

داروخانه‌ای از جنس رازیانه

دو نوع رازیانه وجود دارد؛ رازیانه با دانه‌های تلخ و رازیانه با دانه‌های شیرین. از زیرگونه دارای دانه‌های شیرین به عنوان طعم‌دهنده استفاده می‌شود.



رازیانه، گیاه دارویی و معطر دوسالانه متعلق به خانواده چتریان است؛ یک گیاه چتری با گل‌های زرد و برگ‌های پر مانند. ارتفاع این گیاه به 2.5 متر می‌رسد و همراه با ساقه‌ای توخالی رشد می‌کند. به طور کلی این گیاه بومی سواحل دریای مدیترانه در نظر گرفته می‌شود، اما در بسیاری از نقاط جهان بویژه در خاک‌های خشک نزدیک ساحل دریا و در رودخانه به طور گسترده رشد می‌کند.

جام جم سرا: دو نوع رازیانه وجود دارد؛ رازیانه با دانه‌های تلخ و رازیانه با دانه‌های شیرین. از زیرگونه دارای دانه‌های شیرین به عنوان طعم‌دهنده استفاده می‌شود.

تفاوت‌های مورفولوژیکی بین این دو زیرگونه کاملاً روشن نشده است. شاخ و برگ و دانه‌های گیاه رازیانه به طور گسترده‌ای در بسیاری از سنت‌های آشپزی جهان استفاده می‌شود.

در بسیاری از فرهنگ‌ها در شبه‌قاره هند و شرق میانه، از دانه رازیانه در پخت و پز استفاده می‌شود و رازیانه یکی از ادویه‌جات مهم در کشمیر و گجرات است.

علاوه بر استفاده در آشپزی، رازیانه خواص دارویی فراوانی دارد. از رازیانه و خواص ضدنفخ آن فراوان یاد شده است و حتی برای کاهش نفخ نوزادان نیز می‌توان از آن استفاده کرد. در شبه‌قاره هند، دانه این گیاه به صورت خام و همراه با برخی از شیرین‌کننده‌ها خورده می‌شود.

گاهی اوقات برای بهبود بینایی از عصاره رازیانه استفاده می‌شود. حتی برخی از بررسی‌های بالینی نشان داده است عصاره دانه آن دارای ظرفیت لازم برای درمان گلوکوم است. برخی از مطالعات نیز نشان داده است استفاده از این گیاه به عنوان یک داروی بالقوه برای درمان فشار خون بالا توصیه می‌شود.

از فواید شیر مادران برای نوزادان بسیار شنیده‌ایم، اما بسیاری از مادران از میزان کم شیر برای نوزادانشان رنج می‌برند. یکی از ترکیباتی که برای حل این مشکل پیشنهاد می‌شود استروژن‌های طبیعی هستند که به اصطلاح به آنها فیتواستروژن می‌گویند. به دلیل حضور این مواد در رازیانه، آن را محرک افزایش شیر مادران می‌دانند.

یائسگی نیز دورانی خاص برای خانم‌هاست که با نقص در تولید استروژن ارتباط دارد و می‌تواند به کاهش تراکم استخوان و دیگر علائم یائسگی مانند گرگرفتگی، عرق و نگرانی بینجامد.

داروهایی که از عوارض کاهش استروژن جلوگیری می‌کند به صورت سنتزی تهیه می‌شود و مورد استفاده خانم‌ها در این دوران قرار می‌گیرد اما احتمال ایجاد سرطان سینه و افزایش مشکلات قلبی و عروقی همواره جزو عوارض جانبی این داروهاست بنابراین محققان برای کاهش مشکلات دوران یائسگی به دنبال استروژن‌های طبیعی هستند.

در رازیانه ترکیبی به نام آنتول وجود دارد که عامل فعال‌کننده تولید استروژن است بنابراین برای ایجاد قاعدگی و تسهیل زایمان، می‌توان از رازیانه استفاده کرد. بخش اصلی اسانس رازیانه، آنتول است که عامل فعال‌شدن استروژن محسوب می‌شود.

آنتول یک عامل ضدانعقادی کارآمد به حساب می‌آید، زیرا فعالیت ضد پلاکتی آن باعث اثر بی‌ثبات‌کنندگی لخته خون می‌شود. علاوه بر این در رازیانه ترکیبات فنولی مختلفی یافت می‌شود که همگی جزو آنتی‌اکسیدان‌های طبیعی هستند بنابراین به نظر می‌رسد رازیانه می‌تواند یک عامل مفید در پیشگیری از انواع سرطان‌ها باشد.

علاوه بر این حضور این ترکیبات فنلی باعث شده است رازیانه مرکز توجه متخصصان تغذیه، دانشمندان مواد غذایی و محققان حوزه علوم دارویی قرار بگیرد.

علاوه بر خواص ذکر شده، اسانس استخراج شده از رازیانه اثر ضدباکتری نیز دارد؛ این اسانس در برابر عوامل بیماری‌زا که ناشی از مواد غذایی هستند مانند اشریشیاکلی، باسیلوس و استافیلوکوکوس اورئوس اثرات مثبت قابل توجهی نشان داده است.

نه فقط اسانس استخراج شده از رازیانه، بلکه عصاره‌های آبی و آلی به دست آمده از رازیانه علیه برخی باکتری‌ها فعالیت ضد باکتری مناسبی را گزارش کرده‌اند.

در یک مطالعه، اسانس استخراج شده از رازیانه، ظرفیت مناسبی برای کنترل عفونت مقاوم به چند دارو - که حاصل وجود باکتری اسپیتوباکتر (عامل بسیاری از عفونت‌های بیمارستانی) است - به نمایش گذاشت.

بررسی‌های محققان نشان می‌دهد عصاره استخراج شده از پوست رازیانه اثر تخریبی قابل توجهی روی قارچ کانیدیا آلبیکنس دارد که عامل ایجاد عفونت‌های دهانی و تناسلی است.

از رازیانه، خواص جالب دیگری از جمله خاصیت آنتی‌اکسیدانی رازیانه گزارش شده است. رازیانه می‌تواند رادیکال‌های آزاد را مهار کند.

مطالعات نشان داد فعالیت آنتی‌اکسیدانی عصاره و اسانس استخراج شده از رازیانه در مقایسه با BHT و BHA که

آنتی‌اکسیدان‌های رایج در صنعت هستند، قوی‌تر است. از عصاره استخراج شده از رازیانه خواص ضدالتهابی نیز گزارش شده است.

جالب است بدانیم اسانس رازیانه موجب فعالیت محافظت کبدی و کاهندگی قند خون نیز می‌شود. تجمع ترکیبات موثر داخل گیاه رازیانه، متغیر است و در هر یک از بخش‌های آن یعنی ریشه، ساقه، شاخه، گل و میوه تفاوت دارد. اثرات دارویی میوه رازیانه به طور کلی به اسانس آن نسبت داده می‌شود. در گزارش پایانی یک مطالعه آمده است که میزان اسانس و ترکیبات مختلف در مراحل مختلف بلوغ گیاه رازیانه نیز متفاوت است و اسانس که نمایشگاهی از فعالیت‌های دارویی این گیاه است، با بلوغ میوه کاهش می‌یابد.

البته شایسته است در استفاده از مواد طبیعی در درمان و پیشگیری از بیماری‌ها به استفاده ایمن از گیاهان دارویی و ادویه‌جات و آماده‌سازی آنها در استفاده‌های بالینی توجه شود. (دکتر مهدیه انتظاری - استادیار شیمی آلی دانشگاه آزاد اسلامی/ضمیمه سیب)