

Fitoterápia a háziorvoslásban

Emésztőszervi bántalmak, megbetegedések terápiája I.

Csupor Dezső

Szegedi Tudományegyetem, Farmakognóziai Intézet

Ebben a cikkben néhány emésztőszervi bántalom fitoterápiás kezelési lehetőségéről számolok be. Az alkalmazható gyógynövényeket és gyógyhatású készítményeket indikációs területek szerint csoportosítom. Igyekszem áttekintést nyújtani az OGYI forgalomba hozatali engedélyével rendelkező, gyógyszernek nem minősülő gyógyhatású készítményekről, valamint a Commission E által ajánlott drogokról.

A német kormányzat megbízásából 1978-ban létrejött szakértői bizottság, a Commission E feladata a fitoterápiában alkalmazott gyógynövények hatásosságának és biztonságosságának felmérése volt. Ajánlásaikat Európában széles körben elfogadják, ezért a drogok bemutatásánál a Commission E monográfiáit vettem alapul.

Az emésztőszervi bántalmak fitoterápiás kezelése nagy múlttal rendelkezik. Bár a fitoterápia elfogadottsága az orvosok körében viszonylag alacsony, ez az a terület, ahol a többség szívesen alkalmaz gyógynövényeket és gyógynövény alapú készítményeket. Az itt bemutatott drogok többségének alkalmazásával kapcsolatban sok tapasztalattal rendelkezünk, amit az utóbbi időben ellenőrzött klinikai vizsgálatok is alátámasztanak. Egyre több, az emésztőszervi panaszok kezelésére régóta alkalmazott gyógynövény hatásossága igazolódik be ellenőrzött körülmények között is. Ezek a növények joggal lehetnek a bizonyítékokon alapuló orvoslás részei a szintetikumokkal együtt.

Az ebbe a hatástani csoportba tartozó drogok egy része már táplálkozásunk részévé vált. Ételeink fűsze-

rezése nem csak kellemes ízt ad, hanem karminatív, étvágyfokozó, görcsoldó hatást is kifejthet. Az étkezés előtt elfogyasztott keserű aperitif valóban fokozza az étvágyat. Ezek kiragadott példák, de bizonyítják, hogy jónéhány, ebbe a csoportba tartozó gyógynövény része táplálkozáskultúránknak. Számos tradicionálisan alkalmazott gyógy- és fűszernövény alkalmazása indokolt, hatása bizonyított.

A „WHO Collaborating Centre for International Drug Monitoring” munkacsoportja a gyógyszerek ATC besorolásához hasonlóan „Herbal ATC” csoportokba osztotta a drogokat. Ez a besorolás széles körben még nem ismert, de várható, hogy a gyógytermékekkel kapcsolatos törvényi szabályozás európai egységesítésével nagyobb szerepet kap. Jelen cikk első részében a HA09W (Herbal digestives – növényi eredetű digestivumok), a második részben a HA05A (Bile therapy – epebetegségek terápiája) és HA02D (Antiflatulents – flatulentia kezelésére alkalmazható drogok) csoportokat ismertetem.

A gyógyhatású készítmények alkalmazási előíratait – ahol elérhető volt – a Gyógytermék Vademecum vagy a készítményhez mellékelt használati utasítás alapján szerkesztettem.

Digestivumok

A digestivum kifejezés az emésztést segítő szert jelent, de az ATC rendszer A09 osztálya (digestivumok, beleértve az enzimek készítményeket is) jórészt csak étvágyjavító hatású készítményeket tartalmaz. Bár az emésztési zavarokat gyakran a gyomornedv elégtelen szekréciója okozza, az epe vagy a hasnyálmirigy enzimeinek hiánya is hasonló panaszokat válthat ki. Az epeszekréció zavarával és egyéb dyspepsiás kórképekkel később foglalkozunk, jelen fejezetben az ét-



vágy fokozását célzó készítményekre összpontosítunk.

Az étvágytalanság hátterében több ok állhat: bakteriális és vírusos fertőzések, pszichoszomatikus betegségek (anorexia nervosa, stressz), vagy gyógyszer-fogyasztás (antibiotikumok, citosztatikumok), de gyakori ok az ízérzékelés csökkenése is.

Az étvágy javítására leggyakrabban keserűanyag-tartalmú gyógynövényeket vagy készítményeket alkalmazunk. A keserűanyagok rendkívül változatos szerkezetű vegyületek. Közös sajátosságuk a nagy hígításban is erősen keserű ízük. E tulajdonságuk miatt különösen jól alkalmazhatóak csökkent ízérzékelés esetén az étvágy növelésére. Számos keserű ízű anyag szerkezetét és hatását pontosan ismerjük (pl. kínaalkaloidok), de jelenleg csak azokat soroljuk a keserűanyagok közé, amelyek bizonyítottan nem rendelkeznek más hatással. Farmakológiailag igen jelentős vegyületek, így például a kinin, a digitaloidok, a sztrichnin íze is keserű, de a gyógyításban kiaknázott hatásuk miatt keserűanyagként nem használhatók.

A keserű ízérzés a szájnyálkahártya ízérző receptoriból induló, a nervus vagus által közvetített reflexszel fokozott nyál- és gyomorsav-elválasztást idéz elő. A pepszin megemésztja a gyomorban található fehérjék egy részét, és az ily módon keletkező peptidok serkentik a gyomorfal gasztrinszekrécióját. A gasztrin fokozza a gyomorsav-elválasztást. A keserűanyagok az emésztés további fázisait is segítik az epe- és hasnyálevválasztás, valamint a bélperisztaltika fokozásával. A keserűanyag-tartalmú drogok alkalmazása időskori étvágytalanság esetében is javasolt, mivel ilyenkor az étvágytalanság oka gyakran az ízérző receptorok csökkent érzékenysége vagy száma. A készítmények keserű ízét ne fedjük el édesítéssel, mivel így csökken a hatás. Maximális hatásukat 20-30 perccel étkezés előtt alkalmazva fejtik ki. Tekintettel arra, hogy a hatás kialakulásában fontos szerepe van az íznek, a gyógyhatású készítmények nagy része folyékony gyógyszerformájú.

Ismert hypaciditás esetén is javasolt a keserűanyag-tartalmú készítmények alkalmazása. Teljes anaciditás esetén azonban a gyomor malignus megbetegedését ki kell zárni.

A keserűanyag-tartalmú készítmények túladagolása csökkenti a gyomorszekréciót a gyomornyálkahártyára való hatás vagy a közvetlen étvágycsökkentés révén. Hosszú ideig tartó alkalmazás során is csökkenhet az étvágy.

A FoNo VI. Gutta stomachica és Tinctura amara készítményei kiváló étvágyjavító hatással bírnak. A Németországban hivatalos vénymintagyűjtemény étvágyjavító készítménye az 1. előirat. Az emésztésre ható gyógynövények egyes csoportjai között nagy az átfedés. A csoportosításban a Commission E besorolására támaszkodtam. A monográfiák szerint néhány illóolaj-tartalmú drog étvágyjavító hatású, valójában azonban kijelenthetjük, hogy az összes illóolaj-tartalmú gyógynövény bír bizonyos mértékű étvágyfokozó hatással ízének és gyomornyálkahártya-hyperaemiát okozó hatásának köszönhetően. A legtöbb illóolaj-tartalmú gyógynövényt fő indikációs területének megfelelően azonban a cholagogumok és a flatulentia kezelésére alkalmazható drogok között ismertetem, ugyanakkor egyes drogok (pl. koriander) digestivumként is jól használhatók. A keserűanyag-tartalmú drogok az étvágy javítására vagy cholagogumként is kiválóan alkalmazhatók. Általánosságban elmondható, hogy az emésztésre ható drogok – komplex hatóanyag-tartalmuknak köszönhetően – több panasz enyhítésére is alkalmasak. Jelen cikkben a drogot elsődleges felhasználási területük alapján igyekeztem csoportosítani.

Species gastrica I. NRF

Rp.

Gentianae radix 20 g
 Aurantii pericarpium 20 g
 Centaurii herba 25 g
 Absinthii herba 25 g
 Cinnamomi cassiae cortex 10 g

2 teáskanál teakeveréket 1 csésze forró vízzel leönteni, 5-10 percig állni hagyni, majd szűrni. Naponta többször, étkezések előtt 1 órával 1 csésze langyos teát fogyasztani.



A COMMISSION E ÁLTAL ÉTVÁGYTALANSÁG KEZELÉSÉRE AJÁNLOTT DROGOK

Keserűanyag-tartalmú drogok

Név	Tartalom anyagok	Alkalmazási terület	Igazolt hatás	figyelmeztetés
Absinthii herba* (fehér ürömfű, Artemisia absinthium)	Keserűanyagok, illóolaj. Az illóolaj tujont tartalmaz.	Étvágytalanság, dyspepsia, epehólyag-ürülési zavar kezelése. Kis dózisban kell alkalmazni. Naponta 2-3 g drog vizes kivonata fogyasztható.	Hepatopathiában szenvedő betegekben alkalmazva a drog kivonata szignifikánsan növelte a bélnedv alfa-amiláz-, lipáz-, bilirubin- és koleszterinkoncentrációját. Az illóolaj nagy hígításban is antimikrobás hatást mutat.	Tujontartalma miatt toxikus, nagyobb mennyiség fokozott pszichés, motorikus és érzékelési zavarokat, nyáltermelést, a nyálkahártyák és az alhas vérbőségét, convulsiót vált ki. Az abszint-addikció veszélye miatt tömény alkoholos kivonatok készítése tilos. Az ürömfű-tartalmú vermetek csak nyomokban tartalmaznak tujont, ezért fogyasztásuk (ilyen szempontból) veszélytelen.
Achilleae herba* (cickafarkfű, Achillea millefolium)	Keserűanyagok, illóolaj, flavonoidok. Az illóolaj (a kamillához hasonlóan) azulént tartalmaz.	Teája étvágyserkentő, fokozza az epeelválasztást, javítja az emésztést, görcsoldó. A gyomor- és bélnyálkahártya sérülései és fekélyei esetén sejt-sarjadzást elősegítő és (azuléntartalma miatt) gyulladáscsökkentő hatása miatt alkalmazható. A drogból (2-4 g) készült teával naponta többször öblögetve csökkenthetőek a fogíny és a szájnálkahártya gyulladásos folyamatai.	A cickafarkfűvel rokon Achillea asplenifolia kivonata lokális gyulladásgátló hatást mutatott. A növény flavonjai papaverinhez hasonló mértékű görcsoldó hatást mutattak nyúl vékonybélben. Drogból készült forrázatot alkalmazhatunk.	Allergiás reakciót válthat ki.
Angelicae radix (angyalgyökér, Angelica archangelica)	Illóolaj, kumarinszár-mazékok	Étvágyjavító, emésztőnedvelválasztást serkentő, görcsoldó, cholagog hatású drog. Egyszeri adagja 1,5 g, napi adagja 3 g drogból készült tea.	Metanolos kivonata in vitro kalciumcsatorna-blokkoló hatást mutatott. Állatkísérletekben szedatív hatásúnak bizonyult.	Furokumarintartalma fotoszenzibilizáló. Krónikus alkalmazása alatt a napozás kerülendő.
Aurantii pericarpium* (narancstermésfa, Citrus sinensis)	Illóolaj, keserűanyagok, flavonoidok	Fokozza a gyomornedv- és epeszekréciót. Gyerekek étvágyának javítására kellemes aromája miatt javallt: 2 g szárított narancshéjből 2-3 dl forró vízzel készítsünk teát.		Az illóolaj magas limonéntartalma miatt fotoszenzibilizáló hatású lehet.
Cardui benedicti herba* (benedekfű, Cnicus benedictus)	Illóolaj, keserűanyagok, triterpének, flavonoidok, ásványi sók (túlnyomórészt kálium- és magnéziumsók).	Étvágytalanság, dyspepsia. Egyszeri adagja 1,5 g, napi adagja 4-6 g drogból készült tea.	A drog egyik keserűanyaga állatkísérletben jelentős gyulladásgátló hatást mutatott. Az illóolaj nagy hígításban számos baktériummal szemben baktericid hatású. A friss növény kivonata egereken tumorelles hatást mutatott (a kezelt egyedek daganatainak tömege 54 %-kal kisebb volt).	Allergiát válthat ki.
Centaurii herba* (ezerjófű, Centaurium erythraea, C. uliginosum)	Keserűanyagok, flavonoidok, triterpének, xantonok	Emésztőnedvelválasztás fokozása, étvágyjavítás. 2-3 g drogból készült teát naponta 2-3 alkalommal fogyaszthatunk.	A drog emésztőnedvelválasztást fokozó hatását több vizsgálat igazolta. A növény vizes kivonata különböző állatkísérletekben gyulladásgátló és antipiretikus hatást mutatott.	

A COMMISSION E ÁLTAL ÉTVÁGYTALANSÁG KEZELÉSÉRE AJÁNLOTT DROGOK

Keserűanyag-tartalmú drogok

Név	Tartalom anyagok	Alkalmazási terület	Igazolt hatás	figyelmeztetés
Cichorii herba et radix (mezei katáng, Cichorium intybus)	Keserűanyagok, aromás savak, flavonoidok	Étvagyjavító, epebántalmak kezelése. Naponta 3 g drogból készült teát fogyaszthatunk.	A drog kivonata békaszíven enyhe negatív inotrop hatást váltott ki, humán kísérletekben ilyen jellegű hatását nem vizsgálták. Patkányokon enyhe koleretikus és koleszterinszint-csökkentő hatást mutatott.	Allergiát válthat ki.
Gentianae radix et rhizoma* (tárnics-gyökér és -gyökértörzs, Gentiana lutea)	Keserűanyagok, xanthonszár-mazékok	Étvagyjavító, teltségérzet és puffadás csökkentése. A gyökér 2-4 grammjából készítsünk teát.	Emésztőnedv-elválasztást fokozó hatása bizonyított.	Érzékeny egyéneknél fejfájást okozhat.
Marrubii herba* (orvosi pemetefű, Marrubium vulgare)	Keserűanyagok, flavonoidok, aromás savak	Étvagyjavító, dyspepsia kezelése, epehajtó hatású. Nyákoldó hatása is van.	A drog alkoholos kivonatának spasmolyticus és analgetikus hatását bizonyította egy nemrég elvégzett vizsgálat.	
Taraxaci herba et radix (gyermekláncfű és gyökere, Taraxacum officinale)	A gyökér keserűanyagokat, flavonoidokat, kb. 5 % kalciumsót tartalmaz	Étvagyjavító, epehajtó hatású. A levél jelentős vizelethajtó hatással bír. Magas C- és B-vitamintartalma miatt vitaminpótlásra is alkalmazható. A növény friss herbájának 4-10 grammját naponta háromszor fogyaszthatjuk. A herba saláták komponenseként Franciaországban és Németországban tavaszi kúrák része.	A növény cholagog hatásának bizonyítására modern kísérleti eredmények nem állnak rendelkezésre. A diuretikus hatást állatkísérleti eredmények támasztják alá.	Allergiát válthat ki.
Trifolii fibrini folium* (vidrafű, Menyanthes trifoliata)	Keserűanyagok, aromás savak	Étvagyjavító. 0,5-2 g drogból készült teát naponta 2-3 alkalommal fogyaszthatunk.	A drog kivonatának antibakteriális hatása van.	A gyomornyálkahártyát izgathatja, nagy dózisban hányást, hasmenést válthat ki.
Illóolajat, illetve egyéb anyagokat tartalmazó drogok				
Condurango cortex (kondurangókéreg, Marsdenia condurango)	Keserűanyagkeverék (kondurangin), triterpének, flavonoidok, alkaloidok	A kéreg 2-4 grammjából készíthetünk teát.	Étvagytalanság, dyspepsia kezelése.	
Harpagophyti radix (afrikai varjúkőröm, Harpagophytum procumbens)	Keserűanyagok, flavonoidok, triterpének	Étvagytalanság, dyspepsia kezelése (1,5 g/nap). Szerepet kaphat a degeneratív mozgásszervi betegségek kiegészítő terápiájában (4,5 g/nap). A drogból teát készíthetünk.	Randomizált, kontrollált klinikai vizsgálatban szignifikánsan csökkentette reumában szenvedő betegek panaszait a placebohoz képest.	Hasfájást, émelygést okozhat.
Lichen islandicus (izlandi zuzmó, Cetraria islandica)	Poliszacharid, keserűanyagok, zuzmósavak	Csökkenti az emésztési panaszokat, ezen kívül bevonó hatása miatt gyorsítja a nyálkahártya erózióinak gyógyulását. Köhögéscillapító hatása miatt teakeverékekben alkalmazták. Napi adagja 4-6 g, egyszeri adagja 1,5 g drogból készült tea.	A poliszacharidok nyálkahártyaprotektív hatása bizonyított. A drog forrázatának gyenge antimikrobás hatása van.	

A COMMISSION E ÁLTAL ÉTVÁGYTALANSÁG KEZELÉSÉRE AJÁNLOTT DROGOK

Keserűanyag-tartalmú drogok

Név	Tartalom anyagok	Alkalmazási terület	Igazolt hatás	figyelmeztetés
Allii cepae bulb (vöröshagyma, Allium cepa)	Különböző kén-tartalmú vegyületek, alliináz, flavonoidok, B1-, C-vitamin	Étvágy javítására a monográfia naponta 50 g friss hagyma (vagy annak préselve), vagy 20 g szárított drog fogyasztását javasolja. A drognak atherosclerosis-preventív hatása is van.	A drog antibakteriális, vérnyomás- és lipidkoncentráció-csökkentő, thrombocitaaggregatio-gátló hatását számos vizsgálat bizonyította. A drog kivonatának tengerimalacokon jelentős antiallergiás hatása volt. A légúti obstrukció csökkentésének háttérben a bizonyított ciklooxigenáz- és lipoxigenáz-gátlás áll.	
Cinnamomi cassiae cortex* (kasszia fahéj, Cinnamomum aromaticum)	Illóolaj, aromás savak	Étvágytalanság, dyspepsia kezelése.	Antimikrobás, antiulcerogen hatását vizsgálatok bizonyították. Étvágyjavító és gyomornedv-szekréción feljavító hatását igazolták. 2-4 g drogból készíthetünk teát.	Allergiás reakciót válthat ki.
Coriandri fructus* (koriandertermés, Coriandrum sativum)	Illóolaj	Étvágyserkentő, görcsoldó hatású. 2 teáskanál drogból készült teát naponta többször fogyaszthatunk.	A drog illóolajának antibakteriális hatását vizsgálatok igazolták.	
Faex medicinalis (élesztő, Saccharomyces cerevisiae, Candida utilis)	Fehérje, szénhidrát, B-vitamin, enzimek, aminosavak, lipidek	Étvágyjavító hatása van, ezen kívül zsíros arcbőr esetén csökkenti az acné kialakulásának valószínűségét. Napi adagja 6 g. Óvatosságra int, hogy MAO-gátlók egyidejű szedése esetén vérnyomás-emelkedést okozhat.	Hazánkban az élesztő nem tartalmaz Candida-törzseket, a Codex Alimentarius Hungaricus a Saccharomyces cerevisiae használatát engedélyezi. Az élesztőt étvágyjavítóként Magyarországon is tradicionálisan alkalmazták.	
Foenugraeci semen (görögszéna, Trigonella foenum-graecum)	Zsírosolaj, illóolaj, nyálka és keserűanyagok	Étvágyjavító hatású, hyperlipoproteinaemia vagy diabetes diétájában is szerepet kaphat.		
Galangae rhizoma (galanga gyökértörzs, Alpinia officinarum)	Illóolaj, lipofil vegyületek (diaril-heptanoidok), flavonoidok	Étvágytalanság, dyspepsiás panaszok kezelése.	H ₂ -receptor antagonistákhoz hasonló mértékben gátolja a gyomorsav-szekréción feljavító, gyulladásgátló (diaril-heptanoidok) és antibakteriális hatását (illóolaj).	

* a drog hivatalos a VII. Magyar Gyógyszerkönyvben, vényen rendelve 90 %-ban támogatott készítményekben előforduló, de Magyarországon hagyományosan nem alkalmazott drogok

Gyógyhatású készítmények

Bano Svédkeserű, Bio-Garten eredetű Svéd-csepp, Bittner Svéd-csepp, Herbbitter Svédkeserű, Maurers Svéd-csepp 32 gyógynövényből, Naturland Nagy Svéd-csepp, Naturland Nagy Svéd-csepp + C

Étvágyjavító, emésztési panaszokat csökkentő, emésztőenzimek termelődését fokozó, enyhe görcs-

oldó hatású készítmények. Hatásuk elsősorban a keserűanyag- és illóolaj-tartalmú drogok összetett alkoholos kivonatának tulajdonítható. Terhesség alatt és gyermekeknek csak az orvos javaslatára alkalmazhatóak. Az antrakinon-tartalmú svéd-cseppek (Bano) folyamatos szedése nem ajánlatos a hashajtó hatásához kialakuló dependencia és az alhasi vérbőség miatt.

Dr. Kleinschrod's Wörishofer Magenpflege

tabletta

(Centaurii herba, Millefolii herba, Carvi fructus, Absinthii herba, Gentianae radix, Aetheroleum carvi) Emésztési problémák, teltségérzet, étvágytalanság kezelésére alkalmazható.

Dr. Theiss Svédkeserű kapszula

Különféle keserűanyag-tartalmú drogokat tartalmazó, emésztést elősegítő készítmény. Antrakinon-tartalma miatt (alhasi vérbőséget okoz) terhesség és szoptatás alatt ellenjavallt.

Emésztést elősegítő teakeverék

(Foeniculi fructus, Absinthii herba, Marrubii herba, Althaeae radix, Liquiritiae radix, Menthae piperitae folium, Chamomillae anthodium)

Elősegíti az epehólyag kiürülését, serkenti az emésztés folyamatát, fokozza a bélműködést. Görcsoldó hatása révén csökkenti a puffadásos tüneteket.

Naturland Svédkeserű teakeverék, filteres

(Coriandri fructus, Centaurii herba, Achilleae herba, Rosmarini folium, Melissae herba, Cardui benedicti herba)

Étvágyjavító, emésztést serkentő, epekiválasztást fokozó, szélhajtó, enyhe nyugtató hatású készítmény. Gyomor- és nyombélfekély esetén, valamint terhesség alatt ellenjavallt.

Salus Multipretten tabletták

(Carvi fructus, Foeniculi fructus, Anisi fructus, Coriandri fructus, Menthae piperitae folium, Achilleae herba, Absinthii herba, Imperatoriae ostruthium radix, bromelain)

Étvágyjavító, karminatív hatású készítmény. A bromelain, amely egy növényi eredetű proteolitikus enzim, a fehérjebontás fokozásával serkenti a gyomornedv-elválasztást és segíti az emésztést.

Sanhelios Teufelskralle kapszula

(Extractum harpagophyti procumbenti radici sicc.)

Étvágyjavító, a máj- és veseműködés, epekiválasztás fokozására javasolható. Gyulladáscsökkentő és fájdalomcsillapító hatású. Gyomor- és nyombélfekély esetén ellenjavallt. ♦

IRODALOM:

- The Complete German Commission E Monographs. American Botanical Council, Austin, Texas, 1998
 Hänsel R, Keller K, Rimpler H, Schneider G: Hagers Handbuch der Pharmazeutischen Praxis (Band 4-6). Springer-Verlag, 1994
 Hänsel R, Sticher O, Steinegger E: Pharmakognosie – Phytopharmazie. Springer, 1999
 Draft Guidelines for Herbal ATC Classification. Uppsala Monitoring Centre, WHO Collaborating Centre for International Drug Monitoring, 2002
 Schulz V, Hänsel R, Tyler VE: Rational Phytotherapy. Springer-Verlag, 2001
 Pharmacopoea Hungarica, Editio VII. Medicina Könyvkiadó, Budapest, 1986
 Dános B: Farmakobotanika – Gyógynövényismeret. Semmelweis Kiadó, Budapest, 1998
 Gyógytermék Vademecum '95, '96, '97. Országos Gyógyszerészeti Intézet 1995, 1996, 1997
 Phamindex Zsebkönyv. MediMedia Információs Kft., Budapest, 2002
 Petri G: Fitoterápia az orvosi gyakorlatban. Springer, Budapest, 1999
 Schilcher H: Phytotherapie in der Kinderheilkunde. Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft mbH, Stuttgart, 1999
 Formulae Normales, Editio VI, Orvosi Kiadás. Medicina Kiadó, Budapest, 1987
<http://pharm1.pharmazie.uni-greifswald.de/> (2003. június 1-jén)

