

گیاهان دارویی پیشنهادی برای تهوع و استفراغ بارداری: مطالعه مروری مبتنی بر طب سنتی ایران

دکتر شهربانو عبدالحسینی^۱، دکتر روشنک مکبری نژاد^{۲*}، دکتر ژاله علی اصل^۳،
دکتر فاطمه علی اصل^۴

۱. دکتری تخصصی طب سنتی، مرکز تحقیقات جراحی‌های کم تهاجمی، دانشگاه علوم پزشکی ایران، تهران، ایران.
۲. استادیار گروه طب سنتی، دانشکده طب سنتی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، تهران، ایران.
۳. دکتری تخصصی طب سنتی، مرکز تحقیقات طب اسلامی و مکمل، دانشگاه علوم پزشکی ایران، تهران، ایران.
۴. دکتری تخصصی داروسازی سنتی، دانشکده طب سنتی، دانشگاه علوم پزشکی تهران، تهران، ایران.

تاریخ دریافت: ۱۳۹۶/۰۶/۰۸ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۶/۰۹/۰۸

خلاصه

مقدمه: تهوع و استفراغ، از شکایات شایع دوران بارداری است. به دلیل نگرانی‌های مرتبط با مصرف دارو در بارداری، عوارض جانبی داروهای تأیید شده سازمان غذا و دارو و تمایل عمومی در استفاده از درمان‌های مکمل، درمان‌های غیردارویی به طور فزاینده در درمان تهوع و استفراغ بارداری به کار می‌رود. این راه‌ها به عنوان درمان‌های طبیعی و ایمن یا کم خطرتر از درمان‌های دارویی شناخته می‌شوند. مطالعه مروری حاضر با هدف معرفی گیاهان دارویی مؤثر بر تهوع و استفراغ بارداری در منابع طب سنتی ایران انجام شد.

روش کار: مطالعه حاضر یک بررسی کتابخانه‌ای و بررسی متون و نسخ و کتب اصلی طب سنتی ایران می‌باشد که در آن، گیاهان دارویی در ۶ کتاب مرجع طب سنتی مورد ارزیابی قرار گرفت. مراحل انجام این مطالعه شامل یافتن واژگان کلیدی، جستجو در منابع طب سنتی ایران، یافتن مترادفات، دسته‌بندی، امتیازدهی و مرتب‌سازی بر اساس امتیاز بود.

یافته‌ها: ۱۹ مورد از گیاهان دارویی در منابع مرتبط در درمان تهوع و استفراغ بارداری یافت شد. بیشترین امتیاز و پرکاربردترین مفرده‌ها مربوط به انار، ترنج، به، نعنا و غوره بود.

نتیجه‌گیری: استفاده از انواع روش‌های خوراکی داروهای با منشأ طبیعی در کنار داروهای رایج در درمان تهوع و استفراغ بارداری می‌تواند به عنوان یک درمان مکمل مدنظر قرار گیرد و این امر نیاز به مطالعات بالینی بیشتری دارد.

کلمات کلیدی: استفراغ، بارداری، تهوع، طب سنتی ایران، گیاهان دارویی

* نویسنده مسئول مکاتبات: روشنک مکبری نژاد؛ دانشکده طب سنتی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، تهران، ایران. تلفن: ۰۲۱-۸۸۷۷۳۵۲۲؛ پست الکترونیک: Rmokaberi@gmail.com

مقدمه

تهوع و استفراغ از شکایات شایع دوران بارداری است که تهوع در ۸۰-۵۰٪ و استفراغ در ۵۰٪ زنان باردار گزارش شده است (۱). از دست دادن روزهای کاری، کاهش انرژی، خستگی، تحریک‌پذیری، کاهش لذت زندگی و کاهش آمادگی تولد کودک، از استرس‌های قابل توجه بر زنان مبتلا به تهوع و استفراغ بارداری است (۲). ۵۰٪ موارد تا هفته ۱۴ بارداری و در ۹۰٪ موارد تا هفته ۲۲ بارداری خودبه‌خود بهبود می‌یابند. ۳۶٪ بیماران سابقه تهوع در بارداری قبلی دارند (۳). در بررسی انجام شده در ایران فراوانی تهوع و استفراغ بارداری ۶۹/۷٪ بود که ۳۷/۴٪ تهوع و استفراغ خفیف، ۴۶/۷٪ متوسط و ۱۶٪ شدید بود (۴). علت دقیق تهوع و استفراغ بارداری نامشخص است و احتمالاً چندین دلیل دارد. تئوری‌هایی شامل افزایش سریع هورمون‌هایی مانند استروژن و هورمون گنادوتروپیک کوریونی^۱ و عفونت با هلیکوباکتری، استعداد ژنتیکی و سایکولوژیک مطرح می‌باشد (۵).

درمان‌های متعددی برای تهوع و استفراغ بارداری پیشنهاد شده است که شامل مداخلات دارویی و غیردارویی می‌باشد. درمان‌های دارویی شامل آنتی‌کلینرژیک‌ها، آنتی‌هیستامین‌ها، آنتاگونیست‌های دوپامین، ویتامین‌های B6 و B12، آنتاگونیست‌های H3 و یا مخلوطی از این‌ها می‌باشند (۱). برخی مطالعات اثربخشی ریشه زنجبیل را در کاهش تهوع و استفراغ بارداری بررسی کرده‌اند (۶). به دلیل نگرانی‌های تاریخی مرتبط با مصرف دارو در اوایل بارداری و تمایل عمومی در استفاده از درمان‌های مکمل، درمان‌های غیردارویی به‌طور فزاینده در درمان تهوع و استفراغ بارداری به‌کار می‌رود. این راه‌ها به عنوان درمان‌های طبیعی و ایمن یا کم‌خطرتر از درمان‌های دارویی شناخته می‌شوند (۷).

عوارض جانبی داروهای تأیید شده سازمان غذا و دارو برای تهوع و استفراغ بارداری شامل خواب‌آلودگی با مصرف آنتی‌هیستامین‌ها، علائم اکستراپیرامیدال با فنوتیازین‌ها، دیسکینزی تأخیری با متوکلوپرامید، عوارض آنتی‌کولینرژیک و خواب‌آلودگی با

آنتاگونیست‌های دوپامین، اسهال، یبوست، سردرد و خستگی با اندانسترون، لب شکری با مصرف گلوکوکورتیکوئیدها قبل از هفته دهم، سوزش سردل و رفلاکس از عوارض زنجبیل می‌باشد (۱، ۸). اغلب ساختار مولکولی داروهای جدید از اثرات گیاهان دارویی مورد استفاده در طب سنتی اقتباس شده است (۹)، از طرف دیگر کشف اتفاقی یک دارو پرهزینه و زمان‌بر است (۱۰) و بدین علت جستجو در منابع طب سنتی، راهکار منطقی برای یافتن داروهای جدید است. از آنجایی که گیاهان دارویی موجود در طبیعت، با توجه به دسترسی آسان‌تر و عوارض کمتر و پشتوانه علمی چندین ساله امروزه بسیار مورد توجه می‌باشند و رویکرد افراد هم به سوی داروهای با منشأ طبیعی افزایش یافته است و سازمان جهانی بهداشت نیز تحقیق بر روی گیاهان دارویی با سابقه مصرف بلندمدت را با پذیرش دستورالعمل و ضوابط خاص بر روی انسان مجاز دانسته، بنابراین تجارب سنتی شامل کاربرد طولانی‌مدت از این گیاهان و زمینه تاریخی پزشکی فرهنگی باید به عنوان اصل و اساس در انجام مطالعات در نظر گرفته شود (۱۱). مطالعه مروری حاضر با هدف جمع‌آوری و الویت‌بندی گیاهان دارویی ذکر شده در منابع طب سنتی در درمان تهوع و استفراغ بارداری انجام شد.

روش کار

مطالعه حاضر یک بررسی کتابخانه‌ای و بررسی متون و نسخ و کتب اصلی طب سنتی ایران می‌باشد. شیوه جستجو شامل: تعیین کلید واژه‌ها، تعیین منابع، یافتن مترادفات، دسته‌بندی، نمره‌دهی و الویت‌بندی می‌باشد (۱۲). تعیین منابع با توجه به انتخاب کتاب‌های صاحب سبک و مؤثر، از قرون متفاوت و از زبان‌های عربی و فارسی بود. مفردات دارویی در کتاب‌های فارسی و عربی بازبینی شد و مفردات موجود در داروهای مرکب حذف شد. یکی از اصول یافتن منابع طب سنتی جهت الویت‌بندی داروها این است که برای سنجش گستره تاریخی از یک مفرد بهتر است از کتاب‌های قرون گوناگون استفاده شود. جهت تعیین منابع طب سنتی بهتر است زبان کتاب‌ها یکسان نباشد و در گستره

¹Human Chorionic Gonadotropin

کل مفردات مؤثر در تهوع و استفراغ بارداری از کتاب‌های ذکر شده، نام علمی گیاهان با استفاده از شرح آنها و تطبیق با کتاب‌های "شرح و تطبیق گیاهان دارویی کهن" (۱۳)، "متداول‌ترین گیاهان دارویی سنتی ایران" (۱۴) و "فارماکوپه گیاهی ایران" (۱۵) انجام شد و همچنین نام علمی در سایت‌های معتبر (The plant list, IPNI: Plant Name search) مورد بررسی قرار گرفت. در نهایت طبیعت این گیاهان از کتاب "مخزن الادویه" مشخص گردید و مکانیسم ضد تهوع تعدادی از آنها از کتاب "الشامل" مورد بررسی قرار گرفت.

یافته‌ها

در طب سنتی دلیل تهوع بارداری، ترشح و تجمع مواد زائد در معده است. درمان‌ها و تدابیر تهوع و استفراغ بارداری در طب سنتی بر اساس کاهش تولید مواد زائد و اخراج مواد زائد از معده و بدن و تقویت معده ذکر شده است (۱۶).

در مطالعه مروری حاضر ۱۹ مفرده با اثر ضد تهوع و استفراغ در بارداری، نتیجه بررسی این تحقیق در ۶ کتاب مرجع طب سنتی بود که بر اساس حروف الفبا در جدول ۱ آمده است.

جغرافیایی وسیع‌تری نوشته شده باشند. حداقل تعداد کتاب ۸-۶ جلد کتاب می‌باشد. به منظور حفظ امانت‌داری عین کلمات این کتاب‌ها در جدول ۱ ثبت شد. برای نمره‌دهی به مفردات، ذکر نام مفرده در هر کتاب یک امتیاز محسوب شد. پس از جمع‌بندی نمرات، مفردات به ترتیب نمره‌های کسب شده، اولویت‌بندی شد (۱۲). بررسی‌های انجام شده با کلید واژه‌های تهوع، استفراغ، غشیان، تهوع، قی، انقلاب نفس، منش گشتن در حاملگی یا حوامل، حامله، آبستن، بارداری و نساء انجام شد. کتاب‌ها به شکلی انتخاب شدند که دوره‌های مختلف تاریخی را پوشش دهند (۱۲). کتاب "تدبیر الحبالی و الصببان" تألیف "احمد بن محمد بلدی" قرن چهارم، کتاب "القانون فی الطب؛ ابن سینا" از قرن پنجم، کتاب "ذخیره خوارزمشاهی؛ اسماعیل بن حسن جرجانی" قرن ششم، "خلاصه التجارب" تألیف "بهاء الدوله رازی" قرن دهم، "مفرح القلوب" تألیف "میر محمد اکبر شاه ارزانی" قرن دوازدهم و "مخزن‌الادویه" تألیف "محمد حسین عقیلی علوی شیرازی" از قرن دوازدهم مورد ارزیابی قرار گرفت. سه کتاب "مفرح القلوب"، "مخزن الادویه" و "ذخیره خوارزمشاهی" به زبان فارسی و سه کتاب "خلاصه التجارب"، "القانون فی الطب" و "تدبیر الحبالی و الصببان" به عربی می‌باشند. پس از جمع‌آوری

جدول ۱- نمونه الگوی تشکیل جدول مفردات دارویی با اثر ضد تهوع بارداری

نام مفرده	نام‌های دیگر	ذخیره خوارزمشاهی	القانون فی الطب	مفرح القلوب	الأطفال و الصببان و حفظ صحتهم	خلاصه التجارب	مخزن الادویه
انار	رمان	شراب انار موافق بود، انار ترش و شیرین خوردند	یمسکن فی أفواههن حبّ الرمان مع ورق النعنع	حب الرمان معه ورق النعنع در دهن گرفتن	مما یعین علی ذلک. شراب الرمان	شراب انار مناسب آید	ترش آن مانع انصباب مواد به معده و رفع قی، رب انارین در تسکین قی و رفع خواهش ردیه حوامل نافع
به	آبی، سفرجل	آبی بریان کرده سود دارد			مما یعین علی ذلک شراب السفرجل	بهی پخته مناسب آید	تسکین حرارت معده
ترب	فجل				برگ ترب با نان خوردن هم لحظه تسکین دهد		
ترنج	اترج	شربت ترنج پرورده، شراب ترنج موافق بود			مما یعین علی ذلک، ماء حامض الاترج	مربای ترنج مناسب آید	مسکن قی صفاوی، حماض آن مقوی معده حار و قاطع قی، رب آن قی صفاوی را نافع
تره تیزه	جرجیر، شاهی				تره تیزه با نان خوردن هم لحظه تسکین دهد		

تمر هندی	مما یعین علی ذلک، ماء التمر الهندي		
جوز بوا	جوزبوا در دهن داشتن نافع آید	مقوی معده و فم معده، رفع غثیان و قی	
دارچین	دارچینی در دهن داشتن نافع آید	تقویت معده	
ریباس	مما یعین علی ذلک، شراب الریباس	مقوی معده، قاطع قی صفاوی و غثیان	
زردک گزر، جزر	زردک خام خوردن عظیم فائده دهد	مربای آن جهت تحفیف رطوبات معده انفع	
سیب تفاح	مما یعین علی ذلک، شراب التفاح الحامض	تقویت فم معده، مانع انصباب فضول به معده و تنبیه اشتها نافع	از میوه‌ها سیب شیرین خورند
عود	قرص عود و مصطگی در شراب غوره مناسب آید		عود سود دارد
غوره حصرم	مما یعین علی ذلک، شراب الحصرم	قانع صفا و مقطع بلغم حاصل در معده، مانع انصباب مواد، رب آن حافظ جنین و منع غثیان صفاوی تسکین غثیان و هیجان صفا، آشامیدن آن با سکنجبین جهت قی صفاوی	شراب غوره موافق بود
کاسنی			از سبزی‌ها کسنی و ... روا باشد
کوک کاهو، خس			از سبزی‌ها.. وکوک.. روا باشد
گلابی کمثری		مقوی معده، رب نوع جبلی حابس قی صفاوی، رافع غثیان و داغ معده	انبرود، انبرود خورند
لیمو		تسکین قی صفاوی و غثیان و تقلب طعام	شراب لیمو موافق بود
مصطکی		مقوی معده	گل به شکر با اندکی مصطکی سود دارد
نعنا	مما یعین علی ذلک.. شراب النعنع	تقویت معده و ماسکه و هاضمه و فم معده، آشامیدن با آب انار ترش مسکن غثیان و قی، ضماد: مقوی معده	یمسکن فی أفواههن حبّ الرمان مع ورق النعنع

تهوع باردای و نحوه اثر بر معده در کتاب، در جدول ۲ آمده است.

از بین گیاهان دارویی، انار با ۶ امتیاز بیشترین و سپس به، ترنج، نعنا و غوره با ۴ امتیاز در درجه بعد قرار دارند. نمونه امتیازدهی به مفردات با توجه به ذکر خاصیت ضد

جدول ۲- نمونه الگوی تشکیل جدول امتیازدهی به مفردات گیاهی ضد تهوع بارداری

ردیف	نام مفرده	ذخیره خوارزمشاهی	القانون فی الطب	مفرح القلوب	تدبیر الحبالی و الأطفال و الصبیان و حفظ صحتهم	خلاصه التجارب	مخزن الدویه	امتیاز
۱	انار	*	*	*	*	*	*	۶
۲	به	*			*	*	*	۴
۳	لیمو	*					*	۲

در نهایت گیاهان دارویی بر اساس کسب بیشترین امتیاز و همچنین نام علمی و عمومی، خانواده گیاه، قسمت

جدول ۳- مفردات مؤثر بر تهوع بارداری که به ترتیب امتیاز مرتب شده‌اند.

ردیف	نام گیاه	امتیاز	نام علمی	نام عمومی	خانواده	بخش مورد استفاده	طبیعت
۱	انار	۶	<i>Punica granatum L.</i>	Pomegranate	Lythraceae	دانه	سرد و خشک
۲	به	۴	<i>Cydonia oblonga Mill</i>	Quince	Rosacea	میوه	سرد و خشک
۳	ترنج	۴	<i>Citrus medica L.</i>	Citron	Rutaceae	پوست زرد خشک	گرم و خشک
۴	نعناع	۴	<i>Mentha spicata L.</i>	Spearmint	Lamiaceae	برگ	گرم و خشک
۵	غوره	۴	<i>Vitis vinifera L.</i>	unripe grapes	Vitaceae	دانه	سرد و خشک
۶	سیب	۳	<i>Malus domestica Borkh.</i>	apple	Rosacea	میوه	گرم و تر
۷	مصطکی	۳	<i>Pistacia lentiscus L.</i>	Mastic	Anacardiaceae	رزین	گرم و خشک
۸	لیمو	۲	<i>Citrus limon</i>	Lemon	Rutaceae	میوه	سرد و خشک
۹	کاسنی	۲	<i>Citrus × aurantiifolia</i>	Key lime			
۱۰	گل‌ابی	۲	<i>Cichorium intybus L</i>	Chicory	Asteraceae	برگ	سرد و تر
۱۱	جوزبوا	۲	<i>Pyrus communis L.</i>	Pear	Rosacea	میوه	گرم و تر
۱۲	دارچین	۲	<i>Myristica fragrans Houtt</i>	Nutmeg	Myristicaceae	میوه	گرم و خشک
۱۳	عود	۲	<i>Cinnamomum verum J.Presl.</i>	Cinnamon	Lauraceae	پوست درخت	گرم و خشک
۱۴	ریباس	۲	<i>Aquilaria malaccensis Benth.</i>	Aquilaria	Thymelaeaceae	پوست درخت	گرم و خشک
۱۵	زردک	۲	<i>Rheum rhabarbarum L.</i>	Rhubarb	Polygonaceae	ریشه	سرد و خشک
۱۶	ترب	۲	<i>Daucus carota sp. Sativus</i>	Carrot	Apiaceae	ریشه	گرم و تر
۱۷	تمرهندی	۱	<i>Raphanus sativus L.</i>	Radish	Brassicaceae	برگ	گرم و خشک
۱۸	شاهی	۱	<i>Tamarindus indica L.</i>	Tamarind	Fabaceae	میوه	سرد و خشک
۱۹	کوک	۱	<i>Lepidium sativum L.</i>	garden cress	Brassicaceae	برگ	گرم و خشک
		۱	<i>Lactuca sativa L.</i>	Lettuce	Asteraceae	برگ	سرد و تر

حرارت دچار شلی شده است مانند ریباس، به، گل‌ابی، نعنا، انار ترش، سیب ترش (۱۸).

۴- تقویت معده و کاردیا با خاصیت عطریت مانند به، نعنا (۱۸).

۵- تقویت اشتها مانند غوره، کاسنی، ریباس، انار ترش یا اصلاح اشتها مانند دارچین، سویق انار، شربت انار ترش و رب آن به خصوص ترکیب آن با نعنا و بهبود جدی اشتها با ترکیب نعنا با شربت انار ترش یا غوره (۱۸).

از نظر طب سنتی ایران گیاهان دارویی با چند مکانیسم در کاهش تهوع و استفراغ بارداری عمل می‌کنند:

۱- تسهیل خروج مواد زائد از معده مانند مکیدن انار میخوش (۱۷)، به (۱۸).

۲- منع جلب مواد زائد به معده مانند سیب ترش، ریباس (۱۸).

۳- تقویت معده و کاردیا با خاصیت قبض مانند تمرهندی، به خصوص در معده‌های گرم که به علت

۶- با کاهش صرفاً^۱ منجر به کاهش تهوع و استفراغ بارداری می‌شوند، مانند سیب ترش، ریباس (۱۸).

۷- تجفیف و خشک کردن رطوبات زائد معده که منجر به اصلاح اشتها می‌شود مانند دارچین، نعنا، سویق انار، شربت انار ترش و رب آن به‌خصوص ترکیب آن با نعنا (۱۸).

۸- با کاهش بلغم مانند نعنا (۱۸).

۹- با کاهش بخارات معده مانند انار ترش، ریباس (۱۸). گیاهان دارویی مؤثر در درمان تهوع و استفراغ بارداری با توجه به کیفیت خود به چند نوع تقسیم‌بندی می‌شوند:

۱- گیاهان دارویی مؤثر در درمان تهوع و استفراغ بارداری با کیفیت سردی مانند انار ترش، تمر هندی، ریباس که در معده‌های گرم مؤثرند (۱۸).

۲- گیاهان دارویی مؤثر در درمان تهوع و استفراغ بارداری با کیفیت گرمی مانند نعنا که در معده‌های سرد مؤثرند (۱۸).

۳- گیاهان دارویی مؤثر در درمان تهوع و استفراغ بارداری با کیفیت خشکی که با تجفیف رطوبات فاسد معده عمل می‌کنند مانند دارچین، نعنا (۱۸).

شربت غوره در بارداری منافع زیادی دارد؛ چراکه علاوه بر تقویت اشتها، با قوه قبض خود در حفظ جنین و جلوگیری از سقط آن مؤثر است (۱۸). خوردن کاسنی در حین غذا خوردن و پس از اتمام آن، علاوه بر برانگیختن اشتها منجر به زایل شدن چربی غذا شده و تهوع و استفراغ را کاهش می‌دهد (۱۸).

بحث

در این مطالعه ۱۹ مفرده از ۶ کتاب مرجع طب سنتی که در درمان تهوع و استفراغ بارداری مفید است، جمع‌آوری شد. مطالعات انسانی یا حیوانی مرتبط با اثر این گیاهان دارویی در تهوع و استفراغ بارداری در منابع الکترونیک SID، PubMed، Iran medex، Google Scholar جستجو شد. بر اساس نام علمی، مطالعات مرتبط با اثر ضد تهوع این گیاهان، در منابع الکترونیک جستجو گردید. اثربخشی تعدادی از این گیاهان مانند به (۱)، نعنا (۱۹)، لیمو (۲۰) و انار (۲۱)

در مطالعات انسانی بررسی شده است. در طب سنتی دلیل قی بارداری قطع قاعدگی، ریختن مواد زائد به معده به‌علت مشارکت معده و رحم، نیاز کمتر جنین به مواد غذایی در اوایل بارداری و رطوبت نامناسب است. درمان‌ها و تدابیر تهوع و استفراغ بارداری در طب سنتی بر اساس کاهش تولید مواد زائد در بدن و اخراج این مواد از معده و بدن، تقویت معده و استفاده از مسکنات قی و غثیان ذکر شده است (۱۷). تدابیر غذایی در تهوع و استفراغ بارداری شامل: مصرف غذای سبک و زود هضم، تعدد وعده‌های غذایی و کم کردن حجم غذا در هر وعده، پیاده‌روی و نیشامیدن آب سرد می‌باشد (۱۶).

در مطالعه صادق‌پور و همکاران (۲۰۱۵) که به بررسی گیاهان دارویی مؤثر در تهوع و استفراغ بر اساس کتاب قانون ابن سینا پرداختند، به چند مورد از گیاهان دارویی مؤثر در تهوع و استفراغ بارداری (به، اترج، سیب، نعنا) اشاره شد (۲۲). در مطالعه جهرمی و همکاران (۲۰۱۵) به اثرات پیش‌گیری کننده برخی از این گیاهان دارویی از جمله لیمو و مصطکی در پیشگیری از بیماری‌های گوارشی از نظر طب سنتی اشاره شد (۲۳). در مطالعه بالینی پاشا و همکاران (۲۰۱۲) تأثیر آروماتراپی اسانس نعناع بر تهوع و استفراغ ۶۰ زن باردار با پلاسیو مقایسه شد. چهار قطره اسانس در یک ظرف محتوی آب اضافه شده و در کنار تخت‌خواب گذاشته و گروه کنترل نرمال سالین به مدت ۴ شب دریافت نموده و دو گروه مورد بررسی و مقایسه قرار گرفتند. شدت تهوع ۷ روز قبل و بعد از درمان مقایسه شد. در گروه نتایج تفاوتی با هم نداشتند، ولی شدت تهوع به‌ویژه در شب چهارم در گروه اسانس نعناع کاهش داشت. شدت تهوع در طول ۷ روز بعد از درمان کاهش یافت (۱۹). به دلیل اثرات قاعده‌آوری نعنا فلفلی^۲ بهتر است در دوران بارداری به‌صورت خوراکی مصرف نشود (۲۴). در مطالعه کارآزمایی بالینی صفاجو و همکاران (۲۰۱۴) که بر روی ۱۰۰ زن باردار با علائم تهوع و استفراغ انجام گرفت، زنان باردار به‌صورت تصادفی به دو گروه دارو و دارونما تقسیم شدند. گروه دارو، اسانس لیمو را به صورت استنشاقی مصرف نمودند. شدت علائم تهوع و استفراغ در ۲۴ ساعت قبل و در

² Mentha piperita L.

¹ Yellow Bile

میلی گرم بر کیلوگرم در رت منجر به ناهنجاری شده است (۲۸). مصرف جوزبوا به دلیل موتاژن و سقط‌آور بودن در بارداری توصیه نمی‌شود (۲۹). از آنجایی که درمان در طب سنتی برای هر فرد جنبه اختصاصی دارد، می‌توان با استفاده از کیفیت و خصوصیت هر کدام از مفردات و با در نظر گرفتن مزاج هر فرد از آنها استفاده کرد.

نتیجه‌گیری

استفاده از انواع روش‌های خوراکی داروهایی با منشأ طبیعی در کنار داروهای رایج در درمان تهوع و استفراغ بارداری می‌تواند به عنوان یک درمان مکمل مدنظر قرار گیرد و این امر نیاز به مطالعات بالینی بیشتری دارد.

تشکر و قدردانی

بدین‌وسیله از اساتید محترمی که ما را در انجام این مطالعه یاری کردند، تشکر و قدردانی می‌شود.

طول ۴ روز از شروع درمان بررسی شد. اسانس لیمو در مقایسه با پلاسبو در کاهش سطح علائم تهوع و استفراغ در روز سوم اختلاف معناداری نداشت، اما در گروه اسانس لیمو کاهش علائم در روز سوم نسبت به روز اول مشاهده شد و آنها نتیجه گرفتند که استنشاق کردن اسانس لیمو می‌تواند در کاهش تهوع و استفراغ بارداری مؤثر باشد (۲۰). در مطالعه دهکردی و همکاران (۲۰۱۳) اثر "به" بر تهوع و استفراغ بارداری با ویتامین B6 مقایسه شد که شدت تهوع و میانگین PUQE 24 h¹ در گروه مداخله کاهش داشت (۲۵). در مطالعه عبدالحسینی و همکاران (۲۰۱۵) اثر فرآورده تهیه شده از انار و نعنا بر تهوع و استفراغ بارداری بررسی شد که نتایج نشان‌دهنده کاهش شدت تهوع و کاهش میانگین PUQE 24 h در روز هفتم درمان و همچنین ۷ روز پس از اتمام درمان در گروه دریافت کننده شربت انار بود (۲۱، ۲۶، ۲۷). در مطالعات حیوانی اثرات تراژون جوزبوا نتایج متناقضی دارد. دوز ۴۰۰ میلی‌گرم بر کیلوگرم جوزبوا در خرگوش بدون عارضه گزارش شده است، در حالی که دوز ۳۰۰

منابع

1. Matthews A, Haas DM, O'Mathúna DP, Dowswell T, Doyle M. Interventions for nausea and vomiting in early pregnancy. New York: The Cochrane Library; 2015.
2. Davis M. Nausea and vomiting of pregnancy: an evidence-based review. J Perinat Neonatal Nurs 2004; 18(4):312-28.
3. Haji Seid Javadi E, Salehi F, Mashrabi O. Comparing the effectiveness of vitamin b6 and ginger in treatment of pregnancy-induced nausea and vomiting. Obstet Gynecol Int 2013; 2013:927834.
4. Soltani AZ, Kajuri MD, Safavi SH, Hosseini FA. Frequency and severity of nausea and vomiting in pregnancy and the related factors among pregnant women. Iran J Nurs 2007; 19(48):95-102. (Persian).
5. Viljoen E, Visser J, Koen N, Musekiwa A. A systematic review and meta-analysis of the effect and safety of ginger in the treatment of pregnancy-associated nausea and vomiting. Nutr J 2014; 13(1):20.
6. Narenji F, Delavar M, Rafiei M. Comparison the effects of the ginger fresh root and vitamin B6 on the nausea and vomiting in pregnancy. Iran J Obstet Gynecol Infertil 2012; 15(2):39-43. (Persian).
7. Matthews A, Haas DM, O'Mathúna DP, Dowswell T, Doyle M. Interventions for nausea and vomiting in early pregnancy. Cochrane Database Syst Rev 2014; 3:CD007575.
8. Niebyl JR. Clinical practice: nausea and vomiting in pregnancy. N Engl J Med 2010; 363(16):1544-50.
9. Patwardhan B. Drug discovery and development: traditional medicine and ethnopharmacology perspectives. New York: SciTopics; 2009.
10. Tobinick EL. The value of drug repositioning in the current pharmaceutical market. Drug News Perspect 2009; 22(2):119-25.
11. World Health Organization. National policy on traditional medicine and regulation of herbal medicines: Report of a WHO global survey. Geneva: World Health Organization; 2005.
12. Mozaffarpur SA, Khodadust M, Shirafkan H, Yousefi M, Mirzapor M. Introducing a model for prioritization of drugs, based on Iranian traditional medicine references. Hist Med J 2016; 6(19):11-28. (Persian).
13. Ghahreman A, Okhovat AR. Matching the old descriptions of medicinal plants with the scientific ones. Tehran, Iran: Tehran University; 2010. (Persian).

14. Amin GR. Popular medicinal plant of Iran. Tehran: Iranian Research Institute of Medicinal Plants; 1991. (Persian).
15. Ghassemi Dehkordi N, Sajjadi SE, Ghannadi A, Amanzadeh Y, Azadbakht M, Asghari GR. Iranian herbal pharmacopoeia (IHP). *Hakim J* 2003; 6(3):63-9. (Persian).
16. Aliasl F, Toliyat T, Aliasl J, Minaee MB. Nausea and vomiting remedies in Iranian Traditional Medicine (ITM). *Iran J Public Health* 2015; 44(8):1164-5.
17. Dehkordi EJ, Sohrabvand F, Naazem E, Minaee B, Dabaghian FH, Sadeghpour O, et al. Nausea and vomiting in pregnancy: revisiting their aetiologies and treatments in Iranian traditional medicine. *Hist Med J* 2016; 5(14):33-48. (Persian).
18. Ibn Nafis F. *Al-shamel fi senaat tebeeh*. Tehran: Iran University of Medical Sciences; 2008; 7(84, 870), 9(431), 12(35), 13(237, 239, 264), 15(564), 29(96,97), 30(83).
19. Pasha H, Behmanesh F, Mohsenzadeh F, Hajahmadi M, Moghadamnia AA. Study of the effect of mint oil on nausea and vomiting during pregnancy. *Iran Red Crescent Med J* 2012; 14(11):727-30.
20. Yavari Kia P, Safajou F, Shahnazi M, Nazemiyeh H. The effect of lemon inhalation aromatherapy on nausea and vomiting of pregnancy: a double-blinded, randomized, controlled clinical trial. *Iran Red Crescent Med J* 2014; 16(3):e14360.
21. Abdolhosseini S. Assessment of the effect of a product of "Punica granatum" fruit and " mentha spicata" on nausea and vomiting in pregnancy. [Doctorate Thesis]. Kerman, Iran: School of Traditional Medicine, Kerman University of Medical Sciences. (Persian).
22. Sadeghpour O, Mohammadi A, Aliasl J. Effective herbal medicines on nausea and vomiting based on canon of Aviceina. *Adv Environ Biol* 2015; 9(3):557-60.
23. Jahromi MM, Pasalar M, Afsharypuor S, Choopani R, Mosaddegh M, Kamalinejad M, et al. Preventive care for gastrointestinal disorders; role of herbal medicines in traditional persian medicine. *Jundishapur J Nat Pharm Prod* 2015; 10(4):e21029.
24. Ernst E. Herbal medicinal products during pregnancy: are they safe? *BJOG* 2002; 109(3):227-35.
25. Jafari Dehordi E. Comparison of 'Cydonia Oblonga' fruit product with B6 on nausea and vomiting in pregnancy. [Doctorate Thesis]. Tehran, Iran: School of Traditional Medicine, Iran University of Medical Sciences; 2013. (Persian).
26. Abdolhosseini S, Hashem-Dabaghian F, Mokaberinejad R, Sadeghpour O, Mehrabani M. Effects of Pomegranate and Spearmint Syrup on Nausea and Vomiting During Pregnancy: A Randomized Controlled Clinical Trial. *Iranian Red Crescent Medical Journal*. 2017(In Press)
27. Abdolhosseini S, Dabaghian FH, Mehrabani M, Mokaberinejad R. A Review of Herbal Medicines for Nausea and Vomiting of Pregnancy in Traditional Persian Medicine. *Galen Medical Journal*. 2017 Jun 28.
28. Gardner Z, McGuffin M. American herbal products association's botanical safety handbook. Florida: CRC Press; 2013.
29. Ernst E. Herbal medicinal products during pregnancy: are they safe? *BJOG* 2002; 109(3):227-35.

