متر جیوه.

وی ادامه داد: مطالعات اپیدمیولوژی نشان داده است که تعداد مبتلایان به فشار خون بالا در کشور آمریکا در بین سال‌های ۲۰۱۷ تا ۲۰۱۸، حدود ۱۱۵ میلیون نفر بوده است. همچنین، مطالعات نشان داده‌اند در بیمارانی که سطوح فشار خون آنها کنترل شده است، میزان مرگ و میر و سکتة مغزی به میزان قابل توجهی کمتر است، اما بسیاری از مبتلایان به فشار خون، به درمان با داروهای شیمیایی به خوبی پاسخ نمی‌دهند. از طرف دیگر، بسیاری از بیماران از عوارض جانبی این داروها گله‌مند هستند؛ از جمله نوسان فشار خون، کاهش میل جنسی و سردرد.

ممتاز در ادامه خاطرنشان کرد: مطالعات نشان داده‌اند که عدم درمان مناسب فشار خون و بروز عوارض جانبی به دنبال مصرف داروهای شیمیایی کاهنده فشار خون، باعث کاهش یا قطع مصرف این داروها از سمت بیماران می‌شود. بنابراین، بسیاری از مطالعات استفاده از داروهای گیاهی بعنوان درمان کمکی برای فشار خون بالا را پیشنهاد می‌کنند. در طبیعت، ترکیبات گیاهی بی‌شماری وجود دارند که در درمان فشار خون بالا مؤثر هستند، از جمله دارچین.

این عضو هیات علمی افزود: دارچین با نام علمی "Cinnamon" از گذشته‌های دور توسط فرهنگ‌های مختلف بدلیل کاربردهای درمانی‌اش مورد استفاده قرار گرفته است و دو گونه اصلی دارچین، خواص ضد توموری و آنتی‌اکسیدانی دارند. به طور کلی، مواد شیمیایی اصلی گزارش شده در دارچین شامل کومارین (Coumarin)، سینامیک اسید (Cinnamic acid)، اوژنول (Eugenol) و سینامالدهید (Cinnamaldehyde) هستند که به خواص دارویی دارچین کمک می‌کنند.

وی یادآور شد: یک کارآزمایی بالینی گزارش داده است که تجویز ۱۶ هفته‌ای ۳ گرم دارچین در روز به افراد مبتلا به سندرم متابولیک، منجر به کاهش قابل توجه فشار خون می‌شود. مطالعه دیگری گزارش داده است که تجویز ۱۲ هفته‌ای دارچین در بیماران مبتلا به دیابت باعث کاهش معنادار فشار خون سیستولیک و دیاستولیک می‌شود.

به گزارش روابط عمومی جهاد دانشگاهی، عضو هیات علمی پژوهشکده گیاهان دارویی جهاد دانشگاهی خاطرنشان کرد: هنوز مکانیسم مولکولی دارچین در درمان فشار خون مشخص نشده، اما مطالعات قبلی برخی از مکانیسم‌های پیشنهادی را عنوان کرده‌اند؛ همچون مهار فعالیت آنزیم‌های دخیل در متابولیسم کربوهیدرات، تحریک جذب سلولی گلوکز، تحریک سنتز گلیکوژن، تحریک آزادسازی انسولین و تقویت فعالیت گیرنده انسولین، کاهش سطح کلسترول و افزایش عملکرد آنزیم‌های آنتی‌اکسیدانی. مطالعات قبلی گزارش کرده‌اند که دارچین با بهبود گردش خون و رساندن خون از مرکز بدن به پوست در تنظیم فشار خون نقش دارد. همچنین، دارچین از طریق اتساع عروق محیطی باعث بهبود فشار خون بالا می‌شود. با توجه به یافته‌های ذکر شده، دارچین می‌تواند بعنوان گزینه درمانی کمکی برای بهبود فشار خون بالا استفاده شود.