

عنوان مقاله:

مهمترین گیاهان دارویی در درمان افسردگی

محل انتشار:

سومین همایش ملی روانشناسی، تعلیم و تربیت و سبک زندگی (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 27

نویسنده:

سیدمحمد رضا سلطانی مقدس - پژوهشگر *Naturopathy* - دانش آموخته گیاهان دارویی دانشگاه آزاد اسلامی

خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر با هدف بررسی مهمترین گیاهان دارویی در درمان افسردگی صورت گرفته است. در این پژوهش شش گیاه هوفاریقون، اسطوخودوس، جینسینگ، بابونه، زعفران و بادرنجبویه از نظر گیاه شناسی، گیاه و استخراج آن، مواد موثره و فارماکولوژی بر اساس جستجو در منابع معتبر گیاهان دارویی و پزشکی مورد مطالعه قرار گرفته است. بر اساس مطالعات صورت گرفته هر کدام از این گیاهان به نوعی بر کنترل افسردگی اثر گذار می باشند و میزان تاثیر هر کدام نیز با توجه به مقدار مورد استفاده متفاوت می باشد. مهمترین بیماری های قابل درمان توسط این گیاهان علاوه بر افسردگی انواع سردردهای عصبی و تنشی، طبش قلب و اضطراب، ضعف حافظه، آلزایمر یا زوال عقل، حملات میگرنی، بی خوابی و احساس غم و اندوه می باشد. گیاهان دارویی از دیدگاهی منابع انرژی و سرزندگی هستند و از دیدگاه دیگر آنها به صورت بسته های کوچکی حاوی مواد بیوشیمیایی مختلف هستند که سبب ایجاد رفلکس بین ذهن و مغز انسان می شوند. گیاهان دارویی آرام بخش بر عاظم جسمی و وروچی افسردگی تاثیر دارند. داروهای گیاهی در واقع به عنوان ابزار اکولوژیکی و وروچی مطرح هستند که برای درمان مشکلات جسمی و نیز وروچی روانی مناسب اند. همچنین مهمترین دالیل استفاده از گیاهان دارویی را می توان عواملی همچون عوامل زیر را نام برد: 1- طب متداول همیشه در حد مطلوب موثر نیست؛ 2- داروها اغلب عوارض نامطلوب دارند؛ 3- داروهای گیاهی توسط رسانه ها، تارنماهای اینترنت، کتابهای عامه پسند، مشاهیر و غیره تبلیغ میشوند؛ 4- داروهای گیاهی به طور گستردهای در دسترس هستند و معمولا به عنوان مکملهای غذایی به بازار عرضه میشوند؛ 5- اغلب درباره اثربخشی آنها، ادعاهای مبالغه آمیزی مطرح میشود؛ 6- عامه مردم تمایل دارند که گیاهان را طبیعی و در نتیجه بیضرر تصور نمایند؛ 7- اکثر مصرف کنندگان استطاعت پرداخت هزینه بیشتر برای داروهای گیاهی را دارند.

کلمات کلیدی:

گیاهان دارویی، افسردگی، اختلالات روانی، هوفاریقون، اسطوخودوس، جینسینگ، بابونه، زعفران و بادرنجبویه

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1020798>

