

تقویت کننده های مزاج کبد

محمد باقر فلسفی^۱، زهرا موسویان^۲، حسن صادقی^۳، علی یوسفی^۴، رضا بهرامی بوئینی^۵، زهره اسمعیلی^۶

۱- کارشناس ارشد مردم شناسی دانشگاه آزاد اسلامی کرمان

۲- کارشناسی ارشد شیلات موسسه آموزش عالی خزر

۳- دکتری داروسازی دانشگاه علوم پزشکی کرمان

۴- دانشیار گروه تاریخ پزشکی دانشگاه علوم پزشکی تهران

۵- دکتری علوم و حدیث، دانشگاه قم

۶- گروه شیمی، دانشگاه پیام نور تهران

چکیده

از دیدگاه طب سنتی ایران، هرگونه اختلال در عملکرد کبد، باعث به هم ریختن تعادل بین اخلاط و ایجاد انواع سوءمزاجها می شود. لذا بسیاری از دستورات پیشگیری، تشخیص و درمان بیماریها با در نظر گرفتن مزاج عام و مزاج عضوی به ویژه اعضای رئیسه از جمله کبد تعیین می گردد. بر این اساس پژوهش حاضر با هدف بررسی مقویات مزاج کبد انجام شده است. این پژوهش با توجه ماهیت موضوعی خود توصیفی- تحلیلی است و اطلاعات آن بر اساس روش کتابخانه ای و رویکرد مروری گردآوری شده است و به منظور جمع آوری اطلاعات مورد نیاز از کتب صاحب نظران معتبر این حوزه نظیر ابن سینا، تفتازانی، مستغفری، عقیلی خراسانی، حکیم ناظم و هروی و پایگاه های اطلاعاتی مرکز اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی، نورمگز، سیویلیکا، نرم افزار نور، pubmed، researchgate و goggle scholar استفاده شده است. نتایج این پژوهش در قالب جدولی حاوی مجموعه ای از گیاهان دارویی به عنوان تقویت کننده مزاج کبد استخراج شده است که استفاده از این گیاهان بر حسب شناخت مزاج بیمار بایستی در دستور کار قرار گیرد. کاسنی بر حسب فراوانی تکرار به عنوان مهم ترین داروی گیاهی معرفی شده در متون مختلف است که دارای اثرات تقویت کننده کبد، ضدالتهابی و پیشگیری از بروز بیماری های کبدی می باشد. نتایج پژوهش نشان می دهد که لازمه هر گونه اقدام مداخله ای به منظور تقویت مزاج کبد، تعیین مزاج آن می باشد تا بر این اساس بتوان به تجویز داروهای گیاهی اقدام نمود. از سوی دیگر در کنار مصرف داروهای گیاهی، برخی پرهیزهای غذایی، دارویی و رفتاری از سوی حکیمان توصیه شده است که لازم است برای حفظ سلامت کبد به کار گرفته شود.

کلیدواژه ها: مزاج، سوء مزاج، کبد، تقویت کننده

مقدمه

یکی از ابعاد وجودی انسان، جسمانیت اوست. تغذیه سالم و کامل، یکی از راهبردهای اساسی در تأمین نیازهای جسمانی انسان و آماده‌سازی قوا برای ادامه حیات و زندگی است که از جایگاه ویژه‌ای در دکتترین اسلام و طب سنتی ایرانی برخوردار است. در طب سنتی، خوراکی‌ها و آشامیدنی‌ها را با عنوان «مأكولات و مشروبات» در کنار هوا، خواب و بیداری، حرکت و سکون، استفراغ و احتباس و اعراض نفسانیه از امور شش‌گانه اصلی و حیاتی زندگی انسانی می‌دانند. بدیهی است انتخاب نوع خوراکی و آشامیدنی در کنار رعایت تدابیر و آداب مخصوص خوردن و آشامیدن می‌تواند سلامت جسمانی را در پی داشته باشد. منظور از سلامت نیز حالتی است که با آن از انسان افعال صحیح و سالم صادر می‌شود و یا منظور هیئتی است که مزاج¹ و ترکیب بدن انسان در آن حالت به‌صورتی است که افعال صحیح و سالم از آن صادر شود و مرض، برخلاف این است (Error! Reference source not found.).

مزاج در لغت یک مصدر و به معنای امتزاج و آمیختن است (Error! Reference source not found. عسگری و همکاران، ۱۳۹۳) و دربرگیرنده مجموعه‌ای از خصوصیات فیزیکی، روحی، روانی و عملکردی افراد است و مبنای تمام جنبه‌های تفاوت‌های فردی سبک زندگی و از مهم‌ترین محورهای تشخیص و درمان در طب سنتی ایران است (Error! Reference source not found. حکیمی و همکاران، ۱۳۹۸). برخی از مهم‌ترین تعاریف ارائه‌شده از مزاج از سوی قدما به‌صورت زیر می‌باشد:

مزاج هنگامی حاصل می‌شود که عناصری کوچک که حامل کیفیات چهارگانه هستند، باهم مجتمع شوند و کیفیتی متوسط را حادث نمایند که این کیفیت حاصل شده، مشابه کیفیت هر کدام از عناصر اولیه نباشد و خود دارای کیفیتی خاص باشد (Error! Reference source not found. تفتازانی، ۱۴۰۹).

مزاج عبارت از چنان کیفیتی است که از واکنش متقابل اجزای ریز مواد متضاد به وجود می‌آید. در این واکنش متقابل، بخش زیادی از یک یا چند ماده با بخش زیادی از ماده یا مواد متخالف باهم می‌آمیزند، برهم تأثیر می‌کنند و از این آمیزش، کیفیت متشابهی حاصل می‌شود که آن را مزاج نامیده‌اند (Error! Reference source not found. ابن سینا، ۱۳۹۲). آنچه که از بیان ابن سینا متبادر می‌شود آن است که مزاج به سه دسته کلی تقسیم می‌شود که عبارتند از مزاج‌های مفرد، مزاج‌های مرکب و مزاج معتدل. مزاج‌های مفرد شامل سرد، گرم، تر، خشک و مزاج‌های مرکب شامل سرد و تر، سرد و خشک، گرم و تر و گرم و خشک می‌باشد.

قدما معتقد بودند که مزاج معتدل حقیقی به‌طور مطلق وجود ندارد و هرکس کم‌وبیش، گرفتار غلبه یکی از این مزاج‌هاست؛ بنابراین مزاج کاملاً معتدل و مزاج‌های مفرد که در آنها دو طبیعت، کاملاً باهم در تعادل هستند به‌ندرت یافت می‌شود و

¹ temperament

مزاج‌های رایج همان مزاج‌های مرکب هستند که شامل مزاج گرم و خشک، گرم و تر، سرد و تر و سرد و خشک می‌شوند. بر این اساس، می‌توان افراد را در دو دسته کلی سردمزاج و گرممزاج دسته‌بندی کرد.

در مکتب طب سنتی ایران که مبتنی بر مزاج و اخلاط می‌باشد، دستگاه گوارش به خصوص کبد دارای اهمیت خاصی است. کبد عضوی بزرگ و گوشتی است که در سمت راست شکم قرار دارد. وظیفه اصلی کبد فیلتر کردن خون آمده به آن و فصد خون از دستگاه گوارش، قبل از انتقال آن به بقیه بدن است. کبد همچنین مواد شیمیایی را سم‌زدایی کرده و داروها را متابولیزه می‌کند. با انجام این کار، کبد صفرا را ترشح می‌کند که در نهایت به روده باز می‌گردد. کبد همچنین پروتئین‌ها را برای لخته شدن خون و سایر عملکردها غنی می‌کند. بنابراین نقش کلیدی در مجموعه دستگاه گوارش به طور خاص و اهمیتی مضاعف در بدن انسان دارد. به همین دلیل شناخت مزاج کبد و تلاش به منظور تقویت آن یکی از رسالت‌های طب سنتی می‌باشد. همچنین که حکیمی و همکاران نشان داده‌اند (**Error! Reference source not found.** حکیمی و همکاران، ۱۳۹۸) که در طب ایرانی از نشانه‌های مختلفی جهت تعیین مزاج کبد استفاده می‌شود که در اصل بخشی از شاخص‌های تعیین مزاج عام می‌باشند. از بین این نشانه‌ها، رنگ چهره، فنوتیپ، ملمس ناحیه کبد و کل بدن، هیات بنیه و شاخص‌های نبض و وضعیت عروق، انفعال بدن نسبت غذا و آب‌وهوا، چگونگی افعال عمومی و علایم گوارشی نظیر تولید اخلاط، کیفیت مدفوع و ادرار، چگونگی هضم، میزان عطش، اشتها و... و میزان موی کل بدن به‌ویژه موی روی شکم از اهمیت بیشتری برخوردارند.

عسگری و همکاران (**Error! Reference source not found.** ۱۳۹۳) نیز در پژوهشی نشان دادند که دستورات تغذیه اختصاصی کبد مرتبط با سلامت و بیماری در مکتب طب سنتی ایران بسیار گسترده‌تر از طب کلاسیک بوده و خوشبختانه این دستورات چندان پیچیده نبوده و استفاده و به‌کارگیری آن‌ها، در صورت اثباتشان با تحقیقات و مطالعات کافی، نیاز به تسلط به مبانی طب سنتی ایران ندارد؛ لذا برای تمامی پزشکان قابل استفاده می‌باشند.

حکیمی و همکاران (**Error! Reference source not found.** ۱۳۹۸) ۶ معیار ماژور و ۶ معیار مینور برای سوءمزاج گرم و سرد کبد و ۸ معیار ماژور و ۱۰ معیار مینور برای سوءمزاج تر و خشک کبد تعیین نموده‌اند. برخی شاخص‌های تشخیصی از جمله نبض و ادرار که اهمیت بالایی در متون دارند، هنوز کاربردی نشده‌اند. شاخص‌های فنوتیپ، رنگ بدن، عطش و برخی علائم نظیر احساس خستگی و کسالت و تضر و انتفاع سیستمیک مهم‌ترین نقش را در تعیین سوءمزاج کبد دارند.

مرادی دهنوی و همکاران (**Error! Reference source not found.** ۱۳۹۹) معتقدند که در طب سنتی برای حفظ سلامت کبد، به خوردنی‌هایی اشاره شده که موجب برهم زدن تعادل اخلاط و ایجاد انواع سوء مزاج‌ها نشود. مشابه این یافته‌ها درباره برخی مواد غذایی نظیر زعفران و انجیر، و اصول خوردن و آشامیدن در طب مدرن نیز مشاهده شد.

باقری و همکاران (**Error! Reference source not found.** ۱۴۰۰) استفاده از گیاه افسنتین را در مکتب طب ایرانی برای درمان بیماری‌های مختلفی پراهمیت برشمرده‌اند که در این بین بیماری‌های کبدی بیشترین درصد فراوانی را داشته‌اند.

از آنجایی که کبد در بدن وظیفه پاکسازی سموم را بر عهده دارد لازم است از نظر عناصر مزاجی اربعه در حالت متعادل باشد، چرا که سوء مزاج کبدی و خارج شدن صفرا، سودا، بلغم و خون در کبد از حالت عادی باعث می‌شود که فرد به بیماری‌های گوناگونی مبتلا گردد. بنابراین محافظت از مزاج کبد و تنظیم آن در حالت متعادل از جمله ضروریات زندگی است که در طب سنتی نیز بر آن تاکید زیادی شده است. با این حال یکی از مهمترین ملزومات توصیه های طب سنتی به منظور تقویت مزاج کبد، تعیین مزاج به منظور توصیه صحیح تر می‌باشد و به همین دلیل تعیین مزاج مقدم بر توصیه و تجویز است و گام اول درمان، تشخیص صحیح مزاج می‌باشد. هدف این مقاله نیز آن است که ضمن نشان دادن اهمیت این موضوع، از طریق مطالعه مروری به تقویت کننده های مزاج کبد بپردازد. مطالعه ای که جای خالی آن در بین پژوهش های حوزه طب سنتی به چشم می‌خورد و می‌تواند زمینه را برای انجام تحقیقات آتی فراهم نماید؛ چرا که مطالعه در این حوزه به دلیل نقش کبد به عنوان یکی از اندام های رئیسه بدن و نقش مهمی که در فرایند گوارش بر عهده دارد، از اهمیت مضاعفی برخوردار است. از طرفی تعیین میزان اهمیت هر یک از مواد غذایی و دارویی در تقویت مزاج کبد و عدم انجام مطالعه ای منسجم در این راستا موجب شده است که تمرکز این مطالعه بر مرور منابع و دسته بندی آنها به منظور تعیین سهم هر یک از موارد در تقویت مزاج کبد باشد.

روش تحقیق

این پژوهش با توجه ماهیت موضوعی خود توصیفی-تحلیلی است و اطلاعات آن بر اساس روش کتابخانه‌ای و رویکرد مروری گردآوری شده است. در این رویکرد ابتدا موضوع موردنظر در منابع علمی جست‌وجو شد، سپس سرعنوان های موضوعی مناسب و عنوان های فرعی انتخاب و سپس با یکدیگر ترکیب شدند و با محدود کردن واژه‌ها طی جستجو، به منابع علمی موردنظر دست یافته شد. به منظور جمع آوری اطلاعات موردنیاز از پایگاه‌های اطلاعاتی مرکز اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی، نورمگز، سیویلیکا، نرم افزار نور، pubmed، researchgate، goggle scholar استفاده شده است و آن دسته از منابعی که بر اساس کلیدواژه های مورد جستجو به دست آمدند در گام اول به صورت اجمالی بررسی و سپس داروهای گیاهی توصیه شده در راستای تقویت مزاج کبد استخراج و دسته بندی شدند.

یافته‌ها

در این بخش بر اساس مرور اسناد و منابع موجود، برخی از مهم ترین مقویات کبد آمده است:
از دیدگاه ابن بیطار لبان همان کندر است، خون و بلغم را می‌سوزاند، رطوبت سینه را می‌کشد و معده ناتوان را نیرو دهد و آن را به همراه کبد گرم می‌کند. اگر یک مثقال آن را در آب خیس کنند و هرروز بنوشند، بلغم را نفع کند و در حافظه بیفزاید و ذهن را روشن کند، و کثرت فراموشی را ببرد، جز اینکه برای نوشنده که بسیار نوشد سردرد آورد، غذا را هضم کند و باد را براند. (Error! Reference source not found.، مجلسی، ۱۳۸۵).

گیلاس تازه ملین است. آلبالو عطش را تسکین می‌دهد، حدت و حرارت خون و صفرا و آشفته‌گی، دل‌به‌هم‌خوردگی، قی صفراوی و اسهال را تسکین می‌دهد. مقوی معده و کبد گرم است. قابض است و نیروی قابضه خشک آن بیشتر از تازه آن است. (Error! Reference source not found. میرحیدر، ۱۳۹۸).

امام صادق علیه السلام فرمود: به کودکان انار بخورانید که سبب سرعت رشد و جوانی آنها می‌شود. ایشان می‌فرماید: انار را با پیه آن بخورید که آن معده را دباغی می‌کند و بر ذهن می‌افزاید. انار خون را تصفیه می‌کند و خلط آور است و برای کسانی که مزاج گرم دارند، خوب است و تنگی‌ها را می‌گشاید و ملین شکم و مقوی کبد و مفید برای یرقان و طحال و خفقان قلب و سرفه حاد است. (Error! Reference source not found. مستغفری، ۱۳۸۱).

زرشک قابض، مقوی کبد، قلب، صفرا آور بوده و مسکن حرارت غریزی، التهابات داخلی و بندآورنده سیلان خون از بواسیر و سایر اعضا است. برگ آن قابض و ضد خونریزی داخلی و بهترین دارو برای پایین آوردن فشارخون محسوب می‌شود. (Error! Reference source not found. صانعی، ۱۳۸۶).

ریوند، تخم کرفس، انیسون، قسط، نعناع، عرق کاسنی، عرق جوز، اسارون، همه مقوی کبد هستند. ۱۰ گرم از هر یک از آنها را به تنهایی به صورت جوشانده با سکنجین می‌توان مصرف نمود. داروهای فوق بازکننده مجرای کبد نیز می‌باشند (Error! Reference source not found. صانعی، ۱۳۹۵).

ترنجبین نرم‌کننده سینه و روده است و خاصیت ضد عفونی‌کننده دارد. صفرا و اخلاط سوخته را دفع می‌نماید مقوی کبد و معده و روده‌ها، حرارت و التهاب درونی را تسکین می‌دهد (نورانی، ۱۳۹۴).

کشمش سیاه ریه را پاک می‌کند، سرفه بلغمی را تسکین می‌دهد، مقوی کبد است، اعتدال دهنده اخلاط غلیظ و ملین طبع می‌باشد، محرک نیروی جنسی اشخاص سردمزاج است، شکم را بند می‌آورد، معده‌های سست را تقویت می‌کند، زخم روده را معالجه می‌نماید (Error! Reference source not found. حاجی شریفی، ۱۳۸۳).

آب انار برای صاف کردن صدا و رفع حکه و باز کردن رنگ پوست صورت نافع و قابض و مقوی کبد است. نوع شیرین آن مقوی قلب است، یرقان و خفقان را درمان می‌کند، خون را تصفیه می‌کند، سرفه گرم را تسکین می‌دهد، ادرار را زیاد می‌کند، در گرم مزاجان باعث نعوظ می‌شود.

انجیر، قلب را خنک می‌کند، گرفتگی‌ها را باز می‌کند، مقوی کبد است، کم بودن ترشح ادرار را مرتفع می‌سازد. نرم‌کننده و ملین مزاج است، مقوی کبد و امعاء و احشاء می‌باشد، خشونت حلق و سینه را برطرف می‌سازد. حرارت قلب و کبد و معده را تسکین می‌دهد.

زعفران، مسکن و مقوی بدن و نیروبخش است، مقوی کبد و جهاز تنفسی می‌باشد، حواس و مغز را تقویت می‌کند. مربا یا شربت زرشک را بخورید، اشتها را باز می‌کند، مأکول و مقوی کبد است، خنک‌کننده و مسکن تشنگی و حرارت معده می‌باشد (حاجی شریفی، ۱۳۸۳).

یک گرم از عصاره ریشه درخت سنجد تلخ اگر با آب و عسل مخلوط و خورده شود، مفید است. مسهل بلغم و زرد آب و رطوبت‌های بدن است و برای رفع استسقاء کبد گرم بسیار مفید است.

ریشه کاسنی برای انواع دردهای کبدی مفید است و در مزاج‌های گرم داروی مؤثر سکنجبین است. در مزاج‌های سرد از داروهای گرم و عسل و گل قند و نیز در مزاج‌های گرم خارخسک جوشانده با سرکه و سکنجبین و تخم ترشک و آب انار میخوش مفید است. کشمش برای مزاج سرد مفید و برای انسداد مجاری کبدی تمر هندی و کشوت نیز نافع است. ریوند، تخم کرفس، انیسون، قسط، نعناع، عرق کاسنی، عرق جوز، اسارون، همه مقوی کبد هستند. ۱۰ گرم از هر یک از آنها را به تنهایی به صورت جوشانده با سکنجبین می‌توان مصرف نمود، داروهای فوق بازکننده مجرای کبد نیز می‌باشند (صانعی، ۱۳۸۶) و از آنجا که انسداد مجاری کبد یکی از بیماری‌هایی است که موجب برهم خوردن تعادل کبد می‌باشد، این داروها مفید می‌باشند.

قرقه الدار چینی^۱ است که در جزیره سیلان به هم می‌رسد، مقوی معده و کبد سرد است (عقیلی خراسانی شیرازی، ۱۳۹۶).
اترج^۲ پوست زرد آن مقوی قلب و دماغ و معده و کبد سرد و احشا و صالح از برای غثیان و خوشبوکننده بوی دهان و ملطف و محلل ریاح و معین بر هضم است. (Error! Reference source not found. عقیلی خراسانی، ۱۳۹۷).
دهان باز یا فاخره، برای تقویت معده و هاضمه و کبد سرد مفید است، برای اسهال سرد نافع است و شکم را بند می‌آورد. (Error! Reference source not found. حاجی شریفی، ۱۳۸۳).

خوردن عصاره وج یا اکسیر ترکی برای افزایش قوه حافظه و خشک کردن رطوبت دماغ و معده و پاک کردن آنها و تصفیه خون و صفرا و تسکین درد سینه و پهلو و سرفه سرد و تقویت معده و کبد سرد و تحلیل باد و نفخ معده و روده‌ها و طحال و خرد کردن سنگ مثانه و گرم کردن کلیه و تقویت نیروی جنسی نافع است (Error! Reference source not found. حاجی شریفی، ۱۳۸۳).

اسارون^۳ دارویی است لطیف‌کننده اعضاء بدن و بازکننده منافذ پاک‌کننده معده و کبد و طحال و مغز از رطوبات بلغمی. دانه‌ها و گل‌های گیاه کشوت^۴، برای مداوای ورم‌های سردمزاج و کهنه کبد و دستگاه گوارش استفاده می‌شود (Error! Reference source not found. خسروی، ۱۳۸۸).

خوردن آب ترب برای هضم غذا و باز کردن انسداد و گرفتگی‌های کبد و طحال نافع و برای استسقا و طحال و یرقان مفید است. (Error! Reference source not found. میرحیدر، ۱۳۹۸).

^۱ پوست درخت نوعی از دارچینی

^۲ بادرنگ، بالنگ، ترنج

^۳ سرابیون، تکو

^۴ کشوتا، برش، زجمول، کوسکوتا پلانی فولیا

گیاه کنگر فرنگی حمایت کننده کبد، ضد میکروب، پایین آورنده کلسترول و چربی خون می باشد. این گیاه دارای اثرات بهبود دهنده کبد، صفرا آور، پایین آورنده کلسترول و چربی خون می باشد (Error! Reference source not found).
found. کلوندی و همکاران، ۱۳۹۹).

میوه درخت سقر مقوی کبد، طحال و مهیج نیروی جنسی است. دردهای داخلی را تسکین می دهد و گرفتگی ها و انسداد کلیه را باز می کند و رطوبت های سینه و ریه را خارج می سازد. کلیه و معده را گرم می کند و نفخ و باد را تحلیل می برد. به عبارت دیگر این دارو برای برطرف کننده انسداد کبدی بسیار تاثیر گذار است و از آنجا که انسداد مجاری کبد می تواند حیات افراد را به خطر بیندازد، برطرف نمودن آن نیازمند توجه به داروهایی است که کبد را تقویت می نماید. شاخ و برگ درخت گز شاهی باز کننده انسداد و گرفتگی های مجاری طحال و مقوی کبد است. ورم کبد را نرم می کند و برای جلوگیری از سفید شدن مو مفید است. خوردن پخته ریشه و شاخه و برگ آن با سرکه برای تقویت کبد و نرم کردن ورم آن مفید است.

زعفران، فرح آور قوی و برای تقویت حواس و مغز نافع است. مدر است و محرک قوای جنسی می باشد. مقوی کبد و جهاز تنفسی است و نشاط و خنده ایجاد می کند، کلیه و مثانه را پاک می کند و باز کننده گرفتگی های دماغ، کبد و طحال است (Error! Reference source not found. میرحیدر، ۱۳۹۸).

خارمریم^۱، فیلانثوس^۲ و عصاره ریشه شیرین بیان تأثیر مثبتی بر پاک سازی کبد دارند و در درمان بیماری های کبدی از دیرباز مورد استفاده قرار گرفته اند (Dhiman and Chawla, 2005).
Error! Reference source not found. چرا که تجمع سموم در کبد در درازمدت منجر به آسیب کبدی می شود و به همین دلیل رفع و پاک سازی این سموم می تواند تقویت کننده کبد در برابر بیماری ها باشد.

استفاده از داروهای گیاهی حاوی سیلیمارین به طور فزاینده ای افزایش یافته است و در درمان بیماری های کبدی استفاده می شود. گیاه خارمریم که حاوی سیلیمارین می باشد، برای درمان بیماری های مزمن کبدی استفاده می شود (Error! Reference source not found. Stickel and Schuppan, 2007).

بین مصرف چای سبز و تضعیف بیماری های کبدی همبستگی معناداری وجود دارد و افرادی که چای سبز مصرف می کنند، در برابر بیماری های کبدی بدن مقاوم تری دارند (Jin et al, 2008).
Error! Reference source not found. آملا^۳ یا انگور فرنگی هندی خاصیت ضد التهابی دارد و برای جلوگیری از سوء هاضمه و زخم معده و به منظور درمان دستگاه گوارش به کار می رود (Baliga and Dsouza, 2011).

¹ Milk thistle

² Phyllanthus

³ amla

خار مریم حاوی مقادیر قابل توجهی سیلیمارین می باشد که دارای آثار محافظتی بر روی اندام های مختلف و همچنین اثرات سم زدایی کبدی و کلیوی دارد.

گیاهان و میوه های زیر شامل غافث، کاسنی، انار، دارچین، زعفران، گل سرخ و زرشک به عنوان مقوی کبد در طب سنتی ایران شناخته می شوند که برای پاک سازی و محافظت از کبد بسیار مفید هستند.

مصرف کاسنی به مدت دو ماه موجب بهبود عملکرد کبد می شود و از آنجا که بهبود عملکرد منجر به حفظ تعادل کارکردی می شود، بیماری از بدن دور خواهد شد و بدن در حالت سلامتی به سر خواهد برد.

تاجریزی سیاه^۱ گیاهی است که دارای خاصیت ضد تومور، حاوی آنتی اکسیدان، ضد التهاب، ضد تب و محافظ کبد است.

مصرف این گیاه به عنوان یک مقوی برای کبد توصیه می شود (Huang, 2016).
Error! Reference source not found.

فیلاتنوس یک گیاه کوچک یک ساله است که به عنوان یک محافظت کننده قوی کبد مورد استفاده قرار می گیرد (**Error! Reference source not found.** Kaur et al, 2017).

تاجریزی سیاه و فیلاتنوس از گیاهان رایج بومی در هند می باشند که از برگ های آنها برای درمان بیماری های مختلف کبد استفاده می شود (**Error! Reference source not found.** Sunitha et al, 2017).

خانواده نعنائیان موثرترین گیاهان برای درمان بیماری های کبد و طحال می باشند. افسستین یکی از گیاهان دارویی مؤثر بر درمان کبد است که دارای اثر محافظتی بالایی بر کبد و کلیه می باشد. همچنین نعنای فلفلی به دلیل خاصیت سم زدایی بالایی که دارد،

توسط ابن سینا به عنوان دارویی برای درمان بیماری های کبد و طحال مورد استفاده واقع می شود. (**Error! Reference source not found.** Ghobadi Pour et al, 2019).

فعالیت آنتی اکسیدانی عصاره برگ کاسنی و کنگر فرنگی اثر محافظتی برای کبد دارد و به ترمیم آسیب های کبدی کمک می کند (**Error! Reference source not found.** Mohamed et al, 2020).

عصاره چای سبز برای درمان بیماری های کبدی مفید است اما استفاده بی رویه از این دارو می تواند موجب آسیب کبدی گردد (**Error! Reference source not found.** Ballotin et al, 2021).

عصاره قاصدک، کاسنی و توت به منظور پیشگیری از بروز بیماری های کبدی مؤثر هستند. برگ و عصاره ریشه قاصدک می تواند منجر به توقف پیشرفت بیماری های کبد شود. عصاره برگ توت می تواند دفع اسید صفراوی را افزایش دهند. عصاره

ریشه کاسنی نیز می تواند نقش ضد التهابی و محافظت کننده کبد داشته باشد (**Error! Reference source not found.** Ignat et al, 2021).

¹ Solanum nigrum

ترکیب گیاهان پونارناوا^۱، تاجریزی سیاه^۲ و فیلاتتوس اثرات محافظتی بر روی کبد دارد و برای سم‌زدایی از کبد مؤثر هستند (Error! Reference source not found. Balkrishna et al, 2022).

خارمریم در درمان بیماری‌های کبد و کاهش التهاب آن نقش اساسی دارد و به‌عنوان یک محافظ کبد خوب شناخته می‌شود. سیلیمارین مشتق شده از خارمریم اثر محافظتی قوی بر روی کبد دارد و موجب افزایش سطح ایمنی بدن می‌شود (Error! Reference source not found. Jiang et al, 2022).

دارچین و زردچوبه دارای اثرات قوی بر کبد هستند و تأثیر این داروها بر کبد از نظر آماری معنی‌دار است. بر اساس موارد مذکور، داروهای گیاهی که در تقویت، پاکسازی، محافظت و رفع گرفتگی‌های کبد و برطرف نمودن بیماری‌های آن تأثیرگذار هستند لزوماً برای تمامی افراد مؤثر نخواهد بود و یکی از مهمترین پیش‌نیازهای تجویز چنین داروهایی، تعیین مزاج افراد و متعاقب آن تعیین مزاج کبد می‌باشد تا بر اساس آن بتوان اقدام نمود. به عبارت دیگر تعیین مزاج افراد به عنوان چراغ راهنمایی است که می‌تواند مسیر تشخیص و درمان هر فرد را روشن نماید و از انحراف درمانگر پرهیز نماید. در جدول شماره (۱)، خلاصه‌ای از منابع مرور شده در خصوص مقویات مزاج کبد آمده است:

جدول شماره ۱: تقویت‌کننده‌های مزاج کبد بر حسب متون علمی مختلف

ردیف	نام دارو	اثرات	منبع علمی
۱.	لبان یا کندر	گرم کننده کبد- کمک به هضم غذا	مجلسی، ۱۳۸۵
۲.	گیلاس تازه یا شربت آن	مقوی معده و کبد گرم است، درمان ناراحتی‌های کبدی	میرحیدر، ۱۳۸۹
۳.	انار	ملین شکم و مقوی کبد و مفید برای یرقان و طحال و خفقان قلب و سرفه حاد است	مستغفری، ۱۳۸۱
۴.	زرشک	قابض، مقوی کبد، قلب، صفراآور بوده و مسکن حرارت غریزی، التهابات داخلی	صانعی، ۱۳۸۶
۵.	ریوند، تخم کرفس، انیسون، نعنای، عرق کاسنی، عرق جوز، اسارون	مقوی کبد، بازکننده مجراهای کبد	صانعی، ۱۳۹۵
۶.	هلبله، رازیانه، ترنجبین	مقوی کبد و حواس پنج‌گانه است، کاستن از التهاب کبد	نورانی، ۱۳۹۴

¹ Boerhavia diffusa

² Solanum nigrum

۱۳۸۳، حاجی شریفی	مقوی کبد است، اعتدال دهنده اخلاط غلیظ و ملین طبع می باشد،	کشمش سیاه ، آب انار، انجیر، جدوار، زعفران، شربت زرشک، عصاره ریشه درخت سنجد، دهان باز ، عصاره وج	۷.
۱۳۹۵، صانعی	کاهش دردهای کبدی، بازکننده مجرای کبد، مقوی کبد، رفع انسداد کبد	ریشه کاسنی، تخم کرفس، نعناع، تمر هندی	۸.
عقیلی علوی خراسانی، ۱۳۹۰ و ۱۳۹۷	مقوی اعضای باطنی اعضاء الراس و العصب، مقوی معده و کبد سرداست	قرقه الدار چینی ، بالنک	۹.
۱۳۹۹، کرمانی	برای معده و کبد سرد مفید است	به	۱۰.
۱۳۸۸، خسروی	لطیف کننده اعضاء بدن و بازکننده منافذ، مداوای ورم های سرد مزاج و کهنه کبد و دستگاه گوارش	اسارون، کشوت	۱۱.
کلوندی و همکاران، ۱۳۹۹	حمایت کننده کبد، ضد میکروب، پایین آورنده کلسترول و چربی خون	کنگر فرنگی	۱۲.
میرحیدر، ۱۳۹۸، جلد ۶	مقوی کبد، طحال و مهیج نیروی جنسی است. دردهای داخلی را تسکین می دهد	میوه درخت سقز، شاخ و برگ درخت گز شاهی، زعفران، آب ترب	۱۳.
مرادی دهنوی و همکاران، ۱۳۹۸	محافظت در برابر بروز آسیب کبدی	انجیر، فندق، مویز، برگ انجیر	۱۴.
Dhiman and Chawla, 2005	پاکسازی کبد، سم زدایی، پیشگیری از بروز التهاب	خارمریم	۱۵.
Dhiman and Chawla, 2005	پاکسازی کبد، سم زدایی، پیشگیری از بروز التهاب	فیلاتوس	۱۶.
Dhiman and Chawla, 2005	پاکسازی کبد، سم زدایی، پیشگیری از بروز التهاب	عصاره ریشه شیرین بیان	۱۷.
Stickel, and Schuppan, 2007	درمان بیماری های مزمن کبدی	خارمریم	۱۸.
Jin et al, 2008	تضعیف بیماری کبد، افزایش مقاومت کبد در برابر بیماری	چای سبز	۱۹.
Baliga and Dsouza, 2011	جلوگیری از سوء هاضمه، زخم معده و به منظور درمان دستگاه گوارش و کبد	انگور فرنگی هندی	۲۰.
کریمی و همکاران، ۲۰۱۱	خاصیت سم زدایی، محافظت از سلول های کبدی	خارمریم	۲۱.

۲۰۱۵، همکاران و اکبرزاده	مقوی کبد	غافث، کاسنی، انار، دارچین، زعفران، گل سرخ، زرشک	۲۲
عباسعلی زاده فرهنگی و همکاران، ۲۰۱۶	بهبود عملکرد کبد	کاسنی	۲۳
Huang, 2016	مقوی کبد، ضدالتهاب، محافظ کبد	تاجریزی سیاه	۲۴
Kaur et al, 2017	محافظ کبد، ضدالتهاب کبد	فیلاتتوس	۲۵
Sunitha et al, 2017	درمان بیماری های کبد	تاجریزی سیاه، فیلاتتوس	۲۶
قبادی پور و همکاران، ۲۰۱۹	محافظت از کبد و کلیه، درمان بیماری های کبد	افستین، نعنای فلفلی	۲۷
Mohamed et al, 2020	محافظ کبد، ترمیم آسیب های کبدی	کاسنی، کنگر فرنگی	۲۸
Ballotin et al, 2021	درمان بیماری کبدی	چای سبز	۲۹
Ignat et al, 2021	پیشگیری از بروز بیماری کبد، ضدالتهاب، محافظت کننده کبد	عاصره فاصدک، کاسنی، توت	۳۰
Balkrishna et al, 2022	محافظ کبد، سم زدایی، رفع اختلالات کبد	پونارناوار، تاجریزی سیاه، فیلاتتوس	۳۱
Jiang et al, 2022	درمان بیماری کبد، محافظ کبد، افزایش سطح ایمنی بدن	خارمریم	۳۲
فخری و همکاران، ۲۰۲۲	مقوی کبد	دارچین، زردچوبه	۳۳

برآورد میزان مؤثر بودن داروها در تقویت کبد

در جدول شماره (۲) بر اساس فراوانی تکرار هر یک از داروهای گیاهی، قضاوت شده است. از بین داروهای مورد بررسی، کاسنی با ۶ بار تکرار به عنوان مؤثرترین دارو در تقویت کبد می باشد و بعد از آن فیلاتتوس و خارمریم با ۴ بار تکرار دارای اثر زیاد معرفی شده است. انار، تاجریزی سیاه، زرشک، زعفران و نعنای با ۳ بار تکرار، به عنوان اثر متوسط معرفی شده است.

جدول شماره ۲: برآورد میزان مؤثر بودن داروهای تقویت کننده کبد

میزان مؤثر بودن	فراوانی تکرار	دارو
خیلی زیاد	6	کاسنی
زیاد	4	فیلاتتوس، خارمریم
متوسط	3	انار، تاجریزی سیاه، زرشک، زعفران، نعنای
کم	۲	اسارون، انجیر، تخم کرفس، چای سبز، دارچین، کشمش سیاه، کنگر فرنگی
خیلی کم	۱	لبان یا کندر، افستین، انگور فرنگی هندی، انیسون، آب ترب، بالنک، برگ انجیر، به، پونارناوار، ترنجبین، تمر هندی، توت، جدوار، دهان باز یا فاخره، رازیانه، ریوند، زردچوبه،

Archive of **6th** International Conference on
**Agricultural Sciences
Medicinal Plants and
Traditional Medicine**



March 7, 2024 Tbilisi - Georgia

		شاخ و برگ درخت گز شاهی، عصاره قاصدک، عرق جوز، عصاره ریشه درخت سنجد، عصاره ریشه شیرین بیان، عصاره وج یا اکسیر ترکی، غافث، فندق، قرفه الدار چینی، کشوت، گل سرخ، گیلاس تازه یا شربت آن، میوه درخت سقز، هلیله
--	--	---

بحث و نتیجه گیری

همان گونه که ذکر آن رفت مهم ترین هدف این مقاله، بررسی مقویات مزاج کبد می باشد که با استفاده از رویکرد کتابخانه ای و مروری این مهم صورت پذیرفت. از خلال بررسی های صورت گرفته، فهرست مفصلی از گیاهان دارویی شناسایی شد که در قالب جدولی ارائه شد. مهم ترین داروی گیاهی که به منظور تقویت مزاج کبد معرفی شده است، کاسنی می باشد که در ۶ متن مختلف مورد بررسی از آن نام برده شده است. بعد از کاسنی، فیلانتوس و خارمریم به عنوان یکی از گیاهان دارویی مهم در تقویت مزاج کبد معرفی شده اند. با این حال نکته مهمی که بایستی به آن اشاره نمود آن است که بر اساس این مطالعه اصل مبنایی مزاج به عنوان جزء لاینفک پزشکی ایرانی می باشد، به گونه ای که با جدا کردن این مفهوم، محور مباحث تشخیص و درمان دچار نقصان و تزلزل می شود. لذا بایستی اذعان نمود که هیچ دو انسانی دارای مزاج یکسان نبوده و افراد هر جامعه دارای تفاوت های تعیین کننده ای نسبت به یکدیگر می باشند که در قالب مفاهیم گرمی، سردی یا تری و خشکی تعریف شده اند. طبق این رویکرد حتی افراد معتدل نیز با یکدیگر متفاوت هستند و در این گروه هم افراد مختلف با درجات متفاوتی از اعتدال وجود دارند. لذا در گام اول به منظور تقویت مزاج کبد هر فرد، بایستی مزاج افراد تعیین شود و از تجویز نسخه واحد برای تمامی افراد پرهیز شود. از سوی دیگر در کنار مصرف داروهای گیاهی، برخی پرهیزهای غذایی، دارویی و رفتاری نیز از سوی حکیمان توصیه شده است که لازم است برای حفظ سلامت کبد به کار گرفته شود. به عنوان مثال پرهیز از خوردن غذاهای یبوست آور و رعایت آداب و اصول در نوشیدن آب از جهت زمان و گرمی و سردی آن توصیه شده است. همچنین استفاده بیش از حد از برخی داروهای گیاهی نیازمند انجام آزمایش های بالینی به منظور پیشگیری از مسمومیت می باشد. مرور مطالعات پیشین به عنوان معیاری برای ارزیابی پژوهش حاضر کاربرد دارد. مقایسه یافته های پژوهش حاضر با تحقیقات پیشین نشان داد که:

نتایج این پژوهش با یافته های تحقیق عسگری و همکاران (Error! Reference source not found.1393) هم راستا می باشد و مشخص شد که دستورات غذایی برای سلامت کبد در طب سنتی بسیار گسترده است و پیچیدگی چندانی ندارد و می تواند از سوی پزشکان نیز مورداستفاده قرار گیرد.

همچنین نتایج تحقیق با یافته های حکیمی و همکاران (Error! Reference source not found.1398) و باقری و همکاران (Error! Reference source not found.1400) منطبق می باشد. بر اساس یافته های پژوهش حکیمی و همکاران، گام اول به منظور تجویز دستورات غذایی و درمان، تعیین مزاج کبد می باشد و بر اساس آن می توان توصیه های لازم را به بیماران ارائه داد.

نتایج تحقیق مرادی دهنوی و همکاران (Error! Reference source not found.1399) نشان داد که در طب سنتی برای حفظ سلامت کبد، به خوردنی هایی اشاره شده که موجب برهم زدن تعادل اخلاط و ایجاد انواع سوء مزاج ها نشود. مشابه این یافته ها در تحقیق حاضر نیز مشاهده شد.

از جمله مهمترین یافته‌های تجربی این پژوهش آن است که در طب سنتی و به منظور تجویز داروهای گیاهی برای تقویت مزاج کبد، بایستی در گام اول نسبت به شناخت مزاج کبد هر فرد به صورت مجزا اقدام نمود و از این حیث قائل به وجود تفاوت‌های فردی شد و سپس بر اساس این شناخت اولیه، اقدام به تجویز دارو نمود. از سوی دیگر، بر خلاف تصور اشتباه رایج، برخی از گیاهان دارویی ممکن است تداخل مصرف ایجاد نمایند و بهتر است داروهای دارای اثرات متداخل شناسایی و از تجویز هم‌زمان آنها برای افراد پرهیز نمود؛ چرا که مصرف هم‌زمان این داروها از طرفی می‌تواند موجب برهم خوردن تعادل مزاجی افراد شود و از سوی دیگر می‌تواند منجر به بروز مسمومیت‌های دارویی شود و فرایند درمان افراد را با اختلال جدی مواجه نماید.

این مطالعه و مطالعات مشابه در طب سنتی، حاکی از اهمیت تغذیه در بهبود عملکرد و صحت کبد در بدن و پیشگیری از ابتلا به بیماری‌ها می‌باشد و این پژوهش نشان داد که کاربست موارد پیشنهادی می‌تواند به سلامت اعضای جامعه کمک قابل توجهی و سلامت کبد افراد را حفظ نماید. به نظر می‌رسد انجام پژوهش‌های بیشتر با تمرکز بر اعضای رئیسه بدن و تأثیر انواع مختلف خوراکی‌ها و آشامیدنی‌ها بر حفظ سلامت این اعضاء در زمره اولویت‌های پژوهشی این حوزه باشد.

منابع

۱. ابن سینا، حسین بن عبدالله (۱۳۹۲) قانون در طب بوعلی، ترجمه عبدالرحمن شرفکندی، انتشارات سروش.
۲. باقری، فاطمه؛ کرمی، هادی؛ علیرادیان، عباس؛ اسدی، محمدحسین؛ صالحی، مهدی و لطیفی، سید امیرحسین (۱۴۰۰) بررسی اثرات افسنتین در بیماری های کبد از منظر ۳ کتاب طب ایرانی (الحاوی رازی، قانون ابن سینا و ذخیره خوارزمشاهی، مجله طب مکمل دانشگاه علوم پزشکی اراک، دوره یازدهم، شماره سه.
۳. تفتازانی، سعدالدین (۱۴۰۹) شرح المقاصد، جلد سوم، قم، انتشارات الشریف رضی.
۴. حاجی شریفی، احمد (۱۳۸۳) اسرار گیاهان دارویی، تهران، انتشارات حافظ نوین.
۵. حکیمی، فاطمه؛ جعفری، پریسا؛ مجاهدی، مرتضی؛ موحد، مینا؛ تن ساز، مژگان؛ چوپانی، رسول؛ ایلخانی، رضا؛ خدادوست، محمود و مکبری، نژاد، روشنگر (۱۳۹۸) مروری بر شاخص های تعیین مزاج کبد در پزشکی ایران، فصلنامه تاریخ پزشکی، دوره یازدهم، شماره ۳۸، بهار.
۶. حکیمی، فاطمه؛ یغمایی، فریده؛ زارعیان، آرمین؛ موحد، مینا؛ جعفری، پریسا؛ مکبری نژاد، روشنگر؛ عمارتکار، الهام؛ نامدار، حسن؛ اصغری، مجید؛ تنساز، مژگان؛ چوپانی، رسول؛ ایلخانی، رضا؛ شیرینگی، لیلا؛ علیزاده، مهدی؛ هاشمی، مامک؛ خدادوست، محمود و مجاهدی، مرتضی (۱۳۹۸) معیارهای ماژور و مینور تشخیصی سوء مزاجات کبد در طب سنتی ایران: یک مطالعه کیفی، فصلنامه علمی پژوهشی طب مکمل، شماره ۲، تابستان.
۷. خسروی، سیدمهدی (۱۳۸۸) طب سنتی خسروی: درمان بیماری های مختلف با گیاهان دارویی و مواد طبیعی، انتشارات برکت کوثر.
۸. صناعی، صفدر (۱۳۸۶) همیشه لاغر و سلامت باشید، تهران، انتشارات کنکاش.
۹. صناعی، صفدر (۱۳۹۵) نسخه شفا: گل و گیاه، تهران، انتشارات حافظ نوین.
۱۰. عسگری، فائزه؛ سیاهپوش، مرضیه بیگم و نجات بخش، فاطمه (۱۳۹۳) رویکرد طب سنتی ایران و طب کلاسیک در تغذیه اختصاصی کبد در سلامت و بیماری، فصلنامه تاریخ پزشکی، سال ششم، شماره نوزدهم، تابستان.
۱۱. عقیلی خراسانی شیرازی، محمدحسین (۱۳۹۶) خلاصه الحکمه، ترجمه اسماعیل ناظم، انتشارات سفیر اردهال.
۱۲. عقیلی خراسانی، محمدحسین (۱۳۹۷) قرابادین کبیر، انتشارات المعی.
۱۳. کلوندی، رمضان؛ رجبی، محسن؛ کهرام فر، زهره و چاله چاله، طاهر (۱۳۹۹) بررسی اثر گیاه دارویی آرتیشو بر شاخص های کبد چرب، مجله طب مکمل دانشگاه علوم پزشکی اراک، دوره دهم، شماره ۲.
۱۴. متسغفری، جعفر (۱۳۸۱) طب النبوی و طب الصادق، ترجمه یعقوب مراغی و محمد خلیلی، قم، انتشارات مومنین.
۱۵. مجلسی، محمدباقرین محمدتقی (۱۳۸۵) آسمان و جهان: ترجمه کتاب السماء و العالم: جلد چهاردهم بحارالانوار، انتشارات کتابفروشی اسلامیة.

۱۶. مرادی دهنوی، حسین؛ روشن، حسن و حسینی، سیده عفت (۱۳۹۹) بررسی اثر تغذیه بر حفظ سلامتی قلب، مغز و کبد از دیدگاه طب سنتی ایرانی، مجله طب سنتی اسلام و ایران، سال یازدهم، شماره چهارم، زمستان.
۱۷. میرحیدر، حسین (۱۳۹۸) معارف گیاهی، انتشارات فرهنگ اسلامی.
۱۸. نورانی، مصطفی (۱۳۹۴) دایره المعارف بزرگ طب اسلامی، جلد اول، تهران، انتشارات مبین اندیشه.

1. Baliga ,Manjeshwar Shrinath & Dsouza, Jason Jerome .(2011) .Amla (Emblca officinalis Gaertn), a wonder berry in the treatment and prevention of cancer, Eur J Cancer Prev. 2011 May;20(3):225-39. Doi: 10.1097/CEJ.0b013e32834473f4.
2. Balkrishna, Acharya; Lochab, Savita and Varshney, Anurag.(2022).Livogrit, a herbal formulation of Boerhavia diffusa, Phyllanthus niruri and Solanum nigrum reverses the thioacetamide induced hepatocellular toxicity in zebrafish model, Apr 29;9:1056-1064. Doi: 10.1016/j.toxrep.2022.03.053. ECollection 2022.
3. Ballotin , Vinicius Remus; Lucas Goldmann, Bigarella; Ajacio, Bandeira de Mello Brandão; Raul Angelo, Balbinot; Silvana Sartori; Balbinot and Jonathan; Soldera.(2021).Herb-induced liver injury: Systematic review and meta-analysis, Jul 16; 9(20):5490-5513. Doi: 10.12998/wjcc.v9.i20.5490.
4. Dhiman, Radha K and Chawla, Yogesh K .(2005) .Herbal medicines for liver diseases, Oct; 50(10):1807-12, doi: 10.1007/s10620-005-2942-9.
5. Ghobadi Pour, Mozghan; Mirazi, Naser and Seif, Asghar.(2019) .Treatment of liver and spleen illnesses by herbs: Recommendations of Avicenna's heritage "Canon of Medicine", Avicenna J Phytomed v.9(2); Mar-Apr 2019 PMC6448543.
6. Huang, Yi-Shin .(2016). the savior of binge drinkers: Another liver tonic from a common vegetable? January 2016,Journal of the Chinese Medical association 79(2),DOI:10.1016/j.jcma.2015.10.003 License CC BY-NC-ND 4.0
7. Ignat, Maria Valentina; Teodora Emilia, Coldea; Liana, Claudia Salanță and Elena, Mudura .(2021). Plants of the Spontaneous Flora with Beneficial Action in the Management of Diabetes, Hepatic Disorders, and Cardiovascular Disease, Plants (Basel). 2021 Jan 23; 10(2):216. Doi: 10.3390/plants10020216.
8. Jiang, Guoyan; Chunhong, Sun; Xiaodong, Wang; Jie ,Mei ; Chen, Li ; Honghong Zhan; Yixuan Liao; Yongjun Zhu and Jingxin Mao.(2022).Hepatoprotective mechanism of Silybum marianum on nonalcoholic fatty liver disease based on network pharmacology and experimental verification, Mar; 13(3):5216-5235. Doi: 10.1080/21655979.2022.2037374.
9. Jin, Xi; Ruo-heng; Zheng and You-Ming, Li .(2008) .Green tea consumption and liver disease: a systematic review, Aug; 28(7):990-6. Doi: 10.1111/j.1478-3231.2008.01776.x.
10. Kaur, Navneet; Baljinder, Kaur and Geetika, Sirhindi .(2017). Phytochemistry and Pharmacology of Phyllanthus niruri L.: A Review, Jul; 31(7):980-1004. Doi: 10.1002/ptr.5825. Epub 2017 May 17.
11. Mohamed Mohafrash, Samia Mostafa and Halim Mossa, Abdel-Tawab.(2020). Herbal syrup from chicory and artichoke leaves ameliorate liver damage induced by deltamethrin in weanling male rats, Environ Sci Pollut Res Int. 2020 Mar;27(7):7672-7682. Doi: 10.1007/s11356-019-07434-7.
12. Stickel, F and Schuppan, D .(2007). Herbal medicine in the treatment of liver diseases, Apr; 39(4):293-304. Doi: 10.1016/j.dld.2006.11.004. Epub 2007 Feb 28.

Archive of SID **6th** International Conference on
**Agricultural Sciences
Medicinal Plants and
Traditional Medicine**



March 7, 2024 Tbilisi - Georgia

13. Sunitha, J; Swathy Krishna, R Ananthalakshmi, J Sathiya Jeeva, As Smiline Girija, Nadeem Jeddy.(2017). Antimicrobial Effect of Leaves of Phyllanthus niruri and Solanum nigrum on Caries Causing Bacteria: An In vitro Study, Jun;11(6):KC01-KC04. Doi: 10.7860/JCDR/2017/23602.10066. Epub 2017 Jun 1.