



## مروری بر خواص دارویی گیاه خارمریم

### رضیه بزرگرفروئی<sup>۱</sup>، مرتضی بزرگرفروئی<sup>۲</sup>

۱- دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد، دانشکده بهداشت، گروه بهداشت و ایمنی مواد غذایی، یزد، ایران

۲- دانش آموخته دانشگاه شاهد تهران، دانشکده علوم انسانی، گروه فیزیولوژی ورزشی، تهران، ایران

### چکیده

خار مریم از جمله گیاهان دارویی با خواص درمانی فراوان می باشد. سیلی مارین ماده مؤثره گیاه خار مریم بوده که غنی از ترکیبات فلاونوئلیگنانی و فلاونوئیدی است و در طب سنتی به اثرات درمانی آن اشاره شده است. همچنین خار مریم در سیستم درمانی مدرن دارای اثرات بالینی مؤثری در درمان بسیاری از بیماری های متابولیکی می باشد. هدف از مطالعه حاضر بررسی مطالعات انجام شده در جهت تعیین نقش درمانی گیاه خارمریم می باشد. این مطالعه از نوع مروری بوده که به جمع آوری اطلاعات با استفاده از پایگاه های اطلاعاتی مانند Google Scholar، Google، SID، Pubmed و پرداخته است. بدین منظور از کلید واژه های خارمریم، سیلیمارین، خواص درمانی برای جمع آوری اطلاعات از پایگاه های مذکور استفاده شد. در انتخاب مقالات محدودیت زمانی در نظر گرفته نشد. معیار ورود در انتخاب مقالات این بود که کلید واژگان فوق در مقالات ذکر شده باشد. در نهایت تعداد ۳۲ مقاله برای استخراج و جمع آوری داده ها از پایگاه های علمی مذکور مورد بررسی قرار گرفتند. این مطالعات در بین سال های ۱۹۷۵ تا ۲۰۱۶ انجام شده بود. اکثر مطالعات بررسی شده نشان دادند که خارمریم یکی از این گیاهان با ارزش در زمینه گیاهان دارویی است. که به لحاظ داشتن فلاونوئلیگنن های دارویی اهمیت فوق العاده ای دارد که در زمینه درمان انواع بیماری های کبدی، هپاتیت، دیابت، بیماری های قلب و عروق، سرطان، چربی خون و ... مؤثر است. لذا پیشنهاد می شود که جهت فهم ساز کار دقیق سیلیمارین در درمان امراض مختلف تحقیقات و مطالعات بیشتری صورت گیرد. تا بتوان از سیلی مارین به عنوان یک روش درمانی مؤثر در بهبود بیماری های مختلف بهره گرفت.

**واژگان کلیدی:** خار مریم، سیلیمارین، خواص دارویی