

کپسول گیاهی خرفه

کبسولة نبات الرجلة

گزینه مناسبی برای درمان بیماری‌های متابولیک از قبیل چاقی، دیابت، چربی خون بالا و کبد چرب می‌باشد.

گیاه خرفه با نام انگلیسی Purslane در کشورهای ایران، استرالیا، هند، آفریقای شمالی و در آمریکا رشد می‌کند. این گیاه برگ‌های گرد کشیده با ساقه گوشتی به رنگ قرمز ارغوانی و گل‌هایی به رنگ زرد دارد. این گیاه دارویی معمولاً به صورت خودرو در مناطق مرطوب می‌روید.

خيار مناسب لعلاج الأمراض الاستقلابية كالسمنة، السكري، ارتفاع نسبة الدهون في الدم و دهون الكبد. ينمو نبات الرجلة و الذي يُعرف باسم Purslane بالإنكليزية في بلدان كإيران، استرالیا، الهند، شمال أفريقيا، و في أمريكا. إن لهذا النبات أوراق دائرية مشدودة و جذع سمين ذو لونٍ أحمر أرجواني و وروِد بلونٍ أصفر. ينمو هذا النبات الطَّبِّي عادةً في المناطق الرطبة و بشكل طبيعي.

این کپسول دارای مجوز از دانشگاه کمبریج انگلیس می‌باشد. تتمتع هذه الكبسولة برخصة من جامعة كامبريدج البريطانية.

ترکیبات

المحتويات

تحقیقات دانشگاه ویرجینیا آمریکا در رابطه با محصولات حاصل از خرفه نشان می‌دهد که این گیاه حاوی مواد مغذی مهم و ضروری است که باید در رژیم غذایی گنجانده شود. خاصیت منحصر به فرد گیاه این است که ثروتمندترین تأمین‌کننده امگا ۳ است و جان‌نشین خوبی است برای کسانی که ماهی در لیست غذایی آن‌ها نیست. کپسول خرفه در کاهش چربی خون رتبه عالی و در کاهش قند خون رتبه خیلی خوب را به دست آورده است.

تشير دراسات جامعة فرجينيا الأمريكية حول المنتجات المصنوعة من نبات الرجلة، إلى أنّ هذا النبات يحتوي على مواد غذائية هامة و ضرورية والتي يتوجب إضافتها إلى الحمية الغذائية. الصفة الفريدة التي يتمتع بها هذا النبات هو أنه المصدر الأغنى في تأمين مادة الأومغا 3 و بديل جيد للأشخاص الذين لا تحتوي قائمة طعامهم على السمك. تنصدر كبسولة الرجلة مرتبة عالية في تقليل نسبة الدهون في الدم و مرتبة جيدة جداً في تقليل سكر الدم.

این کپسول برخلاف داروهای مشابه در کنترل قند و چربی خون هیچگونه آثار سوئی بر روی کبد ندارد و دارای ویتامینهای B, C, E, کاروتنوئید، مواد معدنی مانند آهن، منیزیم، کلسیم، پتاسیم، منگنز و آنتی اکسیدان قوی مورد نیاز غشاهای مخاط و پوست بدن می باشد. خرفه به دلیل کالری خیلی کم (% ۱۶/۰) اثر چاقی ندارد ولی از آنجایی که غنی از فیبر می باشد، می تواند در روند لاغری سودمند باشد. هر صد گرم خرفه حاوی ۳۵۰ میلی گرم آلفا لینولنیک اسید است که خطر ابتلا به بیماری عروق کرونر قلب و سکته مغزی را کاهش می دهد و به جلوگیری از توسعه سرطان، اوتیسم و دیگر تفاوت های رشدی در کودکان کمک می کند. کپسول خرفه با بهبود متابولیسم بدن به کاهش کلسترول، کنترل قند خون و تنظیم فشارخون کمک شایانی می کند و خطر ابتلا به بیماری های عروق کرونر قلب، سکته مغزی و دیابت را کاهش می دهد. همچنین در هضم سالم مؤثر بوده و نیز اثرات ضد میکروبی و ضد قارچی دارد.

إن هذه الكبسولة و بخلاف الأدوية المشابهة، لا تتسبب بآثار جانبية سيئة على الكبد أثناء مراقبة السكر و الدهون في الدم، كما و تحتوي على فيتامينات B, C, E, الكاروتينات، المواد المعدنية كالحديد، المغنيسيوم و الكالسيوم و البوتاسيوم و المنغنيز و مضادات الأكسدة القوية الضرورية للأغشية المخاطية و جلد الجسم. لا يتسبب نبات الرجلة بالسمنة و ذلك بسبب السرعات الحرارية المنخفضة جداً (% ۱۶/۰)، و لكنه و بسبب إحتوائه على نسبة عالية من الألياف، فإنه يستطيع أن يكون مفيداً في عملية التنحيف. كل مئة غرام من الرجلة تحتوي على 350 ملغ من حمض ألفا لينولينيك الذي يقلل من خطر الإصابة بأمراض القلب و الشرايين و السكتة الدماغية، كما و يساعد في منع توسع السرطان، التوحد و غيرها من أمراض إختلالات النمو لدى الأطفال. تساعد كبسولة الرجلة عبر تحسين عمليات الإستقلاب في الجسم و بشكل كبير في خفض الكولسترول، مراقبة سكر الدم و تنظيم ضغط الدم، و في تقليل خطر الإصابة بأمراض القلب و الشرايين، السكتة الدماغية و السكري. هذا و يساعد على عملية الهضم السليم و له تأثيرات مضادة للميكروبات و الفطريات.

مزایای مصرف کپسول گیاهی خرفه

فوائد استهلاك كبسولة نبات الرجلة

کنترل قند خون

کاهش کلسترول

تنظیم فشارخون

تنظیم متابولیسم بدن

ثروتمندترین تأمین کننده امگا و جایگزین ماهی در تغذیه

مراقبة سكر الدم

خفض الكوليسترول

تنظيم ضغط الدم

تنظيم العمليات الاستقلابية في الجسم

الأغني بمادة الأومغا و بديل عن السمك في الوجبات الغذائية.

دستور مصرف

طريقة الاستهلاك

يك عدد كپسول بعد از صبحانه و و يكعدد بعد از شام بسته به نظر پزشك مصرف شود. افراد ديابتي می‌توانند با نظر پزشك بعد از صبحانه، نهار و شام يك عدد كپسول استفاده کنند.

مصرف كپسول گیاهی خرفه برای افراد سالم جهت کاهش وزن و افزایش ضریب ایمنی بدن کاربرد دارد و می‌توانند يك عدد كپسول بعد از صبحانه و و يك عدد بعد از شام مصرف کنند.

افراد سردمزاج با افزودن خوراکی‌های گرم مصرف کنند.

تناول كبسولة واحدة بعد طعام الفطور و واحدة بعد طعام العشاء حسب وصفة الطبيب. يمكن للأشخاص المصابين بالسكري تناول كبسولة واحدة بعد كل من طعام الفطور، الغداء و العشاء و ذلك بعد استشارة الطبيب.

إن تناول كبسولة نبات الرجلة بالنسبة للأشخاص المعافين يساعد في عملية تقليل الوزن و زيادة درجة سلامة الجسم، و يمكنهم تناول كبسولة واحدة بعد طعام الفطور، و واحدة بعد طعام العشاء.

يُصنح تناولها برفقة أطعة حارة للأشخاص ذوي الطبع البارد.

موارد مصرف

حالات الاستهلاك

ديابت: ديابت شایع‌ترین بیماری متابولیک می‌باشد. در این بیماری سوخت‌وساز قند و چربی از تعادل خارج می‌شود و انسولین در انجام وظیفه خود ناتوان می‌شود لذا به‌مرور زمان انسولین تولیدی کاهش می‌باید و قند و چربی خون بالا می‌رود.

السكري: السكري هو أكثر الأمراض الاستقلابية شيوعاً. نلاحظ في هذا المرض عدم اتزان العملية الاستقلابية للسكر و الدهون، هيث يصبح الأنسولين عاجزاً عن القيام بوظيفته، لذلك ينخفض إنتاج الأنسولين بمرور الوقت و ترتفع نسبة السكر و الدهون في الدم.

کپسول گیاهی خرفه از چند طریق به عزیزان دیابتی کمک می‌کند:

بهبود متابولیسم و سوخت‌وساز چربی و قند.

کاهش مقاومت به انسولین و افزایش اثربخشی انسولین بدن خود بیمار.

کپسول گیاهی خرفه به‌عنوان یک داروی مکمل در درمان دیابت است اگرچه اثرات این فراورده در کنترل قند خون بسیار چشمگیر و ارزنده است و به بهبود اثر داروهای دیابت کمک شایانی می‌کند اما بیمار نبایستی داروی اصلی خود را قطع کند مگر به تشخیص پزشک معالج خود.

تساعد كبسولة نبات الرجلة الأجزاء المبتلين بالسكّري عبر عدة طرق:

تحسين العمليات الاستقلابية للدهون و السكر.

تقليل المقاومة ضد الأنسولين و زيادة تأثير الأنسولين في جسم المريض.

إنّ كبسولة نبات الرجلة هي دواء إضافي يُستخدم في علاج السكّري، على الرغم من أنّ آثار هذا المنتج في مراقبة سكر الدم هي ملفتة للنظر و جديرة و تعمل على تحسين فعالية أدوية السكّري بشكل كبير، إلا أنه لا يجب على المريض قطع الدواء الأصلي إلا بتوجيه من الطبيب المعالج.

چاقی: افراد چاق اصولاً مشکل متابولیسمی دارند لذا کپسول گیاهی خرفه علاوه بر آنکه زمینه چاقی بیشتر را از بین می‌برد کمک می‌کند تا سوخت‌وساز بدن نیز متعادل شود. درعین‌حال در کتب طب سنتی هم آمده است که خرفه اثر ضد اشتها دارد، لذا از طریق کنترل اشتها نیز به افراد چاق کمک می‌نماید.

السُّمنة: يعاني الأفراد المبتلين بالسُّمنة في كثيرٍ من الأحيان من اضطرابات في العمليات الاستقلابية، لذلك فإنّ كبسولة نبات الرجلة إضافةً إلى أنها تمنع من إزدیاد السُّمنة، تقوم أيضاً بالمساعدة على خلق توازن في العمليات الاستقلابية للجسم. في نفس الوقت فقد جاء في كتب الطب التقليدي بأنّ للرجلة آثار مضادة للشهية، لذلك فإنها بعملية مراقبة الشهية تقوم بمساعدة الأفراد المصابين بالسُّمنة.

چربی خون بالا و کبد چرب: متابولیسم غیرطبیعی لیپیدها (چربی‌ها) در بدن منجر به تجمع چربی در کبد و درنهایت کبد چرب می‌شود. کپسول گیاهی خرفه به روش‌های زیر باعث اصلاح متابولیسم کبدی می‌شود:

نسبة الدهون العالية في الدم و الكبد: تؤدي العمليات الاستقلابية الغير طبيعية للدهون (الشحوم) في الجسم إلى تجمع الدهون في الكبد و بالنهاية إصابة الكبد بالدهون. تقوم كبسولة نبات الرجلة بإصلاح العملية الاستقلابية للكبد عبر الطرق التالية:

۱. برقراری تعادل بین اسیدهای چرب امگا ۳ و امگا ۶

۲. ایجاد توازن بین الأحماض الدهنية أوميغا 3 و أوميغا 6
۳. جلوگیری از تجمع اسیدهای چرب آزاد، تری گلیسیریدها و کلسترول در کبد
۴. منع تجمع الأحماض الدهنية الحرة، الدهون الثلاثية و الكولسترول في الكبد
۵. تقویت سیستم ایمنی به دلیل دارا بودن ترکیبات آنتی اکسیدان.
۶. تقوية نظام المناعة بسبب إحتوائها على مرگبات مضادة للأكسدة.

این کپسول برای کسانی که چربی خون بالا و کبد چرب دارند گزینه بسیار مناسبی است ما امیدواریم با تکیه بر این ویژگی منحصر به فرد، سهم مصرف داروی آتورواستاتین را کاهش داده به بهبود درمان بیماران کمک کنیم. مزیت کپسول گیاهی خرفه این است که علاوه بر آنکه باعث کاهش تری گلیسیرید و کلسترول خون می شود، برخلاف آتورواستاتین بر روی کبد آثار بدی ندارد. این کپسول آنزیم های کبدی را بالا نمی برد بلکه حتی به بهبود این آنزیم ها هم کمی کند.

هذه الكبسولة هي الخيار الأفضل للأشخاص الذين يعانون من نسبة دهون عالية في الدم و الكبد. نحن نأمل اعتماداً على هذه الميزة الفريدة، في تقليل استهلاك أدوية الأتورفاستاتين و المساعدة في تحسين العملية العلاجية للمرضى. إنّ مِيزة كبسولة نبات الرجلة هي أنه إضافة إلى أنها تساعد على تقليل الدهون الثلاثية و الكولسترول في الدم، فإنها و على عكس الأتورفاستاتين ليس لها آثار ضارة على الكبد. هذه الكبسولة لا ترفع أنزيمات الكبد بل إنها تساعد على تحسين هذه الأنزيمات.

موارد منع مصرف

حالات منع الاستهلاك

مصرف کپسول گیاهی خرفه برای زنان باردار توصیه نمی شود.

توصی النساء الحوامل بعدم تناول كبسولة نبات الرجلة.

در مقالات علمی تنها مورد منع مصرف خرفه سنگ کلیه می باشد. سنگ های تولیدی در کلیه سنگساز دارای انواع متعددی می باشد. اگر سنگ تولیدی از نوع غیر اگزالات کلسیم باشد مصرف خرفه به علت خاصیت قلیایی آن موجب رفع سنگ می گردد، اما اگر سنگ از جنس اگزالات کلسیم باشد مصرف خرفه ممکن است موجب تشدید بیماری گردد. در سایر موارد هیچ گونه عارضه ای وجود ندارد بلکه ضروری و مفید تشخیص داده شده است.

حسب ما جاء في المقالات العلمية فإنّ الحالة الوحيدة التي يُمنع فيها من تناول الرجلة هي الحالات التي تعاني من حصى الكلي. إن للحصى التي تنشأ في الكلى التي تعاني من الحصى أنواع متعددة. إذا كانت الحصى من نوع غير أكسالات الكالسيوم، فإنّ تناول الرجلة و بسبب خواصّها القلوية يساعد في القضاء على الحصى، أما إذا كانت الحصى من نوع أكسالات الكالسيوم فإنّ تناول الرجلة يمكن أن يسبب في تفاقم المرض. بالنسبة للتشخيص فيما يتعلق بباقي الحالات فإنها لا توجد للرجلة أية مضاعفات سلبية بل على العكس فإنها ضرورية و مفيدة.

دار الترجمة رسمي يارسي