

کلپوره یا مریم نخودی



نام علمی: *Teucrium polium* L.

نام عمومی: Felty Germander, Poley

Germander

نام سنتی: کلپوره، مریم نخودی، مریم نخودی

قسمت مورد استفاده: سرشاخه‌های گلدار

خانواده – Lamiaceae (Labiatae): تیره نعنا

خصوصیات ظاهری:

کلپوره یا مریم نخودی عبارت از سرشاخه‌های گلدار است که تمام قسمت‌های آن پوشیده از کرک‌های بلند و سفید است و به همین دلیل نقره‌ای‌رنگ به نظر می‌رسد. برگ‌های آن دارای کناره‌های دندانه‌دار و برگشته به طرف داخل برگ و مجموعه گل‌های تخم‌مرغی کوچک و نقره‌ای آن به وضوح دیده می‌شوند. این سرشاخه‌ها متعلق به

گروه داروسازی سنتی دانشکده طب سنتی

گیاهی است به نام مریم نخودی یا کلپوره با نام علمی *Teucrium polium* از تیره نعنا (Labiatae) که گیاهی است پایا با قسمت‌های چوبی شده در پایین و بسیار منشعب به ارتفاع تا ۲۰ سانتی‌متر. برگ‌های کشیده و باریک آن دارای کناره‌های چین خورده و دندانه‌دار است. این گیاه در بسیاری از نقاط ایران رویش دارد.

طبیعت:

گرم و خشک (در درجه سوم).

افعال:

ضد درد معده، ضد نفخ، مقوی معده، ضد اسپاسم، ضد التهاب، آنتی‌اکسیدان، ضد میکروبی، کاهنده قند خون، کاهنده چربی خون، مدر، معرق.

موارد مصرف سنتی:

- **گوارش:** ضد درد معده، ضد نفخ، مقوی معده، درمان سوءهاضمه، رفع دل‌پیچه.
- **تب و سرماخوردگی:** معرق و تب‌بر.
- **ادراری:** مدر و مفید برای سنگ کلیه و مثانه.
- **سایر:** درمان روماتیسم، نقرس، و به‌عنوان مقوی عمومی.

موارد مصرف امروزی:

- **ضد دیابت (شواهد بالینی):** کارآزمایی‌های بالینی اثر کاهنده قند خون عصاره کلپوره را در بیماران دیابتی نوع ۲ نشان داده‌اند. در یک کارآزمایی بالینی، مصرف ۲۰۰ میلی گرم بر کیلوگرم در روز به مدت ۴ هفته باعث کاهش معنی‌دار قند خون ناشتا و HbA1c شد. [citation:1] در کارآزمایی دیگر، مصرف ۵۰۰ میلی گرم سه بار در روز به مدت ۳ ماه باعث کاهش قند خون ناشتا و بهبود پروفایل چربی شد. [citation:2]
- **کاهنده چربی خون:** مطالعات بالینی نشان‌دهنده کاهش کلسترول تام، LDL و تری‌گلیسرید و افزایش HDL در بیماران دیابتی مصرف‌کننده کلپوره است. [citation:2][citation:3]
- **آنتی‌اکسیدان:** کلپوره دارای ترکیبات فنولی و فلاونوئیدی با فعالیت آنتی‌اکسیدانی قوی است. [citation:4][citation:5].
- **ضد میکروبی:** اسانس و عصاره کلپوره فعالیت ضد باکتریایی و ضد قارچی نشان می‌دهد. [citation:6].

- **ضد التهاب و ضد درد:** اثرات ضد التهابی و ضد دردی در مطالعات حیوانی گزارش شده است

[citation:7].

- **کبد و کلیه:** اثرات محافظت کننده کبدی و کلیوی در مطالعات حیوانی نشان داده شده است

[citation:1].

ترکیبات شیمیایی:

- **اسانس:** ترکیبات اصلی شامل بتا-پینن، لیمونن، ژرماکرن D، کاریوفیلن اکسید، لینالول

[citation:8].

- **فلاونوئیدها:** لوتئولین، آپیزنین، کریزوئرپول، ۶-

هیدروکسی لوتئولین. [citation:4][citation:5]

- **ترکیبات دیگر:** تانن‌ها، آلکالوئیدها، ساپونین‌ها،

فنیل پروپانوئیدها (کلپوره آئین). [citation:9]

میزان مصرف:

- **دم کرده:** ۱ تا ۲ قاشق مرباخوری گیاه خشک در ۱ لیوان آب جوش، ۲ تا ۳ بار در روز.

- **کارآزمایی بالینی دیابت:** ۲۰۰ میلی گرم بر

کیلوگرم در روز یا ۵۰۰ میلی گرم سه بار در روز

[citation:1][citation:2].

- مصرف خوراکی: مصرف باید تحت نظر پزشک باشد.

عوارض جانبی:

- سمیت کبدی (شواهد حیوانی): مطالعات حیوانی نشان‌دهنده افزایش آنزیم‌های کبدی (AST)، (ALT) با مصرف دوزهای بالای عصاره کلیپوره است [citation:10].
- کاهش قند خون: ممکن است در بیماران دیابتی مصرف‌کننده داروهای کاهنده قند خون باعث هیپوگلیسمی شود.
- علائم گوارشی: در برخی افراد ممکن است تهوع، استفراغ یا اسهال ایجاد کند.

موارد احتیاط و هشدار:

- سمیت کبدی بالقوه: با دوزهای بالا و مصرف طولانی‌مدت، احتمال آسیب کبدی وجود دارد؛ آنزیم‌های کبدی باید پایش شوند. [citation:10]
- بیماران دیابتی: مصرف همزمان با داروهای کاهنده قند خون نیاز به تنظیم دوز دارد.
- مصرف در بارداری و شیردهی: اطلاعات کافی در دسترس نیست؛ احتیاط شود.

مصرف در بارداری و شیردهی:

اطلاعات کافی در دسترس نیست؛ احتیاط شود و با پزشک مشورت گردد.

تداخلات:

- داروهای کاهنده قند خون (انسولین، متفورمین): افزایش خطر هیپوگلیسمی.
- داروهای کاهنده چربی خون: احتمال اثر افزایشده.
- داروهای کبدی: احتمال تداخل.

فرم‌های دارویی موجود در داروخانه فرآورده‌های طبیعی:

- سرشاخه خشک (برای دم‌کرده)
- کپسول

منابع:

منابع:

۱. عقیلی علوی شیرازی م ح. مخزن الدویه. دائرة المعارف خورده‌نیه‌ها و داروهای پزشکی سنتی ایران. تهران: موسسه انتشارات باورداران، ۱۳۸۰.
۲. امین غ. گیاهان متداولترین گیاهان دارویی سنتی ایران. تهران: دانشگاه علوم پزشکی تهران، ۱۳۸۴.

۳. کمیته تدوین فارماکوپه گیاهی. فارماکوپه گیاهی ایران. تهران: وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، معاونت غذا و دارو، ۱۳۸۱.

4. Safaeian L, et al. The effect of *Teucrium polium* on blood glucose and lipid profile in type 2 diabetic patients. *J Res Med Sci*, 2016.
5. Afshari A, et al. The effect of *Teucrium polium* on glycemic control and lipid profile in type 2 diabetic patients. *J Diabetes Metab Disord*, 2019.
6. Hasani-Ranjbar S, et al. A systematic review of the efficacy and safety of *Teucrium polium* in treatment of diabetes and hyperlipidemia. *J Diabetes Metab Disord*, 2010.
7. Sharififar F, et al. Antioxidant activity of *Teucrium polium* L. and its phenolic contents. *J Med Plants*, 2007.

8. Esmaeili MA, et al. Antioxidant and free radical scavenging activity of *Teucrium polium* L. *J Ethnopharmacol*, 2009.
9. Morteza-Semnani K, et al. Antimicrobial activity of *Teucrium polium* L. essential oil. *J Essent Oil Res*, 2006.
10. Bahramikia S, Yazdanparast R. Phytochemistry and medicinal properties of *Teucrium polium* L. *J Med Plants Res*, 2012.

Poley Germander



Scientific Name: *Teucrium polium* L.

Common Name: Felty Germander,
Poley Germander

Traditional Name: Kalpureh, Maryam
Nokhodi

Part Used: Flowering aerial parts

Family: Lamiaceae (Labiatae) – Mint
family

Description & Characteristics:

Kalpureh consists of flowering aerial parts entirely covered with long white hairs, giving it a silvery appearance.

The leaves have dentate margins rolled inward, and the small, silvery, ovoid

flower clusters are clearly visible. These aerial parts belong to the plant known as Maryam Nokhodi or Kalpureh, with the scientific name *Teucrium polium* from the Lamiaceae family. It is a perennial plant with woody bases and highly branched stems reaching up to 20 cm in height. Its elongated, narrow leaves have wrinkled and dentate margins. This plant grows in many regions of Iran.

Temperament:

Hot and dry (in the third degree).

Functions:

Gastric analgesic, carminative, stomachic, antispasmodic, anti-inflammatory, antioxidant, antimicrobial, hypoglycemic, lipid-lowering, diuretic, diaphoretic.

Traditional Uses:

- **Gastrointestinal:** Gastric analgesic, carminative, stomachic, treatment of indigestion, relief of colic.
- **Fever & Colds:** Diaphoretic and antipyretic.
- **Urinary:** Diuretic and beneficial for kidney and bladder stones.
- **Other:** Treatment of rheumatism, gout, and as a general tonic.

Modern Uses:

- **Antidiabetic (Clinical Evidence):**
Clinical trials have demonstrated the blood glucose-lowering effect of Kalpureh extract in type 2 diabetic patients. In one clinical trial, consumption of 200 mg/kg/day for 4 weeks significantly reduced fasting blood glucose and HbA1c. In another trial, 500 mg three times daily for 3 months reduced fasting blood glucose and improved lipid profile.

- **Lipid-Lowering:** Clinical studies show reductions in total cholesterol, LDL, and triglycerides, and increases in HDL in diabetic patients taking Kalpureh.
- **Antioxidant:** Kalpureh contains phenolic and flavonoid compounds with strong antioxidant activity.
- **Antimicrobial:** Essential oil and extract of Kalpureh show antibacterial and antifungal activity.
- **Anti-inflammatory & Analgesic:** Anti-inflammatory and analgesic effects reported in animal studies.
- **Liver & Kidney:** Hepatoprotective and renoprotective effects demonstrated in animal studies.

Phytochemistry:

- **Essential Oil:** Main compounds include beta-pinene, limonene,

germacrene D, caryophyllene oxide, linalool.

- **Flavonoids:** Luteolin, apigenin, chrysoeriol, 6-hydroxyluteolin.
- **Other Compounds:** Tannins, alkaloids, saponins, phenylpropanoids (teucrol).

Dosage:

- **Infusion:** 1–2 teaspoons of dried herb in 1 cup boiling water, 2–3 times daily.
- **Clinical Trial (Diabetes):** 200 mg/kg/day or 500 mg three times daily.
- **Oral Use:** Use should be under physician supervision.

Side Effects:

- **Hepatotoxicity (Animal Evidence):** Animal studies show elevated liver enzymes (AST, ALT) with high doses of Kalpureh extract.

- **Hypoglycemia:** May cause hypoglycemia in diabetic patients taking blood sugar-lowering medications.
- **Gastrointestinal Symptoms:** May cause nausea, vomiting, or diarrhea in some individuals.

Precautions & Warnings:

- **Potential Hepatotoxicity:** With high doses and long-term use, there is a risk of liver damage; liver enzymes should be monitored.
- **Diabetic Patients:** Concurrent use with blood sugar-lowering medications requires dose adjustment.
- **Use in Pregnancy & Breastfeeding:** Insufficient information available; caution advised.

Use in Pregnancy & Breastfeeding:

Insufficient information available;

caution advised and consult with a physician.

Interactions:

- **Blood Sugar-Lowering Drugs (insulin, metformin):** Increased risk of hypoglycemia.
- **Lipid-Lowering Drugs:** Potential additive effect.
- **Hepatic Drugs:** Potential interaction.

Pharmaceutical Forms Available in Natural Products Pharmacy:

- Dried aerial parts (for infusion)
- Capsule

References:

1. Safaeian L, et al. The effect of *Teucrium polium* on blood glucose and lipid profile in type 2 diabetic patients. *J Res Med Sci*, 2016.

2. Afshari A, et al. The effect of *Teucrium polium* on glycemic control and lipid profile in type 2 diabetic patients. *J Diabetes Metab Disord*, 2019.
3. Hasani-Ranjbar S, et al. A systematic review of the efficacy and safety of *Teucrium polium* in treatment of diabetes and hyperlipidemia. *J Diabetes Metab Disord*, 2010.
4. Sharififar F, et al. Antioxidant activity of *Teucrium polium* L. and its phenolic contents. *J Med Plants*, 2007.
5. Esmaeili MA, et al. Antioxidant and free radical scavenging activity of *Teucrium polium* L. *J Ethnopharmacol*, 2009.
6. Morteza-Semnani K, et al. Antimicrobial activity of *Teucrium polium* L. essential oil. *J Essent Oil Res*, 2006.
7. Abdollahi M, et al. Antinociceptive and anti-inflammatory activities of *Teucrium polium* L. *J Ethnopharmacol*, 2003.
8. Bahramikia S, Yazdanparast R. Phytochemistry and medicinal properties

of *Teucrium polium* L. *J Med Plants Res*,
2012.

9. Aghili Alavi Shirazi M. H. Medicines
resource ,Encyclopedia of edibles and
traditional medicinal of Iran.
Tehran:Bavardaran Publishing Institute,
2001.
10. Amin Gha., The most common
traditional medicinal plants of Iran.
Tehran: Tehran University of Medical
Sciences, 2005.