ارزیابی اثر بخشی عسل در بیماری مزمن آرتریت روماتوئید

محمد کرمی[الف*]، آسیه سالاریان[ب]، زهرا حاجی قربانی زاده[ج]

[الف] دانشیار گروه سم شناسی و فارماکولوژی دانشکده داروسازی ساری،دانشگاه علوم پزشکی مازندران

[ب] کارشناس بهداشت عمومی

[ج] دانشجوی داروسازی

چکیده

بر طبق نظر قدما چهار خلط ویا مزاج در انسان وجود دارد که از چهار عنصر اصلی تشکیل شده اند به عبارتی صفرا بیشتر از عنصر آتش، دم از هوا یا باد، بلغم از آب و سودا از خاک تشکیل شده است .به تجربه ثابت شده است بیشتر افراد بلغمی دچار بیماری روماتوئید آرترایتیس می‌شوند. در متون طب امروزی، اتیولوژی این بیماری را اختلال ایمونولوژیک می‌دانند که موجب تخریب مفاصل روماتیسم می‌شود . در طب امروزی درمان به ضد بوده و داروهای سرکوبگر ایمنی مثل کورتون ها، NSAIDsونابود کننده سلولی (Citotoxic) مثل Methotrexate می‌باشد. قدیمی‌ترین اثر تاریخی برداشت عسل مربوط به هفت هزار سال قبل از میلاد است که در اسپانیا مشاهده گردیده است .عسل به خاطرداشتن طبیعت گرم و به خاطر تسریع و ترمیم ضایعات بافتی و کاهش التهاب در بهبودی بیماری آرتریت روماتوئید موثر است و آیه ٦٩،٦٨ سوره نحل روی آن تاکید کرده است.

در این مطالعه کلیه اطلاعات گرد آوری شده بر اساس منابع کتابخانه‌ای الکترونیکی وغیر الکترونیکی مشتمل بر مقالات و گزارشها وکتاب‌هایی از قبیل عسل درمانی و قانون درطب بوعلی سینا می‌باشد.

یافته‌های این مطالعه حاکی از آن است که: ۱- در طب سنتی درمان در درجه اول پرهیز از غذاهای سرد مانند لبنیات بخصوص ماست،نان بدون سبوس است . ۲- استفاده از محصولات طبیعی حیوانی و گیاهی گرم که مسدود کننده مسامات نظیر مجاری ورود سموم در گردش بدن به اعضامی باشند مانند عسل، زیره و بابونه . ۳- در مانهای تکمیلی مانند بادکش گرم،حجامت همراه خونگیری،فسد .٤ - استفاده از داروهای نسل جدید ضد التهاب غیر کورتیکو استروئیدی (مهارکننده Cox2)مانند Clcoxibe وسرکوبگر ایمنی مانندMethotrexate .

بنا به مطالعات به عمل آمده عسل حاوی هشتاد ماده مفید برای انسان می‌باشد و از این نظر جایگزینی مناسبی است.علاوه بر این زنبور درمانی در کسانی که عامل روماتوئید مثبت دارند و شکل‌های جدید داروئی مانند آمپول، پماد محتوی ترکیبات عسل در آرتریت روماتوئید تاثیر بسزائی دارد.

بنابراین می‌توان نتیجه گیری کرد که درمان آرتریت روماتوئید نیازمند درمانهای تکمیلی مانند روش شفابخشی عسل است. لذا می‌توان گفت که این آیه قرآن « فیه شفاءللناس» ارشادی است، یعنی تأیید مطلبی است که پزشکان و کتابهای مقدس قبل از اسلام متذکر آن شده بودند و قرآن کریم بر آن مهر تأیید زده است.

واژگان کلیدی: روماتوئید آرترایتیس، طب سنتی، عسل، منو ترکسایت، داروهای گیاهی.

تاریخ دریافت: تیر ۹۱
تاریخ پذیرش: شهریور ۹۱

مقدمه:

آرتریت روماتوئید یک بیماری سیستمیک و مزمن است. شیوع این بیماری در جهان حدود ۱٪ است و معمولا در سنین

* فرد مسئول مکاتبات: toxkarami@gmail.com

[Downloaded from jiitm.ir on 2026-11-10]

میانسالی و در دهه‌های سوم تا پنجم بروز می‌نماید و در زنان شایع‌تر است (نسبت زن به مرد در حدود سه به یک است.) سینوویت مزمن التهابی است که اکثراً مفاصل را درگیر می‌کند و باعث تخریب غضروف و ایجاد ضایعات استخوانی می‌شود، مشخصاتی دارد که باعث تمایزآن با سایر انواع آرتریت‌ها (التهاب مفاصل) می‌گردد. به عنوان مثال آرتریت بصورت قرینه‌است یعنی اگر یک زانو یا دست درگیر باشد به احتمال زیاد طرف مقابل نیز درگیر است .در برخی بیماران بیماری از شدت کمی برخوردار بوده و در برخی دیگر ضایعات پیشرونده و مزمن، به صورت پلی آرتریت می‌باشند و باعث اختلال عملکرد مفاصل می‌شود. علت بیماری ناشناخته‌است ولی در ایجاد این بیماری ایمنی سلولی و ایمنی هومورال هر دو نقش دارند. این افراد نسبت به دیگران شانس ابتلای بیشتری به بیماریهای مزمن مانند پوکی استخوان، آلرژی، بدخیمی‌ها،عفونتها، بیماریهای گوارشی، بیماریهای قلبی– عروقی و فشارخون دارند. دانشمندان نظریه‌های مختلفی در مورد علت و چگونگی بوجود آمدن این بیماری ارائه کرده اند. در این میان، دو تا از نظریاتی که بیشتر مورد توجه قرار گرفته است، عبارتند از:۱) عفونتهای باکتریایی: برخی از دانشمندان بیماری آرتریت روماتوئید را پیامد عفونت با برخی از باکتری‌ها می‌دانند، به این ترتیب که آنها معتقدند، اگر چه باکتری ها، از لحاظ مورفولوژی و ساختار، با سلول‌های غضروف بدن اختلاف زیادی دارند. در نتیجه متعاقب عفونت با چنین باکتری‌هایی و بالطبع پاسخ آنتی بادی میزبان علیه عامل باکتریایی، آنتی بادیهایی که در اصل علیه عامل عفونت ساخته شده اند، به علت تشابه آنتی ژنیکی که بین عامل باکتریایی و غضروف مفاصل وجود دارد، قادر هستند به غضروف موجود در مفاصل نیز اتصال یابند. عوامل کموتاکتیک، موجب فراخوانی و جلب سلول‌های التهابی مختلف، بخصوص نوتروفیل‌ها به محل (مفاصل) می‌شوند. حضور سلول‌های التهابی همچون نوتروفیل‌ها، با ترشح آنزیم‌های پرتئولیتیک نظیر کلاژناز و استرنولایزین، سبب تخریب غضروف مفاصل می‌شود. همچنین نقش سایتوکاین‌های پیش التهابی (Pro-inflammatory) اینترلوکین یک، اینترلوکین شش و تی ان اف آلفا (TNFa)، در این بیماری به اثبات رسیده است.۲) خود ایمنی بودن بیماری RA : از آنجا که درسرم ۸۰ درصد افراد مبتلا به بیماری آرتریت روماتوئید، وجود یک اتوآنتی بادی از کلاس IgM به اثبات رسیده است، امروزه بسیاری از دانشمندان بر خودایمن (Auto immune) بودن این بیماری تاکید دارند. تحقیقها نشان می‌دهد در سرم ۸۰ ٪ افراد مبتلا به این بیماری، یک اتوآنتی بادی از کلاس IgM علیه قسمت Fc آنتی بادی IgG خود شخص، یافت می‌شود، که به آن، عامل روماتوئیدی (Factor RF: Rheumatoid) می‌گویند. کمپلکس RF و IgG می‌تواند در عروق بسیار ریز سینوویوم مفاصل، به دام افتاده و باعث فعال شدن کمپلمان و ایجاد عوامل کموتاکتیک C5a، C3a و C4a، ارتشاح سلول‌های التهابی و در نهایت التهاب و تخریب غضروف و یا حتی استخوان مفاصل گردد.از سوی عوامل دیگری مانند ژنتیک، ویروس ابشتاین بار (EBV: Epstein-Barr بویژه تغذیه زمینه سازهستند(۱).

عوامل تغذیه ای: بررسی‌های انجام شده، نشان داده است که تظاهرات بیماران مبتلا به آرتریت روماتوئید با خوردن روغن ماهی تخفیف می‌یابد. همچنین اخیراً با تغذیه کلاژن نوع دو مرغ، در کاهش ضایعات آرتریت روماتوئید استفاده می‌شود. درمان: شامل مصرف داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی (آسپرین، پیروکسیکام،دیکلوفناک ایندومتاسین، ناپروکسن و بروفن و ...)است. و در موارد شدیدتر بیماری آرتریت روماتوئید، بیشتر از داروهای ضد التهابی کورتیکواستروئیدی مانند پردنیزولون استفاده می‌گردد.علاوه بر داروهای ضد درد،استراحت،ورزش،محافظت از مفاصل، تمرینهای آرامش‌بخشی به عضلات(relaxation) هم توصیه می‌شود.در هر صورت الگوی غذائی دچار تغییر می‌شود و به رژیم غذائی سالمی نیاز است تغذیه مناسب، نقش اصلی مانع ابتلابه انواع بیماریها از جمله آرتروز است. که در اولین مرحله وزن بیمار باید به حد ایده آل برسد تا وزن اضافی فشار مضاعفی را بر روی مفاصل وارد نکند. یک رژیم غذایی حاوی فیبر بیشتر، مصرف بیشتر میوه‌ها و سبزی جات تازه، ماهی از جمله ماهی آزاد (سالمون)، دانه‌ها و غلات سبوس دار، توصیه می‌شود.چربیها، باعث ایجاد اسیدیته ی بالای محیط داخلی

[Downloaded from jiitm.ir on 2026-11-10]

مفاصل شده و این حالت موجب درد بیشتری در مفاصل و در نتیجه التهابات آنها می‌شود.محققان سوئدی طبق یک مطالعه تجربی نشان دادند،افرادی که دارای التهاب مفاصل (روماتیسم) بوده و رژیم غذایی مردم نواحی مدیترانه را دریافت کرده ا ند، به مراتب درد و تورم کمتر و فعالیت بیشتری داشته اند.رژیم غذایی مردم نواحی مدیترانه بر پایه ی میوه، سبزی، غلات کامل (تصفیه نشده و سبوس دار)، آجیل، دانه‌های خوراکی و ماهی است که تمامی این مواد غذایی باعث کاهش التهاب مفاصل می‌شوند(۲).

از طرف دیگردرطب سنتی درمان معمولا به ضد است و هر بیماری می‌تواند، یکی از چهار طبع اصلی را داشته باشد، لذا منطقی بنظر میرسد که اولین قدم تعیین طبع بیمار وسپس تعیین طبع بیماری باشد!

مثلا وقتی بیمار مبتلا به روماتوئید آرتریتیس مراجعه می‌کند اول طبع خود بیمار را تعیین می‌شود؛ به تجربه ثابت شده که بیشتر افراد بلغمی دچار این بیماری میشوند. خود بیماری هم جزو بیماری‌های سرد طبقه بندی می‌شود(۳).

از نظر طب سنتی علت این بیماری در اکثر مواقع رسوب بلغم در ابتدای بیماری ورسوب سودا در انتهای بیماری دراعضای بدن ازجمله مفاصل است. درمان بیماری در درجه اول هم پرهیز از غذاهای سرد وسپس استفاده از داروها وروشهای بلغم زدا است. حکمای سنتی وحتی پزشکان امروزی معتقدند که قبل از هر کاری باید غذای بیمار را اصلاح نمود و اگر بیماری با این کار اصلاح نشد، آنگاه به سراغ دارو رفت! حدیث: المعده بیت الداع = معده خانه همه دردها است. نیز تائید کننده همین اصل می‌باشد. غذاهای بلغم زا : لبنیات بخصوص ماست، مرغ،ماهی، نان بدون سبوس (که امروزه نان همه ی مارا تشکیل می‌دهد)، روغنهای صنعتی (مایع ونباتی) که همان پارافین به اصطلاح خوراکی هستند!، حتی مرکبات و... . این غذاها یا باید کم مصرف شوند یا همراه با غذاهای گرم مثل:عسل، گردو، بادام، سیر، سبزیجات گرم بخصوص نعنا، نخود، گوشت گوسفند، کبک، گنجشک، انگور، کشمش، انجیر، زیتون، سیب، به، فندوق، پسته، کدو حلوا، کنجد و... به کار روند. اصل در طب سنتی بر این است که هرخلطی به هر شکلی از بدن خارج شود، خلط مخالف آن حاکم میشود، یعنی اگر بلغم(سرد وتر) از بدن خارج شود، صفرا(گرم وخشک) جای آن رامی‌گیرد وبر عکس! همین‌طور اگر سودا(سرد و خشک) از بدن خارج شود، دم(گرم و تر) غلبه پیدا می‌کند و برعکس! در رژیم غذائی پرهیز از سردی و تشویق به گرمی وتوصیه به حرکات آرام و پیوسته و دوری از سکون قدم اول و استفاده از داروهای گیاهی وغیر گیاهی گرم و مسدود کننده مسامات بدن(مجاری ورود سموم در گردش بدن به اعضا) قدم دوم وسپس استفراغ بدن(به هر نوع خروج ماده از بدن در اصطلاح طب سنتی استفراغ می‌گویند. قدم سوم است. در خاتمه برای جلو گیری ازعود بیماری باید مانع تولید وتجمع مجدد خلط فاسد، دربدن شد! داروهای مورد استفاده فراوان اند داروهای خوراکی برای بیماری نوع سرد بخصوص در افراد سرد مزاج داروهای گرم مثل بادام، گردو(غذای داروئی یا داروی غذائی)، زیره (زیره سبز ملایمتر از زیره سیاه است، زنجبیل دارچین، کنجد، سیاهدانه عسل، بابونه، سعد کوفی، کندر، زعفران، زنیان..... داروهای مالیدنی بیشتر روغنهای گرم(تدهین) مثل روغن بادام تلخ، روغن بادام شیرین، روغن سیاهدانه، روغن زیتون و.... که اکثرا گرم وتر هستند وعلاوه برگرم کردن موضع، تری نیز عارض می‌کنند که خشکی را برطرف می‌نماید. داروهای غیر گیاهی مثل نمک طعام، انواع زاجها، مردار سنگ(سنگ جهنم)..... داروهای ملین(نرم کننده مدفوع) و مسهل(قویتر از ملین) دفع خلط فاسد از روده‌ها را تسریع می‌کنند. داروهای معطس(عطسه آور) مثل کندوش، دفع خلط فاسد از بینی را تسریع می‌نمایند. داروهای معرق(عرق آور)، داروهای قاعده آور..... همگی خروج خلط فاسد را تسریع می‌کنند. قدیمی‌ترین اثر تاریخی که به برداشت عسل توسط انسان تعبیر شده است مربوط به هفت هزار سال قبل از میلاد است که در اسپانیا مشاهده گردیده است . از یک سو عسل به خاطرداشتن طبیعت گرم و از سوئی به خاطر تسریع و ترمیم ضایعات بافتی و کاهش التهاب در بهبودی بیماری آرتریت روماتوئید موثر است وبر طبق آیه ٦٨ سوره نحل (و اوحی ربک ...)روی آن تاکید شده است(٤).

[Downloaded from jiitm.ir on 2026-11-10]

نتایج:

۱- در طب سنتی درمان در درجه اول پرهیز از غذاهای سرد مانند لبنیات بخصوص ماست،نان بدون سبوس است . حدیث المعده بیت الداع(معده خانه همه دردها) نیز تائید کننده همین اصل است. ۲- استفاده از محصولات طبیعی حیوانی و گیاهی گرم که مسدود کننده مسامات (مجاری ورود سموم در گردش بدن به اعضا) می‌باشند مانند عسل، زیره و بابونه. ۳- درمانهای تکمیلی مانند بادکش گرم(Hot cupping) ،حجامت همراه خونگیری،فسد (بسته به تشخیص از رگ بازیلیک یا صافن) در صورتی که بیماری مزمن شده باشد. ٤- استفاده از داروهای غیر گیاهی اولیه مانند نمک طعام انواع زاجها و سنگ جهنم .٥ - استفاده از داروهای نسل جدید ضد التهاب غیر کورتیکو استروئیدی (مهارکننده Cox2)مانند Clcoxibe وسرکوبگر ایمنی مانندMethotrexate . ٦ - و در نهایت برای جلوگیری از عود بیماری باید مانع تولید وتجمع محدد خلط فاسد در بدن شد و بنا به تحقیق‌های به عمل آمده عسل حاوی هشتاد ماده مفید برای انسان می‌باشد و علاوه بر گلوکز و فروکتوز (حدود ۷۰ ٪ وزن خشک عسل) دارای قندها، آمینو اسیدها، مشتقات معدنی، استیل کولین، مواد ضد باکتری، آنزیم‌ها، ویتامین‌ها و مشتقات گیاهی متنوع می‌باشد، و از این نظر جایگزینی مناسبی است.

بحث و نتیجه گیری:

تعریف جامعتر از عسل در سال ۱۹۰٦ در آمریکا ارائه شد که عبارت است از ترشح مواد قندی درختان و شهد گل گیاهان که توسط زنبوران عسل جمع آوری و تغییرات یافته و درون سلول‌های قاب ذخیره می‌شود. عسل مهمترین منبع مواد قندی شناخته شده است و پانزده نوع قند دارد که با اهمیت‌ترین آنها فروکتوز، گلوکز و ساکاروز است. عسل به لحاظ داشتن برخی مواد تخمیری در تبادلات غذایی و کمک به هضم غذا بالاترین مرتبه را در میان غذاها دارد، از این دسته مواد می‌توان به آمیلاز، اینورتاز، کاتالاز و پراکسیداز اشاره کرد. همچنین عسل دارای ویتامین‌های بسیاری از جمله ویتامین‌های ٦B،٥B،٢B، نیاسین، پریدوکسین و ویتامین‌های A،E،K،C است. عسل دارای انواع پروتئین، اسیدهای آمینه، اسیدهای آلی مثل اسید فرمیک و مشتقات کلروفیل و مقداری آنزیم و رایحه‌های معطر است. املاح معدنی در عسل فراوانند؛ از جمله کلسیم، پتاسیم، سدیم، منگنز، آهن، کلر، فسفر، گوگرد و ید. اکسیژن با بعضی از مولکول‌ها، رادیکال‌های آزاد اکسیژن تولیدمی کند که دشمن حیات به حساب می‌آیند. افزایش این مولکول‌های مخرب در بدن ایجاد شرایطی به نام «استرس اکسیداتیو» می‌کند. با افزایش سن این اثر بیشتر و بیشتر می‌شود به طوری که محققان معتقدند بسیاری از عوارض و بیماریها ناشی ازتخریب بافتی دراثر همین استرس اکسیداتیو است. بدیهی است که آنتی اکسیدان‌ها جلوی آسیب رادیکال‌های آزاد را بگیرند ویتامین ث وای (C,E) وهمچنین بتا کاروتن از مشهورترین آنتی اکسیدان‌ها هستند.محققان دانشگاه منچستر ومرکز تحقیقات آرتریت طی بررسی بیست و پنج هزار نفر به مدت هشت سال تاثیر رژیم غذایی را بر آرتریت مشاهده کرده و متوجه شدند مصرف نکردن میوه و سبزی- به‌خصوص از نوعی که ویتامین ث دارد- خطر آرتریت (التهاب مفاصل) را زیاد می‌کند. علاوه بر این می‌توان فهمید که تغذیه هم می‌تواند نقش مهمی در درمان آرتریت‌های التهابی ایفا کند. مصرف روزانه یک قاشق عسل گردش خون در رگها را تسریع می‌بخشد و موجب تولید آنتی‌اکسیدان‌های خاصی در بدن انسان می‌شود(٦). این امر در دویست و بیست و هفتمین نشست جامعه دارویی آمریکا که در ۲۸ مارچ سال ۲۰۰٤ در کالیفرنیا برگزار شد، به اثبات رسید. در این همایش "هیدرون گرس" زیست شیمیدان و همکارانش ۲۵ تحقیق مشابه را از دانشکده دیویس کالیفرنیا ارائه دادند. طی این مطالعات، افراد تحت آزمایش علاوه بر رژیم غذایی روزانه خود، یک قاشق سوپخوری عسل مصرف می‌کردند. پس از اینکه محققان نمونه‌های خونی آنها را در طی فواصل زمانی معین، بر روی نمودار بردند، به این نتیجه رسیدند که ارتباط مستقیمی میان مصرف عسل و میزان پلی فنولیک (نوعی آنتی اکسیدان) در خون وجود دارد.در هر دو طب سنتی و مدرن اصلاح رژیم غذائی از اهمیت فوق العده‌ای برخوردار است در واقع ضعف مفاصل واستخوان با پروتئین سازی وتقویت عضلات جانبی

[Downloaded from jiitm.ir on 2026-11-10]

جبران می‌شود ودر اصطلاح امروزی مصرف مواد آنابولیزان که منجر به پروتئین سازی می‌شود، باید افزایش یابد و این منوط به دریافت کالری وپروتئین خارجی یا اگزوژن است. عسل مخلوطی از ترکیبات پروتیینی دارد که نسبت به نژاد، عمر و شرایط تغذیه زنبور و شرایط جغرافیایی و فصلی قابل تغییر است. مصرف عسل در عرض چند دقیقه به شخص نیرو می‌دهد وتحمل بافتی و قدرت ترمیم آن را افزایش می‌دهد. حتی درمان با نیش زنبور نیز برای بیماران MSو آرتریت روماتوتید ثرات فوق العاده‌ای داشته است که به افزایش استقامت، کاهش خستگی و همینطور کاهش تشنج و انقباض عضلات می‌توان اشاره کرد و نکته نهائی این که درطب سنتی درمان معمولا به ضد است ومصرف عسل با طبیعت گرم مسدود کننده مسامات می‌باشد. بر اساس مطالعات آماری که توسط انجمن زنبور درمانی آمریکا تاکنون به عمل آمده مشخص شده که درصد اطلاع جمعیت زنبور داران به امراضی مثل رومانیسم و سرطان برونش در ششها به مراتب پایین‌تر از آمار دیگر افراد است.

پیشنهادات:

عسل جایگزین یا به عبارت بهتر مکمل مناسبی در بیماری آرتریت روماتوئید است

[Downloaded from jiitm.ir on 2026-11-10]

REFERENCE:

1. Remember Kharazm, Abu Ibrahim Ismail Ibn Al Hussein Ibn Ahmad al-Husseini wrote ZinedineAljrjany, year 504 AH, the Library Association National Monument, established in 1347 calendar, the first book to the fourth issue Tbay

2. Law, medicine, Avicenna wrote Alryys Sheikh, Abdul RahmanSharafkandi translation, Book III, Part III, second edition 1370 Tehran, Islamic Republic of Iran Broadcasting Publications, Twenty-Second Fan-speech (1,2), Tbay topic.

3. Qanvnchh in medicine, life MhmdabnChghmynyMhmvdabn author, publisher, Iran University of Medical Sciences and Health Services, Tehran 1383 Second Edition, Article I, Section One, two, three, and Article VIII

4. Book of Internal Medicine Harrison rheumatoid topic Rtraytys (Table criterions. Diagnostic criterions rheumatoid Rtraytys).

5. Darlington LG, Stone TW.Antioxidants and fatty acids in the amelioration of rheumatoid arthritis and related disorders. Br J Nutr 2001; 85,251-69

6. Rennie KL, Hughes J, Lang R, Jebb SA. Nutritional management of rheumatoid arthritis: a review of the evidence. J Hum Nutr Diet 2003; 16 97-109

[Downloaded from jiitm.ir on 2026-11-10]