

گیاهان قرآنی و دیابت

نازنین کریم آباده^(۱)، فرح فیروزه^(۲)

(۱) دانشکده پزشکی، واحد نجف آباد، دانشگاه آزاد اسلامی، نجف آباد، ایران

(۲) گروه مامایی، دانشکده پرستاری و مامایی، واحد نجف آباد، دانشگاه آزاد اسلامی، نجف آباد، ایران

مقدمه:

تمام گیاهان افریده و نشانه‌ی عظمت خداوند هستند. گیاهانی که نام آنها در قرآن آمده است هم از نظر خواص و کاربرد و هم از نظر وقایع و رویدادهایی که همراه نام آنها ذکر گردیده اهمیت ویژه‌ای دارند. این گیاهان عبارتند از: انگور، انار، انجیر، زیتون، سیر، پیاز، عدس، من (ترنجبین)، گز، نخل، سدر، درخت مسواک، حنا، زنجبیل، خیار، افاقیا، کدو، خردل، ریحان، زقوم و ضریع. استفاده از گیاهان دارویی قدمتی همپای بشر داشته و برای مدت طولانی یکی از مهمترین ابزارهای انسان برای غلبه بر بیماری بوده است.

دیابت یک بیماری شایع در جهان است که بر اساس گزارش سازمان جهانی بهداشت اکنون حدود ۴۰۰ میلیون نفر در دنیا به آن مبتلا هستند. در این مقاله گیاهانی که نام آنها در قرآن و همچنین در کتب طب سنتی ذکر شده است و شواهد علمی کافی برای اثر بخشی آنها در دیابت و عوارض آن وجود دارد معرفی می‌شوند.

انار، زیتون، پیاز و سیر، انجیر، خیار تلخ، چای سبز، عدس الملک، هندوانه ابوجهل، شنبلیله، پسیلیوم، سیاه گیله، خار مریم، دم کرده گزنه. بسیاری از تحقیقات نشان داده که عصاره، دم کره و یا پودر این گیاهان می‌تواند اثرات مهمی در کاهش سطح قند خون، افزایش ترشح انسولین، جلوگیری از تخریب پانکراس و جلوگیری از بروز عوارض بلند مدت دیابت مانند عوارض قلبی عروقی کلیوی، چشمی و آسیب به جدار رگهای خونی در این افراد شود. عمده مکانیسم این اثرات ناشی از وجود ترکیبات آنتی‌اکسیدانی و ترکیبات فعال گوگردی و مواد شبه انسولینی در آنها می‌باشد.

نتیجه گیری:

از دید کارشناسان و صاحب نظران، تغییر سبگ زندگی و تغذیه دلیل اصلی شیوع این بیماری می‌باشد. حکمای طب سنتی با درک ضرورت این مهم همواره بر اصلاح شیوه‌های زندگی تاکید داشته‌اند به طوریکه حکیم محمدکاظم گیلانی درباره اهمیت حفظ سلامتی از طریق شیوه‌های صحیح زندگی می‌فرمایند: "اینکه اغلب مردم در معرض امراض و ناخوشی‌های مهلک قرار می‌گیرند و یا اینکه در حالت سلامت ظاهری دائماً اظهار کسالت و ضعف و سوء هضم و اشتها می‌کنند به سبب آن است که چگونگی تغذیه، مقدار خواب، بیداری، ورزش و رفتارهای بهداشتی را نمی‌دانند و فکر می‌کنند که در زمان بیماری باید به طبیب رجوع کرد در حالی که فایده طبابت در زمان سلامت است که شخص را برای حفظ سلامتی راهنمایی کند...."

در مجموع، مصرف گیاهان دارویی توسط بیماران دیابتی تحت هیچ شرایطی نباید بدون نظر تیم پزشکی انجام شود.

کلمات کلیدی: گیاهان دارویی، دیابت

انجمن خیریه دیابت جنان شهرستان نجف آباد

۲۴ آذر ماه ۱۳۹۳

دانشگاه آزاد اسلامی
واحد نجف آباد
دانشکده پزشکی و دندانپزشکی

انجمن خیریه دیابت جنان
شهرستان نجف آباد