

Χρήση βοτάνων από διαβητικούς

Περίληψη

Α. Σιμελίδης
Κ. Αποστολίδου
Ε. Βαδαρλής

Σε 410 διαβητικούς ασθενείς με διαβήτη τύπου II, 167 άνδρες και 243 γυναίκες, απευθύνθηκε ειδικό ερωτηματολόγιο σχετικό με τη χρήση ή μη βοτάνων από τους ίδιους. 167 (41%) από το σύνολο των ερωτηθέντων ανέφεραν ότι έκαναν χρήση ενός ή περισσότερων βοτάνων, για σύντομο ή μακρό χρονικό διάστημα, για βελτίωση ή ίαση του διαβήτη. 26 (16%) από αυτούς διέκοψαν την φαρμακευτική αγωγή τους κατά τη χρήση των βοτάνων και 70 (29%) από αυτούς που δεν πήραν βότανα πιστεύουν στις θεραπευτικές τους ιδιότητες. Δε βρέθηκε σημαντική διαφορά όσον αφορά το φύλο, τις γραμματικές γνώσεις και τον τόπο κατοικίας των διαβητικών που έκαναν χρήση βοτάνων. Τα βότανα που συχνότερα χρησιμοποιήθηκαν ήταν βιαισιδιά (ζήγγρα, βατόμουρο), δεντρολίβανο, χαμίντρο και διόσμο. Ο συνήθης τρόπος λήψης είναι το βράσιμο με νερό και η πόση 1-3 φλιτζανιών τσαγιού ή καφέ την ημέρα. Συμπεραίνεται ότι το 58% των διαβητικών μας πιστεύει στις θεραπευτικές ιδιότητες των βοτάνων και παρά τις αξιόλογες προόδους της επιστήμης στη θεραπευτική αγωγή του σακχαρώδη διαβήτη ποσοστό 41% έκανε χρήση βοτάνων. Χρειάζεται συνεχής, σαφής, υπεύθυνη και σε κλίμα εμπιστοσύνης ενημέρωση των διαβητικών ασθενών για τα αποτελέσματα της απερίσκεπτης χρήσης βοτάνων.

Βότανα είναι ποώδη φυτά με ιαματικές ή μαγικές ιδιότητες. Ανέκαθεν όλοι οι λαοί πίστευαν σε κάποιες ιδιαίτερες μαγικές και μυστηριώδεις, ακόμη και ανάστασης νεκρών, ιδιότητες των βοτάνων. Έτσι, σύμφωνα με μια παράδοση ο μάντης Πολύιδος, κατόπιν διαταγής του βασιλιά Μίνωα, κατόρθωσε να αναστήσει με κάποιο βότανο το γιό του βασιλιά, αφού πρώτα κλείστηκε μαζί του σε κοινό φέρετρο. Σύμφωνα με μια άλλη παράδοση η κόρη κάποιου βασιλιά σκότωσε το φίδι που πήγε στον τάφο να φάει τα μάτια του νεκρού συζύγου της. Μαζεύτηκαν όλα τα φίδια και θρηνούσαν το σκοτωμένο φίδι, ώσπου κάποιο από αυτά πρότεινε να επιθέσουν σ' αυτό ορισμένο βότανο. Το φίδι αναστήθηκε. Η βασιλοπούλα έκλεψε το μυστικό και επέθεσε το βότανο στο νεκρό σύζυγό της, ο οποίος επίσης αναστήθηκε. Η πίστη ότι τα φίδια κατέχουν το μυστικό των διαφόρων ιδιοτήτων των βοτάνων εξηγεί το ότι το ιερό σύμβολο του Θεού της ιατρικής Ασκληπιού είναι το φίδι.

Εξωτερικό Διαβητολογικό
Ιατρείο του
Νομαρχιακού Γενικού
Κρατικού Νοσοκομείου
Κοζάνης

Μεταξύ των θεραπευτικών ιδιοτήτων που αποδίδονται στα βότανα αξιοσημείωτη είναι της κλιματισίδας (λιβούργο ή λαντάνα) για την ανικανότητα, του τσάκριου του πολιού (αμάραντο ή λιβανόχορτο) για την επιτάχυνση του τοκετού, του ηλιοτρόπιου για απόκτηση γοητείας, της τσουκνίδας κατά του φόβου ή των φαντασμάτων.

Η χρήση των βοτάνων ήταν κοινή σε όλους τους λαούς. Εκτός από τους Έλληνες, οι Αιγύπτιοι, οι Σουμέριοι, οι Ινδοί, οι Κινέζοι (2700 π.Χ.), οι Ρωμαίοι και άλλοι λαοί χρησιμοποιούσαν σε μεγάλο βαθμό τα βότανα για φαρμακευτικούς σκοπούς. Στην Αγία Γραφή, στο 16ο κεφάλαιο της Σοφίας Σολομώντος αναφέρεται: «ούτε βοτάνη ούτε μάλαγμα εθεράπευσεν αυτούς».

Οι πρώτες αξιόλογες επιστημονικές μελέτες περί των φυτών έγιναν από τον Αριστοτέλη (384-322 π.Χ.). Το σύγγραμμά του «Περί φυτών» γράφηκε. Ο μαθητής του Θεόφραστος ονομάστηκε πατέρας της βοτανικής επιστήμης γιατί άφησε δύο σχετικά συγγράμματα. Το «Περί φυτών ιστορίας» σε εννέα βιβλία και το «Περί φυτών αιτιών» στα οποία περιγράφει με μεγάλη ακρίβεια πάνω από 500 είδη φυτών της Ελλάδας και άλλων χωρών. Κατά τον 1ο μ.Χ. αιώνα δημοσιεύεται το «Περί ύλης ιατρικής» σύγγραμμα του Διοσκουρίδη στο οποίο αναφέρονται 600 και περιγράφονται περί τα 400 είδη φαρμακευτικών φυτών. Ο μεγαλύτερος όμως των συστηματικών βοτανολόγων είναι ο Σουηδός Λινναίος (1717-1778) που θεωρείται ο πατέρας της νεότερης βοτανικής. Αυτός είχε την ιδέα να δώσει σε κάθε είδος διπλό όνομα για να τα διακρίνει. Το πρώτο όνομα για το γένος και το δεύτερο για το είδος.

Ο Αρεταίος Κυπριόδοκτος ονομαστός Έλληνας γιατρός (2ος αιώνας μ.Χ.) στο «περί οξέων και χρονίων νοσίων θεραπευτικά» προτείνει για τη θεραπεία του διαβήτη τη χρήση νάρδου, μαστίχας, φοίνικα, μήλων και κυδωνιών διευκρινίζοντας μάλιστα και τον τρόπο λήψης (ωμή βρώση, χυμός, μίξη αγαθή). Το επιστημονικό σύγγραμμα του πρώτου προέδρου της Ιατρικής Εταιρείας της Ελλάδας Διονυσίου Πύρρου τυπώθηκε στα Ναύπλιο το 1831 και στάθηκε ο μοναδικός σύμβουλος των ιατρών του ανεγερθέντος Ελληνικού κράτους. Στο τμήμα που αναφέρεται στην πρακτική βοτανική και περιέχει συνοπτικά το βοτανικό σύστημα του Λινναίου, χωρισμένο σε 24 κλάσεις αναφέρονται οι ονομασίες, οι δυνάμεις και οι ενέργειες 150 ιατρικών χόρτων. Κάνει εντύπωση το γεγονός ότι στις ενδείξεις χρήσης αυτών των χόρτων δεν αναφέρεται ο διαβήτης.

Στο «Η Ύλη της Ιατρικής» περιέχεται η μέθοδος παρασκευής 417 ιατρικών κατασκευών και συνθέσεων, οι χαρακτήρες, οι δυνάμεις, η δόση και οι ενέργειες αυτών προσαρμοσμένες στα πάθη των ανθρώπων. Στην παράγραφο 553 γλύκισμα για δυσεντερία προτείνεται και για τη θεραπεία του διαβήτη. Για την παρασκευή του απαιτούνται ρίζες πενταφύλλων, ρεοβάμβαρο, αραβικό κόμμα, βάλος αρμένιος, διασκόρδιο και ροδόζαχαρι. Στην παράγραφο 779 προτείνεται σκόνη από ρεοβάμβαρο, καρβιδώματα και κανέλλα.

Οι διαβητικοί ως πάσχοντες από χρόνιο νόσημα ελεγχόμενο αλλά μη ιάσιμο, με ιδιαίτερα αυστηρούς διατητικούς περιορισμούς, αποτελούν ομάδα επιρρεπή σε λήψη βοτάνων. Ελκυστικός παράγοντας λειτουργεί η άριστα μεθοδευμένη πρακτική των βοτανοθεραπευτών. Ο γιατρός με την πράσινη μπλούζα είναι τολάχιστον εξίσου ελκυστικός με το γιατρό με τη λευκή μπλούζα. Οι βοτανοθεραπευτές αυτονομάζονται εργατικές και φιλότιμες μέλισσες, που διαλέγουν κάθε χρησιμο και δοκιμασιμένο. Λυτούνται που τι θαιμίσια βότανα μας χάνονται άδικα στα βουνά και στις πεδιάδες και προτείνουν να γυρίσουμε στη μητέρα γη.

Ασφαλώς υπάρχουν φυτά που έχουν υπογλυκαιμική δράση (π.χ. το Χιάοκε Tea σε διαβητικά ποντίκια, το *Oruntia streptocarpifolia* σε πειραματόζωα και σε τύπου II διαβητικούς ασθενείς). Εξ άλλου η υψηλή περιεκτικότητα σε γουανιδίνη του φυτού *Gallega officinalis* (Gout's rue, French lilac) εξηγεί τη χρήση του για τη θεραπεία του διαβήτη στη Μεσογειακή Ευρώπη. Είναι όμως πολύ δύσκολο να καθορισθεί η ακριβής ποσότητα χορήγησης κάθε βοτάνου, να επιτευχθεί σταθερή μείωση της γλυκόζης αίματος και να εξασφαλιστεί η ασφάλεια του βοτάνου.

Υλικό – Μέθοδος – Αποτελέσματα

Σε 410 διαβητικούς ασθενείς με διαβήτη τύπου II, 167 άνδρες και 243 γυναίκες, απευθυνάμε ειδικό ερωτηματολόγιο που αφορούσε τη χρήση ή μη βοτάνων για τη νόσο τους. 167 (41%) από το σύνολο των ερωτηθέντων ανέφεραν ότι έκαναν χρήση βοτάνων, το 45% για βελτίωση και το 55% για ίαση του διαβήτη. Οι μισοί έκαναν χρήση ενός μόνο βοτάνου και οι άλλοι μισοί περισσότερων του ενός. Από τους τελευταίους μόνο το 17% έπαιρνε ταυτόχρονα πολλά βότανα. Εξ άλλου 70 (29%) από αυτούς που δεν πήραν βότανα πιστεύουν στις θεραπευτικές τους ιδιότητες, αλλά δεν

πήραν γιατί δεν έτυχε να τους προτείνει κανείς.

Από τους διαβητικούς που έκαναν χρήση βοτάνων, 47 (28%) ανέφεραν λήψη για διάστημα λιγότερο από μήνα, 67 (40%) για διάστημα λιγότερο από χρόνο και 53 (32%) για διάστημα άνω του έτους. Αξιοσημείωτο είναι ότι 26 (25%) από αυτούς που ελάμβαναν δισκία για τη θεραπεία του διαβήτη όταν κατέφυγαν στα βότανα διέκοψαν τη φαρμακευτική αγωγή τους με αποτέλεσμα την εκτροπή του μεταβολικού ελέγχου. Από τους ινσουλινοθεραπευόμενους κανένας δεν διέκοψε την ινσουλίνη στο διάστημα λήψης βοτάνων. Ακόμα χρήση βοτάνων έκανε το 38% του αστικού πληθυσμού και το 42% του αγροτικού πληθυσμού.

Όσο αφορά τις γραμματικές γνώσεις έκαναν χρήση βοτάνων 14 από τους 35 (40%) αναλόφους, 46 από τους 108 (43%) λίγων τάξεων του Δημοτικού Σχολείου, 86 από τους 212 (41%) απόφοιτους του Δημοτικού, 10 από τους 27 (37%) απόφοιτους Γυμνασίου, 5 από τους 13 (38%) απόφοιτους Λυκείου, 6 από τους 15 (40%) πτυχιούχους Πανεπιστημίων. Ως προς το φύλο, βότανα πήραν το 41% των ανδρών και το 40% των γυναικών. Από τους 167 διαβητικούς που κατέφυγαν στη θεραπευτική βοήθεια των βοτάνων μόνον 37 (ποσοστό 9% επί του συνόλου των διαβητικών) συνεχίζουν τη χρήση βοτάνων. Οι υπόλοιποι διέκοψαν είτε γιατί βαρέθηκαν είτε γιατί έκριναν τη χρήση αναποτελεσματική είτε γιατί έγινε έναρξη ινσουλινοθεραπείας.

Χρησιμοποιήθηκαν αγριάδα, λαγοκοιμισιά, φασκόμηλο, σκόρδο, παλιούρια (πουρνάρια), λεμόνι, μοσχοκάρυδο, πικρόχορτο, χόρτο βουνοί, μπαρμπάρριζα, μαστίχα με γαρύφαλλο, θράψος, γλυκάνισο, πικρά αμύγδαλα, γαρύφαλλο, κατιγάτσι, πεντάεντρο, σέλινο, ρίγανη, αγριοκορτσιά, δάφνη, κραιμιάδα, τριφύλλι, αγριοτριανταφυλλιά, λινόσπορος, φύλλα κιδωνιάς, πλανοβότανο, λίκος, φύλλα ελιάς, φύλλα μοιριάς, τσουκνίδα, βατισινιά (ζήγυρα, βατόμουρο), πικρά ραδίκια, αλόη, μέντα, καρυδόφυλλο, χαμέντρο, φτέρη, μαιντανός, δενδρολίβανο, δίσμο, μαντζουράνα, ισσίκος και γλιστρίδα. Τα βότανα που συχνότερα χρησιμοποιήθηκαν ήταν: βατισινιά, δενδρολίβανο, χαμέντρο και δίσμο. Ο συνήθης τρόπος λήψης είναι το βράσιμο με νερό και η πόση 1-3 φλιτζανιών τσαγιού ή καφέ την ημέρα.

Συμπεράσματα

Όπως φαίνεται από τα παραπάνω το 58%

των διαβητικών του ιατρείου μας πιστεύει στις θεραπευτικές ιδιότητες των βοτάνων και παρά τις αξιολογες προόδους της επιστήμης στη θεραπευτική αγωγή του σακχαρώδη διαβήτη ποσοστό 41% έκανε χρήση βοτάνων. Χρειάζεται συνεχής, σαφής, υπεύθυνη και σε κλίμα εμπιστοσύνης ενημέρωση των διαβητικών ασθενών για τα αποτελέσματα της απερισκεπτής χρήσης βοτάνων.

Σχόλια

Ηλιοτρόπιο: το μελισσόχορτο

Καραβιδόχορτο: ζακυνθία η τιλώδης

Κόμμι Αραβικόν: από τον κορμό της ακακίας της Σενεγάλης, δένδρου των τροπικών χωρών. Περιέχει Ca, Mg, K και αραβινικό οξύ.

Νάρδος: το φυτό βαλεριάνα απ' όπου εξάγεται το αιθέριο έλαιο.

Ροδοζάχαρη (ή γλυκό τριαντάφυλλο): γλυκό κουταλιού από ζάχαρη και πέταλα ρόδων (τριανταφυλλιάς). Στη γλώσσα των χασιτοποτών ροδοζάχαρη λέγεται το ξηραμένο χυσίς.

Τεύκριο το πόλιο: άλλες ονομασίες: αμάραντο, λιβανόχορτο, της Παναγιάς το χορτάρι, της αγάπης το βοτάνι.

Τεύκριο το σκόρδο: από τα φύλλα του παίρνουμε το διασκόρδιο. Τριμμένο δίνει οσμή σκόρδου.

Summary

Simelidis D, Apostolidou K, Badarlis E. Use of herbs by diabetics. Hellen Diabetol Chron 1997; 2: 171-174.

410 diabetics with diabetes mellitus type II, 167 men and 243 women answered in the special questionnaire in relation to herbs. 58% of our diabetics believe in herbs and 41% have made use of herbs. 26 (16%) stopped the medicine to take herbs. It is not found significant difference with regard to sex, education and area of stay between diabetics who had made or not use of herbs. We conclude that it is necessary continuous and responsible information in relation with use of herbs.

Βιβλιογραφία

1. Αγία Γραφή.
2. Λαμπεντίδης Γ: Συστηματική βοτανική. Θεσσαλονίκη 1983.
3. Θεραπευτική Αθήνα 1983.
4. Μπαζιλιάς Κ. 100 βότανα 1000 θεραπείες

5. *Πρακτικός οδηγός ιατρούς*. Αθήνα 1986.
6. *Πήρρος Δ*: Εγκόλπιον των ιατρών-Πρακτική Ιατρική, Αθήνα 1977. Επανεκδόσεις εκ του πρωτοτύπου. Έκδοσως 1821.
7. *Καπαδόκης Α*: Πέρι οξείων και χρονίων νοσηών θεραπευτικά. Αθήνα 1983, ανατύπωση από το πρωτότυπο έκδοσης 1554.
8. *Εγκυκλοπαίδειαν λυξίων*. Ήλιος.
9. *Bailey CJ, Day C*: Traditional plant medicines as treatments for diabetes. *Diabetes Care* 1989; 8: 553-564.
10. *Hale PJ, Horvoks PM, Wright AD, Fitzgerald MG, Natrass M, Bailey CJ*: Xiaoke Tea, a Chinese herbal treatment for diabetes mellitus. *Diabetic Medicine* 1989; 6: 675-676.
11. *Day C*: Hypoglycaemic plant compounds. *Practical Diabetes International* 1995; 12,6: 269-271.
12. *Dalwé AY, Caslin JJ, King SR, Reaven GM*: From plant to patient: an ethnomedical approach to the identification of new drugs for the treatment of NIDDM. *Diabetologia* 1997; 40: 614-617.