

مصرف خودسرانه داروهای گیاهی چه عوارضی دارد؟

2 اردیبهشت 1403

امروزه به دلیل سبک زندگی ناسالم، تغذیه‌های فست فودی و کم‌حرکی، بسیاری از افراد دچار افزایش وزن و چاقی هستند که این قضیه می‌تواند بسیار نگران‌کننده باشد؛ چراکه چاقی و کم‌حرکی در بلندمدت زمینه‌ساز بسیاری از بیماری‌ها است. از طرفی نیز به دلیل تغییر معیارهای زیبایی بسیاری از افراد به دنبال کاهش وزن اما بدون دردسر و در کمترین زمان هستند که همین مسئله نیز بستر را برای سودجویان فراهم می‌کند تا با تبلیغات فریبکارانه در فضای مجازی افراد را برای کاهش وزن چشمگیر در کوتاه‌مدت برای خریداری دمنوش‌های لاغری و یا حتی چاقی برای افرادی که از لاغری رنج می‌برند، جذب می‌کنند که در بسیاری از مواقع برای مصرف‌کنندگان عوارض جدی و جبران‌ناپذیری به همراه داشته است.

این در حالیست که چاقی یا لاغری می‌تواند ناشی از یک مشکل داخلی باشد و نتوان برای همه‌ی نسخه پیچید که با مصرف یک پکیج دمنوش و داروی گیاهی آن مشکل به طور قطعی رفع شود؛ به طوری که گفته دکتر موحد - متخصص طب سنتی نیز باید در ابتدا افراد برای ریشه‌یابی مشکل خود به پزشک مراجعه کنند و سپس درمان مناسب را در پیش گیرند.

تشخیص علت چاقی و لاغری؛ اولین مرحله درمان

مدیر مرکز مشاوره **حال خوب**
Halek.hoob5846@yahoo.com

مشاوره:
(ازدواج، طلاق، خانواده، تحصیلی، کودک و نوجوان)

درمان:
(اضطراب، افسردگی، وسواس و ...)

روان‌سنجی:
(تست هوش، شخصیت و استعداد)

متخصص روانشناسی و مدرس دانشگاه
با تعیین وقت قبلی

۰۹۱۰ ۲۹۰ ۴۷۵۸
۰۲۸ ۳۳۶۷ ۲۷۵۰

قزوین، خیابان شهید بابایی
مقابل دادگستری قزوین

دکتر مینا موحد درباره تاثیرگذاری داروهای گیاهی و دمنوش‌ها بر کاهش وزن اظهار کرد: با توجه به اینکه چاقی و لاغری می‌توانند علل بسیار زیادی داشته باشند، بهتر است افرادی که مبتلا به این مشکلات هستند حتماً توسط پزشک ویزیت شده و علت آن تشخیص داده شود تا قدم به قدم با کمک پزشک و رژیم غذایی، دارودارمانی و برخی اقدامات موضعی درصد رفع مشکل قدم بردارد؛ اما اینکه هر فردی بدون در نظر گرفتن مشکلی که دارد فقط به خاطر کاهش و افزایش وزن یک نوع داروی گیاهی از پیش تعیین شده‌ای را مصرف کند، اصلاً صحیح نیست. چه بسا یک دارویی که برای فردی بسیار مفید بوده برای فردی دیگر مضر باشد. نکته بسیار مهم و قابل توجه این است که داروهای گیاهی نیز همچون

داروهای شیمیایی دارای عارضه هستند و می‌توانند تداخلاتی با داروهای شیمیایی که فرد استفاده می‌کند نیز داشته باشند. بنابراین به هیچ عنوان نباید به صورت چشم بسته از داروهای گیاهی که در فضای مجازی تبلیغ می‌شود، استفاده کرد.

بیماری‌های حاد کبدی از عوارض کاهش وزن سریع و غیر اصولی

وی با تاکید بر اینکه کاهش وزن یک روال تدریجی، منظم و مشخصی دارد و سرعت بخشیدن به این روند، سلامت فرد را به مخاطره می‌اندازد، گفت: بر اساس میزان افزایش وزن، شرایط بیمار، بیماری‌های زمینه‌ای و بسیاری از عوامل دیگر میزان کاهش وزن تعریف می‌شود و اگر این میزان کاهش وزن خیلی زیاد و طی مدت زمانی کم اتفاق افتد، عوارض بسیار زیادی دارد که یکی از عوارض شایع کاهش وزن سریع، **کبد چرب** است که می‌تواند منجر به بیماری‌های حاد و کبدی دیگری نیز شود.

مصرف خودسرانه داروهای گیاهی چه عوارضی دارد؟

این متخصص طب سنتی از جمله عوارض دیگر مصرف خودسرانه این دمنوش‌ها به حساسیت‌های پوستی، اختلالات کبدی، سردرد، سرگیجه و گوارش اشاره کرد و افزود: حتی در برخی مواقع بسیاری از این داروهای گیاهی که غیر اصولی انتخاب شده و بسیار قوی هستند می‌توانند مشکلاتی همچون دردها و در موارد پیشرفته زخم‌های گوارشی را در فرد ایجاد کنند. با توجه به اینکه اکثر این دمنوش‌ها که برای لاغری تجویز می‌شوند، طبع گرمی دارند و مزاجشان گرم است، اگر فرد نیز مزاج گرمی داشته باشد باعث تشدید علائم گرمی، اختلال خواب، بی‌قراری و سردرد و در برخی مواقع نیز موجب اضطراب می‌شوند.

خرید اینترنتی داروهای گیاهی و ویزیت آنلاین

وی درباره خرید اینترنتی داروهای گیاهی و ویزیت آنلاین که امروزه طرفداران بسیاری پیدا کرده است، گفت: فضای مجازی بستر خوبی را برای افرادی که در رفت و آمد و زمان مشکل دارند، فراهم کرده است؛ اما نکته مهم این است که باید نسبت به فردی که با وی مشاوره را انجام می‌دهند، اطمینان حاصل کنند که تخصص لازم را دارد یا خیر. برای یافتن پزشک معتمد برای درمان بیماری افراد سعی کنند که حداقل اولین ویزیت به صورت حضوری باشد و توسط پزشکانی که در این حوزه فعالیت دارند درمان را آغاز کنند و اگر به شیوه سنتی علاقمند هستند که در تابلوی مطب حتما مشخصات پزشک و عنوان متخصص طب سنتی درج می‌شود و اگر به رژیم درمانی و اصلاح سبک تغذیه نیاز دارند نیز باید از متخصص تغذیه کمک بگیرند و برای این مسئله نیز بهتر است اولین ویزیت برای اطمینان از تخصص پزشک به صورت حضوری مراجعه کنند.

گیاهان دارویی را در محیط مناسب نگهداری کنید



موحد درباره چگونگی خرید **داروهای گیاهی** اظهار کرد: برای خرید داروهای گیاهی افراد باید توجه داشته باشند که داروهای گیاهی تازه خریداری کنند؛ چراکه گیاهان بافت نرمی دارند و با گذر زمان خاصیت و طراوت خود را از دست می‌دهند. به دلیل اینکه گیاهان جاذب قوی میکروب و آلودگی هستند محل و چگونگی نگهداری از آنها اهمیت بسیار زیادی دارد؛ چراکه اگر محیط مرطوب باشد، دمای هوا تنظیم نباشد و یا در محیط گرد و غبار وجود داشته باشد، تمام این موارد بر کیفیت داروهای گیاهی تاثیر می‌گذارد.

خرید از عطاری‌های دانشکده‌های طب سنتی

وی افزود: نکته قابل توجه دیگر عدم شناخت داروهای گیاهی است چرا که اگر فردی شناخت خوبی نسبت به گیاهان دارویی نداشته باشد، می‌تواند در خرید آنها اشتباهاتی به وجود آید که مسیر درمان با مصرف داروی اشتباه تغییر کند؛ بنابراین با رعایت این نکات افراد می‌توانند با درصد خطر کمتری درمان خود را آغاز کنند. اما نکته مهم دیگر فعالیت بیشتر دانشکده‌های طب سنتی است که می‌توان گفت یکی از محل‌های خریداری داروهای گیاهی، عطاری‌های وابسته به دانشگاه‌ها یا عطاری‌های مورد اعتماد وزارت بهداشت است و می‌توان برای داشتن یک خرید آگاهانه از آنها داروهای گیاهی مورد نظر را خریداری کرد.

مصرف داروهای گیاهی تنها تحت نظر پزشک

این متخصص طب سنتی در پایان تاکید کرد: افرادی که بیماری‌های زمینه‌ای همچون **دیابت**، فشار خون، تیروئید و چربی خون دارند حتما باید تحت نظر پزشک و با توجه به داروهایی که مصرف می‌کنند، داروهای گیاهی را دریافت کنند که با توجه به داروهایی که مصرف می‌کنند و تداخلاتی که با داروهای شیمیایی دارد این داروهای گیاهی را مصرف کنند و با توجه به دلیل چاقی یا لاغری، داروهای گیاهی تجویز شود.