

## مهمترین گیاهان دارویی جایگزین طبیعی ریتالین

سید محمدرضا سلطانی مقدس – دانش آموخته گیاهان دارویی و پژوهشگر Naturopathy – دانشگاه آزاد

اسلامی

[Raysoltani123@gmail.com](mailto:Raysoltani123@gmail.com)

### چکیده

ریتالین (Ritalin) نام تجاری و عمومی برای ترکیب شیمیایی متیل فنیدات (Methylphenidate) است که از ترکیبات مشابه آمفتامین‌ها از گروه داروهای محرک اعصاب می باشد که برای درمان افسردگی و برخی از مبتلایان به بیش فعالی مقاوم به درمان تجویز می‌گردد. ریتالین مهارگر قوی بازجذب دوپامین و به میزان کمتری نوراپی نفرین در سیستم اعصاب مرکزی می باشد. نقص فعالیت این دو آمین پیامرسان (دوپامین و اپی نفرین) از علل بروز سندرم بیش‌فعالی و کمبود توجه در کودکان و بزرگسالان می باشد، ریتالین با افزایش فعالیت این دو آمین عصبی در بهبود این بیماری مؤثر است. اثرات دارویی آن تا حدی شبیه آمفتامین‌ها می‌باشد ولی برخلاف آن‌ها بازجذب سروتونین را مهار نمی‌کند و به صورت قرص و کپسول استفاده می‌شود. پتانسیل سوء مصرف آن بالا است و در بعضی از اقشار مانند دانشجویان و دانش‌آموزان به منظور افزایش تمرکز و هوشیاری بیشتر و بیدارماندن طولانی و ایجاد سرخوشی با هدف موفقیت در امتحانات و کنکور مورد استفاده قرار می‌گیرد. مصرف دز بالا و به ویژه استفاده‌ی استنشاقی و یا تزریق وریدی آن، می‌تواند عوارض متعددی را شبیه مصرف کوکائین و آمفتامین ایجاد کند. عوارض عصبی سو مصرف آن می‌تواند شامل تحریک‌پذیری و رفتارهای پرخطر، بدگمانی توهمی و سایکوز (روان پریشی) باشد. در این پژوهش چندین مطالعه بالینی و تحقیقاتی با جستجو در منابع معتبر گیاهان دارویی و پایگاه داده Scopus و PubMed مورد تحقیق و بررسی قرار گرفت. تهیه ترکیبات و مفردات

جایگزین گیاهی و مکمل های غذایی ارزیابی شده در مطالعات بالینی را به عنوان راهکارهای جایگزین مصرف ریتالین بررسی نموده و راجع به عملکرد آنها بر اساس ایمنی و اثربخشی در آزمایشات بالینی بحث خواهیم کرد.

کلمات کلیدی : ریتالین گیاهی -اضطراب-بیش فعالی -تمرکز-کنکور

## ۱. مقدمه

ریتالین یا متیل فنیدات از نمونه داروهایی است که در اختلال بیش فعالی و یا عدم تمرکز باعث افزایش سطح دوپامین خارج سلولی و سطح نوراپی نفرین می شود و حالت غیرطبیعی در عمل کاتکولامینرژي را اصلاح کرده و باعث از بین بردن عدم تعادل فرستنده عصبی می شود که در بهبود این بیماری موثر می باشد. (۱) اختلال ADHD یا بیش فعالی نوعی اختلال رشدی-عصبی با علائم بیش فعالی، بی توجهی و عدم تمرکز کافی ، به عنوان رایج ترین اختلال روانی عصبی در بین کودکان و برخی بزرگسالان شناخته می شود(۲)

افرادی که به مدت طولانی از ریتالین استفاده کنند خواه ناخواه به آن وابسته می شوند. ۶ تا ۱۲ ساعت پس از مصرف نخستین دوز مصرفی ریتالین، عوارض جانبی، خستگی شدید و تمایل شدید به مصرف دوباره آن آغاز می شود(۳)

برخی اثرات جانبی آن نیز مثل سردرد، بیخوابی های طولانی و بی اشتهايي، حرکات غیرارادی اندام های حرکتی، و درد شکم نیز گاهها از عوارض جانبی دائمی و غیرقابل برگشت آن می باشد.۴