



תגובות ביניים בין צמחים, תוספי מזון ותרופות יישומים קליניים ואסטרטגיות תרפויטיות

■ גילי פינצ'וק, Cl.H, N.D.

בנוסף, לכל צמח מוקדשת סקירה של תגובות ביניים תיאורטיות או ספקולטיביות, מחקרים חדשים ותגובות ביניים אשר זכו להתייחסות רבה ולציטוטים נרחבים בספרות, ללא בסיס עובדתי מוצק.

גם המידע המפורט על התרופות המעורבות בתגובות הביניים הינו בעל ערך רב, במיוחד למטפלים והרבליסטים (שכמותי), שאינם בקיאים בנבכי הפרמקולוגיה המודרנית. למשל, מידע רב ניתן על Warfarin - התרופה הנפוצה ביותר בשימוש כנוגדת קרישה - אשר צמחים רבים 'מואשמים' בתגובת ביניים עמה (בצדק או שלא, תצטרכו לקרוא). לתרופה זו מגוון רחב של תגובות ביניים עם תרופות אחרות (אנטיביוטיקה, תרופות המשפיעות על מערכת העצבים ותרופות לטיפול במחלות לב) ותוספי מזון שונים (מיץ אשכוליות, אומגה 3, Co-Q10).

בסוף הספר יש אינדקסים מוצלבים של תגובות ביניים, המסווגים לפי תרופות (על פי שמות מסחריים ושמות גנריים), כמו גם אינדקס כללי. כולם נוחים לשימוש.

עקב ריבוי הציטוטים המדעיים בספר, עשו הכותבים בחוכמה וצירפו לספר תקליטור מידע, אשר מכיל את כל המקורות (references) ומאפשר גישות ואפשרויות חיפוש מתקדמות.

המציאות היום יומית בקליניקה, בה מטפלים ורופאים כאחד מתמודדים עם מטופלים שתפריטם הרפואי כולל שילוב של תרופות, צמחים ותוספי מזון, מהווה אתגר לא פשוט, ולכן כל מידע עדכני אשר יכול לסייע לנו בקביעת הטיפול המשולב הנכון, הוא חיוני.

ניסיונם הרב של הכותבים והמלצותיהם השונות לגבי שילובים של צמחים ותוספים עם תרופות, מהווים ערך מוסף ומשמעותי לכל המידע המעודכן המופיע בספר.

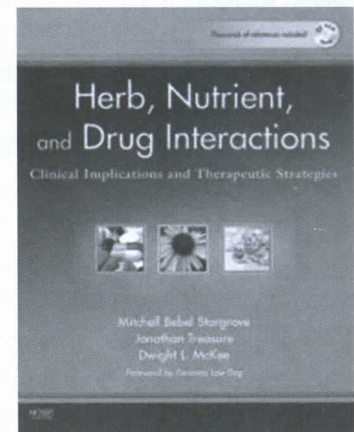
אני ממליץ על הספר בחום וחושב שזהו ספר חובה בכל ספרייה שעניינה צמחים, בוודאי בכזו המשמשת קלינאים.

Herb, Nutrient, and Drug Interactions

Clinical Implications and Therapeutic Strategies

By Mitchell Bebel Stargrove,
Jonathan Treasure & Dwight L. McKee

MosbyElsevier, 2007, 960 p
ISBN: 978-0-323-02964-3



ותוספים, כמו גם הסברים רבים על מנגוני הפעולה של צמחים ותוספים בגוף האדם.

אמנם ברובו עוסק הספר בעיקר בתוספי תזונה (ויטמינים, מינרלים, חומצות שומן וכו'), אך החלק אשר מתייחס לצמחי מרפא, גם אם אינו מקיף (רק 30 צמחים זוכים לניתוח), הרי שהוא מעמיק יותר מכל חיבור אחר בנושא. חשוב לציין, שהצמחים אשר כן מקבלים התייחסות, הם החשובים ביותר (עד כמה שידוע היום) לנושא תגובות הביניים עם תרופות.

כמות המידע על כל צמח עצומה. כל פרק שכזה מתחיל בטבלת סיכום של תגובות הביניים האפשריות, הכוללת את מהות התגובה, המנגונים שבבסיסה, חשיבותה של התגובה והמלצה לגבי יישום קליני. לאחר מכן מובא מידע כללי על הצמח (זיהוי בוטני, חלקי הצמח בשימוש, אופני שימוש מקובלים, שימוש רפואי בצמח, מרכיבים פעילים, מינונים), ולאחריו סקירה של תגובות הביניים מבעד לעדשות של שיקולים אסטרטגיים ודיון בהשפעת הצמח על ספיגה/סילוק ומטבוליזם של תרופות. לאחר מכן יש דיון נפרד ומפורט לגבי כל תרופה העלולה ליצור תגובת ביניים, דיון אשר כולל ניתוח של 'פעולת התרופה ומנגוני הפעולה שלה, המחקר בנושא, דיווחים קליניים, ולבסוף ניתוח משמעותי המידע והמלצות קליניות לגבי יישום השילוב.

מעבר לכך, המחברים אינם מקבלים את כל מקורות המידע כמובנים מאליהם אלא מעריכים את איכות המידע הקיים כמו גם את סבירות ההיתכנות של תגובת הביניים.

אפתח דווקא בזווית אישית. בתקופה האחרונה אני עוסק רבות בנושא בטיחות השימוש בצמחי מרפא. לכן, כשהגיע הספר לידיי, התנפלתי עליו כמוצא שלל רב.

הספר יצא לאור לפני מספר חודשים והוא לוקח את נושא תגובות הביניים (interactions) צעד גדול קדימה.

הכוונה היא לא רק לתגובות ביניים שליליות, אשר יכולות ליצור בעייה כזו או אחרת עקב העצמה או נטרול של פעילות תרופתית, אלא גם לתגובות ביניים חיוביות, כמו מניעת רעילויות, נזקים או תופעות לוואי עקב שימוש בתרופות. לדוגמה: שילוב של שוש קירח (Glycyrrhiza glabra) עם תרופות נוגדות דלקת שאינן סטרואידיות (NSAID'S), יכול למנוע פגיעה ברירת מערכת העיכול והיווצרות של כיבים פפטיים (- תופעת לוואי ידועה של תרופות אלו).

הספר נכתב על ידי שלושה מחברים, אשר עיסוקיהם המקצועיים כמו משלימים זה את זה:

- מיצ'ל בבל סטארגרו, ND, LAc - עו"ד ונטורופת
- ד"ר דוויט ל. מקי, MD - אונקולוג והמטולוג
- ג'ונתן טרז'ר (AHG) MCPP MA, MNIMH, RH - הרבליסט קליני ידוע ומכובד.

הספר מכיל הסברים רבים ומעמיקים על המנגונים המעורבים בתגובות הביניים בין צמחים ו/או תוספים לבין תרופות. ניתן למצוא בו דיונים מפורטים על פרמקולוגיה, פרמקוקינטיקה ופרמקודינמיקה של צמחים

גילי פינצ'וק
הרבליסט קליני ונטורופת
pinchuk@gmail.com