

רפואת צמחים אינטגרטיבית

הגישה הטיפולית והטיפול בתסמונת השחלה הפוליציסטית

דניאל פרין

אחת השאלות המרכזיות העולות כיום בעבודתי השוטפת כמטפל וכנותן שרות למטפלים סיניים ברחבי הארץ היא: מהי מידת היעילות של שילוב חשיבה טיפולית וצמחי מרפא מערביים בטיפול הסיני המסורתי, והאם ניתן לעשות זאת. הרפואה הסינית, על שיטותיה השונות, היא אחד מתחומי הרפואה המשלימה הפופולאריים ביותר בישראל, כאשר אחד מכלי הטיפול העיקריים הוא השימוש בצמחי מרפא. השימוש המסורתי כפי שנלמד ברוב בתי הספר לרפואה סינית בארץ הוא בצמחי מרפא סיניים בלבד ואכן ברוב המקרים הוא משמש כבירה היחידה למטפל.

האומנם?

היסטוריה

רפואות הצמחים המסורתיות, כפי שאנו מכירים היום, התפתחו במקביל עם התפתחות המבנה החברתי המאורגן, לפני כארבעת אלפים שנה בקירוב בשלושה אזורים השפעה עיקריים: **מסופוטמיה** - אזור ההשפעה העיקרי על הרפואה הערבית והיוונית-אירופאית, אשר השפיעה רבות על התפתחות הרפואה המודרנית.

הודו וסין - אזור ההשפעה העיקרי על רפואת צמחים סיניים, רפואה טיבטית ואירוודה כפי שמוכרות כיום.

יבשת אמריקה - עם גילוייה של יבשת אמריקה, החלו להישף בהדרגה בפני הרבליסטים האירופאים של אז, הצמחים האמריקאים השונים - בעיקר מאמריקה הצפונית. צמחים אלו יצרו יחד עם הצמחים האירופאים הקלאסיים את הבסיס הרחב של רפואת הצמחים המערבית המוכרת לנו כיום. צמחים אלו החלו להיחקר עם התפתחות המדע בשתי המאות שעברו בצורה שיטתית והיוו למעשה את הבסיס לתעשיית התרופות והפרמקולוגיה המודרנית!

כל אחת מרפואות מסורתיות אלו, שילבה בתוכה בצורה מושכלת את רפואת הצמחים המקומית כחלק חשוב במערך הטיפולי. כל תרבות פיתחה את הנושא לכדי תורה של ממש עם הוראות מדויקות לגבי כל צמח: החלקים בשימוש, המועד הנכון לאיסוף, התכונות הרפואיות, אופי הצמח, דרכי מיצוי והפקה ועד למרשמים מוכנים, שילובים אפשריים והתוויות נכד.

רפואת צמחים אינטגרטיבית - גישה טיפולית

הגישה האינטגרטיבית, לדידי, משמעותה שילוב של גישה טיפולית קלאסית עם גישות טיפול מודרניות. רפואת הצמחים בשתי הגישות, הסינית והמערבית, מקורה ברפואה עממית בת אלפי שנים. במרוצת ההיסטוריה פיתחה כל אחת מרפואות הצמחים תיאוריות ופילוסופיות רפואיות שונות, בהתאם לאופי התרבות, החברתי והפוליטי האופייני לה. כל אחת מהגישות הינה עולם ומלואו, אשר טומן בחובו ניסיון רב שנים בשימוש בצמחי מרפא. במקביל, השימוש שנעשה כיום

דניאל פרין - *Li.Ac.Hb Dip.Phyt* מתמחה בטיפול בצמחי מרפא סיניים ומערביים. מנהל מחלקת היעוץ וההדרכה של חברת "ברא-חוכמת סין", מחלוצי הגישה הטיפולית המשולבת רפואת צמחים מודרנית ומסורתית. מרצה ב"מכללת רידמן".

אלפי שנים למטרות המזכרות לעיל ונהוג ליטול אותו כצמח בודד במקביל לשימוש בפורמולה עיקרית.

המרת פעילות צמחים מערביים למושגים סיניים

עם השתרשות הרפואה הסינית במערב, הולך וגובר השימוש בצמחים מערביים מקומיים בראיה הסינית. תהליך זה מתרחש כיום ברמה כזו או אחרת אצל מספר הולך וגדל של הרבליסטים מערביים שנחשפו עם השנים לתיאוריות הסיניות

בטכנולוגיה חדשנית ומחקרים עדכניים בשיטות מיצוי קלאסיות, מעצים את פוטנציאל ההשפעה של הצמחים.

כפועל, האינטגרציה בין גישות הטיפול יכולה להתבטא במספר מישורים:

הכרות עם צמחים אשר אינם נמצאים בפרמקופיאה הסינית

לדוגמא, הצמח *קוהוש שחור*, *Acatea Cimicifuga* או *Rasmosa*, נחקר רבות בהקשרים גניקולוגיים רבים ומשמש כצמח עיקרי לטיפול בתופעות גיל המעבר



השונות. יתרה מזאת, מספר עבודות ומאמרים תירגמו את אופן הפעולה הרפואי של צמחים מערביים למושגים ומינוחים המקובלים על פי התיאוריות המזרחיות, כמו למשל ספרו של פיטר הולמס לגבי צמחים אמריקאים בעיקר ואופיים הסיני³.

הבנת אופן הפעילות של צמחים סיניים, על פי מחקרים מערביים עדכניים

צמחים סיניים רבים נחקרו במערב בשנים האחרונות והמפורסמים שבהם כגון *שורש האנג'ליקה*, *Dang Gui*, *שורש הפאוניה*, *Bai Shao*, *שורש הרמניה*, *Sheng Di Huang* ורבים אחרים, כבר נמצאים מזה עשרות שנים בפרמקופיאות הבריטיות והגרמניות. הרבליסטים מערביים רבים עושים שימוש מושכל בצמחים אלו ומבצלים את תכונותיהם האנטי דלקתיות, נוגדות חימצון,

ובעיות פוריות, על רקע חולשת השחלות בייצור אסטרוגן. צמח זה יכול להשתלב היטב עם צמחים כגון *Shu Di Huang*, *Dang Gui*, *Mu Dan Pi* ועוד.

דוגמא נוספת היא הצמח *שיוח אברהם*, *Vitex Agnus-Castus*, אחד הצמחים החשובים לטיפול בבעיות גניקולוגיות בכלל ובתסמונת השחלה הפוליציסטית בפרט. זאת בזכות השפעתו המווסתת על מערכת העצבים המרכזית בציר היפותלמוס - היפופיזה - שחלות. שיוח אברהם הינו צמח מקומי הגדל בר בישראל ומשתייך לאותה משפחה בוטנית אליה משתייך הצמח *Man Jing Zi (Vitex Trifolia)*. על אף שהשניים חולקים תכונות משותפות רבות, על פי עיקרון העדפת השימוש בצמחים מקומיים ברפואת הצמחים הסינית, מומלץ להשתמש בזן המקומי *Agnus-Castus*, אשר עליו נעשו מחקרים בטיפול בפתולוגיות גניקולוגיות. צמח זה נמצא בשימוש

מחזקות, משקמות וכדומה, בראייה מערבית לחלוטין, מבלי לדעת כלל על אופן השימוש המקורי בראייה הסינית. המטפל הסיני יכול לשלב ידע חדשני זה עם הידע המסורתי הסיני, ולקבל הבנה רחבה ועמוקה יותר לגבי אופיו של הצמח ולשלו בכוחמה במרשמים שונים. בנוסף, ההבנה כיצד משפיע הצמח על המערכות הפיזיולוגיות, יש בה ערך מוסף רב על הבנת מנגנון הפעולה הסיני של הצמח ומעורר מחשבה על הבנה מודרנית של פיזיולוגיה ופתופיזיולוגיה סינית. לדוגמא, *שורש הפאוניה*, *Bai Shao*, נחקר רבות בהקשר להשפעותיו המעניינות על המערכת הגניקולוגית. בהקשר לשחלות פוליציסטיות נמצא כי הצמח בעל יכולת הורדה של רמות אנדרוגן, אחת התופעות העיקריות המאפיינות את התסמונת.

המרת המושגים הסיניים למושגים רפואיים מערביים

בהמשך לאמר לעיל הבנת הפעילות הרפואית של הצמחים הסיניים, קטגוריות הטיפול וההתוויות המודרניות אשר ניתנו להם, עשויה לשפוך אור חדש על צורת החשיבה של המטפל הסיני. למשל, הצמח *שוש קרח*, *Gan Cao (Glycyrrhiza)*, מוגדר כצמח בעל פעילות אדפטוגנית, כלומר, פעילות המעצימה את יכולת העמידות (*Stamina*) של האדם, מחזקת תהליכים פיזיולוגיים, מאזנת ומשפרת את תפקוד בלוטת האדרנל. בביל המעבר, כאשר השחלה הולכת ומתנוונת, בלוטת האדרנל היא האחראית על ייצור האסטרוגן, על כן נמצא את הצמח בשימוש נרחב בפורמולות מערביות לטיפול בתופעות גיל המעבר. על אף שאין לו פעילות הורמונאלית גניקולוגית/שחלתית ישירה הוא נמצא יעיל מאוד למטרה זו. מכאן ניתן להסיק כי לבלוטת האדרנל חשיבות עליונה בתהליך חיזוק ה-Yin בכלל, ובגיל המעבר בפרט. חשוב לציין כי לא כל צמח מחזק Yin הוא בעל פעילות אדפטוגנית, וכי לצמחים שונים ישנם מנגנוני השפעה נוספים אשר רלוונטים לטיפול בתופעות גיל המעבר.

הטיפול בתסמונת השחלה הפוליציסטית על פי רפואת הצמחים המערבית

1. הסדרת הווסת והבייץ.
2. הורדת רמת האנדרוגן.
3. תמיכה בתפקוד בלוטת האדרנל.
4. תמיכה בבלוטת התריס, חיזוק תהליכי עיכול

5. תמיכה נפשית, והפחתת מתח.
6. טיפול בתנגודת האינסולין והסדרת רמת האינסולין והסוכר בדם.
7. תמיכה וחיזוק תפקוד הכבד והכליות.

הטיפול בתסמונת השחלה הפוליציסטית על פי מאסטר

⁴Li Dong Yuan

תסמונת השחלה הפוליציסטית, הינה פתולוגיה מורכבת, רב מערכתית, המתבטאת במחמם התחתון במערכת ההורמונאלית הגניקולוגית. למעשה, האיזון מופר בשלושת המחממים ובעיקרו מופר האיזון ההורמונאלי במערכת חילוף החומרים. על כן, בחרתי להציג את הגישה הטיפולית הסינית בשחלות פוליציסטיות, על פי תיאוריית ה-Yin Fire של מאסטר Li Dong Yuan, ושל ממשיך דרכו מאסטר ⁵Zhu Dan Xi, כפי שבאה לידי ביטוי בספרו של מאסטר Li. בספר ⁶Pi Wei Lun, בדיון במחלות מורכבות וקשות לטיפול (Difficult to treat, knotty diseases) נמצא כי משמעות התהליך הפתולוגי, Yin Fire, הינה היווצרות חום במחמם התחתון ופיגועה באש הכליות כתוצאה מגורם פתוגני מסוג Yin-Lחות. על פי גישה זו אנו מזהים חמישה מרכיבים פתולוגיים המתרחשים בו זמנית, יוצרים ומזינים זה את זה:

1. חולשת Qi הטחול.
2. תקיעות Qi הכבד והיווצרות חום.
3. לחות חמה.
4. חוסר Yin ודם.
5. עליית אש מיניסטריאלית מהכליות למחמם האמצעי והעליון.

חשוב לציין כי Yin Fire, עשוי להיגרם מכל אחת מהדינאמיקות המופיעות לעיל. על פי רוב, המטופלת מציגה לפחות שלוש או ארבע פתולוגיות בו זמנית ולעיתים את כולן - בהתאם לכרוניקה של התפתחות המחלה. לגישתו של מאסטר Li, יש הכרח לטפל בכל התהליכים הפתולוגיים בו זמנית, על מנת לצאת ממעגל הרשע בו רכיבו בונים זה את זה. על כן הפורמולה צריכה להכיל:

- צמחים מתוקים חמימים, המחזקים את Qi הטחול.
 - צמחים חריפים, המניעים את Qi הכבד ומסדירים את תנועת ה-Qi.
 - צמחים מרים וקרים, על מנת לסלק חום מכל מקוה ולסלק לחות חמה.
- בנוסף, יש להתייחס לתהליכים נוספים הקיימים ולשלב צמחים מתאימים כגון מיניע דם - במקרה של תקיעות דם, ומרגיעי נפש או מזיני לב - במקרה שיש צורך להשפיע גם בתחום זה. מבנה המרשם והיחסיות בין חלקיו, צריכים לבטא את התהליך הפתולוגי העיקרי, את קדימויות הטיפול ובכל מקרה, לכלול את כל המרכיבים הנזכרים לעיל. מאסטר ⁷Zhu Dan Xi, מוסיף ומדגיש את שלב חיזוק ה-Yin והדם - דגש חשוב עבור הטיפול בתסמונת השחלה הפוליציסטית.

חולשה ותקיעות Qi, הצטברות חום ולחות ופיגועה מטאבולית

על פי גישתו של מאסטר Li, הפתולוגיה על פי רוב מתחילה בשל שני מוקדי השפעה עיקריים: חולשת Qi הטחול ותקיעות Qi הכבד. תזונה חסרה או עתירת פחמימות ריקות, וכן תזונה עתירת פסולת כמו כימיקלים והורמונים עלולה לגרום לפגיעה ב-Qi הטחול. חשיפה מוגברת למצבי סטרס שונים גורמת לתקיעות Qi הכבד ולהפרת האיזון בין הכבד והטחול. כל אלה ביחד וכל אחד לחוד, משמעותם בין היתר, פיגועה בתהליכי העיכול והספיגה, ויצירת לחות וחום. באופן לא

מפגיע ניתן לזהות את האטיולוגיה הנראית לעיל באופן מובהק, באורח החיים המערבי המודרני. בהתאמה, על פי הגישה הנטורופתית והרפואה הטבעית, PCOS, נגרמת על פי רוב, כתוצאה מאותן סיבות ראשוניות: אורח חיים תזונתי לקוי המלווה בחשיפה למתח ולחץ נפשי לאורך זמן, עם הצטברות של לחות חמה, מסביר את הירידה ביעילות חילוף החומרים והנטייה להשמנה האופייניות לתסמונת ומופיעות בכארבעים אחוז מהמקרים. במקרים יותר קשים כאשר לחות חום גורמת לעומס מטאבולי משמעותי על מערכות הפיזיולוגיות העיקריות, קרי, מערכת העיכול (הכוללת גם את הכבד וכיס המרה) ומערכת השתן, מפנה הגוף החוצה את פיזיולוגיה הפסולת, הלחות החמה, דרך מערכת פיזיולוגית - העור. מכאן עשויה להיות הנטייה לאקנה המלווה את הסינדרום

חולשת דם מערכתית. הנפגע העיקרי במקרה זה הוא איבר הכבד, אשר אינו מקבל הזנה ראויה של דם. חולשת דם הכבד לאורך זמן עשויה להוביל לפגיעה בהזנת הדם לרחם ולהיחלשות Yin הכליות. בנוסף, העומס השחלתי הנגרם כתוצאה מיצירת זקיקים רבים מתיש את אנרגית הכליות ביתר שאת. הללו, ביחד וכל אחד לחוד, עשויים לגרום לבעיות הפוריות המאפיינות כשבעים אחוז מהנשים הסובלות משחלות פוליציסטיות. נוכחות של לחות וחום, לאורך זמן במחמם התחתון, הינה תהליך פתולוגי נוסף, הגורם לפגיעה ב-Yin הכליות ויצירת חום ריק. האיזון היחסי בין Yin ו-Yang הכליות הגורר איתו חום מחוסר וערעור האש המיניסטריאלית או אש החיים, כפי שלעיתים ניתן לכנותה⁸, מופר הפרה זו עשויה לבוא לידי ביטוי בחוסר האיזון

טבלה מספר 1

עקרונות הטיפול המערבי ב-PCOS	עקרונות הטיפול ב-Yin Fire
תמיכה בבלוטות התריס והאדרנל. חיזוק והמרצה של תהליכי העיכול והספיגה והורדה במשקל הגוף. טיפול בתנגודת האינסולין. הסדרת רמת האינסולין והסוכר בדם.	חיזוק Qi הטחול.
תמיכה וחיזוק תפקוד הכבד והכליות. שיפור והמרצה של מערכות פיזיולוגיות ופסולת. תמיכה נפשית, הפחתת סטרס.	הנעת Qi הכבד. הוצאת חום. סילוק לחות חום מהמחמם התחתון.
תמיכה בתפקוד בלוטות האדרנל. הסדרת הווסת והבייץ. הורדת רמת האנדרוגן. תמיכה נפשית, הפחתת סטרס. ויסות בלוטות ההפרשה ההורמונאליות במוח, בציר: היפותלמוס - היפופיזה - שחלות.	חיזוק דם/Yin הכבד והכליות. סילוק חום ריק. הרגעת האש המיניסטריאלית. סילוק חום מהמחמם העליון.

סיפור מקרה

עורכת דין רווקה, בת 30 ללא ילדים.
תלונה עיקרית: מחזור לא סדיר מלווה בעייפות, P.M.S קל לפני הווסת, חולשה כללית ותשישות.
אבחון רפואי: PCOS. B.M.I גבולי גבוה.

בדיקות מעבדה:

תמונת אולטרה-סאונד אופיינית: ריבוי ציסטות בשחלה.
רמות טסטוסטרון: גבולי גבוה.
רמות אנדרוגן חופשי: גבוה מאוד.
TSH: תקין.
LH: גבוה.
FSH: נמוך.
רמות אינסולין: גבולי גבוה.

היסטוריה משפחתית: PCOS במשפחה הקרובה והמורחבת.

תלונות נוספות: עומס רב בעבודה ולחץ נפשי המלווים בקשיי שינה, בעיקר בקושי להירדם. לעיתים מלווה בפליטציות. יש נטייה לגלי חום במהלך היום והלילה. לעיתים רחוקות הזעות בלילה.

היסטוריה גניקולוגית: וסת ראשונה בגיל ארבע עשרה. עד גיל עשרים מחזור סדיר. בגיל שמונה עשרה החל אקנה. בין הגילאים עשרים לעשרים וארבע נטלה גלולת למיניעת הריון. חוסר הסדירות בווסתות החל עם הפסקת הגלולות. במהלך שש השנים האחרונות, המחזור מאוד לא סדיר, לעיתים ארבעה חודשים ללא וסת. ניסתה לפני כשנה טיפולים בבדיקה, אך ללא שיפור משמעותי.

לשון: דקה, חיבור, אדומה בצדדים ובקצה. חיפוי לבן צהבהב, מעט עכור במחמם תחתון. סימני שיניים.

דופק: ימין - חלש, ריק, מעט מתגלגל. שמאל - מעט שטח/צף, דק, מיתרי. חלש בעיקר בעמדה האחורית.

סיכום אבחנה מערבית: PCOS.

סיכום אבחנה סינית:

ההורמונאלי בין הורמונים נקבים בעלי אופי Yin - אסדרוגנים, לבין הורמונים זכריים בעלי אופי Yang - אנדרוגנים, ומהווה את אחת התופעות העיקריות המאפיינות את תסמונת השחלה הפוליציסטית ועל פי הגישה המערבית אחד הגורמים לתסמונת.

גורם אפשרי נוסף לרמה גבוהה של הורמונים אנדרוגניים בדם, הוא הפרשה מוגברת, או פגם במטבוליזם של קורטיזול, המובילים ליצור מוגבר של אנדרוגן בבלוטת האדרנל. נהוג להקביל חלק מתפקודי בלוטת יותרת הכליה לאיבר הכליות הסיני, שכן לבלוטה זו תפקיד חשוב בייצור ובוויסות ההורמונאלי אשר ניתן לכנות Yin Yang על פי הגישה הסינית⁹. חום ממקור כלשהו, אם מנוכחות לחות חמה ואם מהיווצרות חום ריק במחמם התחתון, גורם לייצור מוגבר של הבלוטה, ומגביר את האספקטים בעלי אופי Yang שלה.

חום במחמם התחתון, מכל מקור שהוא, גורם לערעור האש המיניסטריאלית, ולעליית חום כלפי המחמם האמצעי והעליון. מאסטר Li טוען כי הטחול והאש המיניסטריאלית הינם אויבים ואינם יכולים להתקיים באותו מישור, שכן נוכחות האש מכלה את Qi הטחול. בנוסף, חולשה עמוקה של Yin וקושי בעיגון, יחד עם עליית אש הכליות למחמם העליון, עשויה לגרום להתנתקות האש ממקורה במחמם התחתון והצטברותה במחמם העליון, בעוד המחמם התחתון נותר קר וחלש. חולשה וקור בכליות עשויים לספק הסבר נוסף לבעיות הפוריות הקשורות לתסמונת. הצטברות של אש במחמם העליון, עשויה לחמם את הלב, לגרום לאי שקט, עצבנות ולכלות את Yin הקיבה והריאות.

ניתן להקביל את פגיעת האש במחמם עליון כהפרת האיזון של בלוטות ההפרשה ההורמונאליות הגבוהות במוח בציר היפותלמוס - היפופיזה - שחלות. על מנת להחזיר את האש

ומופיעה בכארבעים אחוז מהמקרים. חולשת טחול ונוכחות של לחות, על פי רוב מלווה בחום. באופן דומה, עומס מטאבולי וחולשה של תהליכי העיכול והספיגה, גורמים לפגיעה במטבוליזם של הלב לבד האנדרוקריני. כיום מקובל לשייך את הלב לבד האנדרוקריני לאיבר הטחול הסיני, בשל תפקידו בחילוף החומרים של פחמימות בעלות הטעם המתוק. הלחות החוסמת עשויה לגרום לתנגודת לאינסולין ואילו החום עשוי לגרום לפעילות יתר של בלוטת ההפרשה. כתוצאה מהשניים נגרמת היפר-אינסולוניה המאפיינת כתשעים אחוז מהנשים הסובלות מ-PCOS.

לחות חמה נוטה לשקוע למחמם התחתון. כתוצאה מכך נפגעת זרימת ה-Qi באזור זה. שילוב של תקיעות Qi ונוכחות של לחות חמה, גורמים להתחממות המחמם התחתון ולענייב, התחממות הכליות ו\או המערכת הגניקולוגית. עדות לכך אנו מוצאים בתמונת האולטרה-סאונד המאפיינת את התסמונת: פעילות יתר של השחלות הגורמת להפרשה מוגברת של זקיקים לא בשלים, מלאים בנוזל לא פונקציונאלי (לחות). ניתן לראות בנוזל זה, ניסיון של הגוף לקרר, או לסתור את החום השורר באזור. חום פתוגני בכליות, עשוי להסביר מדוע נגרמת הפרשה מוגברת של הורמונים בעלי אופי Yang, אנדרוגנים⁷, מהשחלות - הגורם העיקרי לרמות גבוהות של אנדרוגן בדם. בנוסף, זרימה לקויה של Qi במערכת הגניקולוגית עם נוכחות של פתוגן לחות וחום, עשויה להסביר את אי הסדירות במחזור החודשי, התלונה העיקרית בגינה על פי רוב מתגלה התסמונת ומאפיינת כתשעים אחוז מהנשים.

פגיעה בדם, ב-Yin, ערעור האש

המיניסטריאלית וחוסר איזון ההורמונאלי

תוצאה נוספת של חולשת הטחול היוצרת לחות חמה, ותקיעות Qi הכבד או לחילופין, פגיעה בתהליכי העיכול והספיגה של חומרים מזינים, היא

- חולשת Qi הטחול עם לחות במחמם תחתון.
- תקיעות Qi הכבד.
- חוסר דם Yin-ו הכבד והכליות.
- חום ריק המשפיע על המחמם העליון והלב.

עקרונות הטיפול המשולב

1. חיזוק Qi הטחול וסילוק לחות מהמחמם התחתון, ובאופן דומה: פעילות אדפטוגנית¹⁰, הכוללת חיזוק תהליכי עיכול וספיגה, איזון ההפרשה מהלב, שיפור תנגודת לאינסולין וויסות רמות האינסולין בדם.
2. הנעת Qi הכבד, ובאופן דומה: פעילות מרגיעה, אנטי עוויתית של מערכת העצבים והפחתת רמות סטרס, המרצת עדינה של זרימת דם ברחם.
3. חיזוק דם Yin-ו הכבד והכליות, ובאופן דומה: פעילות אדפטוגנית הורמונאלית, תמיכה בבלוטת האדרנל, וויסות ההפרשה של אנדרוגנים בשחלות, הגברת הפעילות האסטרוגנית של השחלות.
4. הורדת חום ריק והרגעת הלב ובאופן דומה: הורדת רמת האנדרוגן בדם, הרגעה של מערכת העצבים.

הטיפול הצמחי

Vitex Agnus Castus - מינון יומי - 20 טיפות פעם אחת ליום, בבוקר.

פורמולה בטינקטורה, מינון יומי: 5 מ"ל 3 פעמים ביום, כשהקיבה ריקה.

Dang Gui / Angelica Sinensis Rad	20%
Gan Cao / Glycyrrhiza Rad	15%
Bai Shao / Paeonia Lactiflora Rad	15%
Withania Somnifera Rad	15%
Shan Yao (var) / Dioscorea Villosa Rad	15%
Calendula Officinalis Fls (30% Ethanol)	20%

פורמולה בחליטה, מינון יומי: 2-3 כפיות שלוש פעמים ביום.

Gymnema Silvestre fol	25%
Olea Europaea Fol	25%
Trigonella Foenum Graecum Semen	25%
Tilia Corodata Fls	25%

פירוט הצמחים הבודדים

שיח אברהם, Vitex Agnus-Castus הינו הצמח העיקרי להסדרת ההפרשה ההורמונאלית בציר היפותלמוס - היפופיזה - שחלות. בשל כך נמצא בשימוש בבעיות ניקולוגיות רבות. צמח עיקרי לטיפול בתסמונת השחלה הפוליציסטית ומשפר תהליכי עיכול וספיגה¹¹.

פירוט הצמחים בפורמולה בטינקטורה

Dang Gui / Angelica Sinensis Rad - על פי הגישה הסינית, שורש האנגליקה הינו עיקרי לחיזוק דם והנעת דם הכבד והרחם. הפעילות הרפואית המערבית הידועה שלו דומה מאוד להתוויות הקלאסיות הסיניות: בעל פעילות אנטי עוויתית במערכת הגניקולוגית, צמח אשר ביכולתו להביא ווסת, אנטי דלקתי. נמצא יעיל לטיפול באקנה על רקע הורמונאלי.

Bai Shao / Paeonia Lactiflora rad - מן הבחינה הסינית, הצמח אדמונית לבנה, מחזק את דם הכבד והווסת. מהבחינה המערבית, הוא בעל

סימנים ותסמינים עיקריים

- אל וסת או מחזור לא סדיר - 90%.
- Hyperinsulinemia - 90%.
- תמונת אולטרה סאונד אופיינית - 80%.
- בעיות פוריות - 70%.
- שיעור יתר - 50%-60%.
- השמנת יתר משמעותית - 40%.
- אקנה - 40%.

פעילות אנטי עוויתית המרפה כיווצים בשרירים חלקים וברחם. משפר תהליכי עיכול וספיגה. זהו צמח ספציפי לאיזון רמות אנדרוגן. החומר הפעיל בצמח נקרא Paeoniflorin Monoterpene. כמות החומר הפעיל בשורש איכותי הינה שני אחוזים לפחות. החומר מגביר הפרשת פרוגסטרון ומוריד הפרשת אנדרוגן. Paeoniflorin הראה השפעה על זיקקים שחלתיים דרך הפעלה של Aromatase enzyme - אנזים החשוב בתהליך ההבשלה של הזקיק, הביוץ, פעילות הגופיף הצהוב ותהליך ההמרה של אנדרוגן לאסטרון.

Shan Yao (Var) / Dioscorea Villosa Rad - הזן הסיני של בטטת הבר, מחזק את Qi הטחול, מחזק תהליכי עיכול וספיגה, מחזק את הכליות,

המגבירה את יכולת ההתמודדות של הגוף עם מצבים משתנים. לתכונות הללו מתווספת השפעה מחזקת על מערכת העיכול במספר אופנים: הגברת הפרשת מרה בכבד ובכיס המרה, הגברת הפרשות אנזימטיות מהלב, ופעולה ישירה על ריריות מערכת העיכול. בנוסף, אלמנט התמיכה במערכת העצבים גורם להפגת מתחים, אשר לאורך זמן בדרך כלל, מחלישים את יכולת העיכול והספיגה¹⁵. מבחינה סינית, זהו צמח המחזק את הטחול, מתמיר לחות, מחזק את Yang-ו Yin הכליות, מניע את Qi הכבד, מוריד רמות סטרס, מונע פלישת הכבד לטחול, מחזק Qi ודם הלב, מרגיע את הנפש ותומך במרכז ובמרידיאן ה-Chong.

Calendula Officinalis Fls - נוכחותו של הצמח



משדרת דומיננטיות, יציבות וביטחון, המאפשרים לו להעניק בנדיבות מבלי שהדבר יחסיר ממנו או

תומך בייצוב התמצית ומחזק את Yang-ו Yin הכליות. ההתוויות המערביות של הזן המערבי מאוד דומות, ומתמקדות בפעילות ההורמונאלית של הצמח. על פי הגישה המערבית זהו צמח פיטואסטרונגי, אנטי עוויתי, אנטי דלקתי, מחדש פעילות הורמונאלית, ומחזק באופן ישיר את השחלות ובלוטת האדרנל¹². בנוסף, הצמח מחזק ומשקם את מערכת העצבים ומרגיע את הנפש. Gan Cao / Glycyrrhiza Rad - על פי הגישה המערבית זהו צמח חשוב ועיקרי, אולי מהחשובים בצמחי המרפא המערביים. הצמח משפיע על מגוון רחב של מנגנונים פיזיולוגיים בגוף, אך הערך העיקרי של השורש להפאת הצמחים הינו חיזוק, הזנה ושיקום של מערכות גופניות והנעה לכיוון של גדילה והתפתחות. זהו צמח אנטי דלקתי, משקם ריריות, מחזק את בלוטת האדרנל (Adrenal tonic), מכיח, מחזק ומווסת את מערכת החיסון, אנטי ויראלי, מסדיר ווסת, מפחית רמות סטטוסטרון, אנטי סרטני, מחטא והיפוגלקמי. השילוב של שורש הליקורייץ עם הצמח אדמונית לבנה, הוא מקובל ונפוץ ברפואה הסינית והיפנית. מספר מחקרים מהשנים האחרונות הדגימו את אופן פעולת שני הצמחים הללו בטיפול בנשים בעלות שחלות פוליציסטיות. הטיפול הראה ירידה ברמות סטטוסטרון, ללא תופעות לוואי¹³.

Withania Somnifera Rad, ויתניה משכרת, הנקרא גם ג'ינסנג הודי- זהו אחד מצמחי המרפא החשובים שישנם כיום. השילוב הייחודי של היותו צמח אדפטוגני¹⁴, יחד עם אלמנט מרגיע התומך במערכת העצבים, משמש כמעט לכל מצב של רפיון וחולשה של מערכת פנימיות בגוף. ההשפעה המשולבת של הצמח על מערכת העיכול, העצבים והאדרנל, מייצרת את הפעילות התומכת והמזינה,

יאיים על מקומו. במיצי שלושים אחוזי אתנול, תכונותיו המעודדות חיזוש, חיזוק וצמיחה באות לידי ביטוי גם בהשפעתו על מגוון נרחב של מערכות הגוף. הצמח מחזק את דפנות כלי הדם, מחזק את מערכת הלימפה, מחזק זרימת דם לאיברי ריצפת האגן, משפר ספיגה ותהליכי עיכול, מגביר הפרשות מרה בכבד ובכיס המרה, ממריץ תגובה חיסונית ומשפיע על המערכת ההורמונאלית. מן הבחינה הסינית, זהו צמח המניע את Qi הכבד, תומך בטחול, מסלק לחות וממריץ דם. בנוסף, הוא תומך בכליות ומייצב את התמצית¹⁶.

פורמולה בחליטה

מטרת החליטה היא להגביר רגישות לאינסולין ולווסת את הפרשת האינסולין מהלב. כל הצמחים בפורמולה מלבד פרחי הצמח Tilia Corodata Fls, נחקרו ונמצאו כיעילים למטרה זו. הצמח טיליה, הינו בעל השפעה מרגיעה על מערכת העצבים והמרצת פעילות הכבד. נוכחותו בפורמולה חיונית על מנת לחזק את אפקט הרגעת הנפש של הטיפול הכולל. מבחינה סינית זהו צמח המניע את Qi הכבד, פורק חום של הכבד והלב, משרה שינה ומרפה עווית. צמחים נוספים ששולבו בפורמולה:

Verbena Officinalis, Acatea Cimicifuga Rasmosa, Sheng Di Huang (Rehmania Glutinosa), Matricaria Recutita, Pu Gong Ying Rad (Taraxacum Officinalis).

תוצאות הטיפול

לאחר שבעה חודשי טיפול, בשלושת המחזורים האחרונים משך המחזור התייצב על 28-30 יום. כאבי המחזור חלפו כמעט לגמרי, מלבד נפיחות קלה לפני יציאת הדימום. המחזור עובר ללא חולשה ועייפות משמעותיים וישנו שיפור משמעותי במצב הרוח. במקביל, עלתה יכולת ההתמודדות עם מתח ולחץ נפשי ומורגשת הקלה בהירדמות. עור הפנים השתפר, אם כי מדי

כיוון מערב



Polycystic Ovary Syndrome או PCOS המכונה בעברית "תסמונת השחלה הפוליציסטית", הינה מחלה מטבולית מורכבת, המשפיעה ומושפעת ממספר מערכות פנימיות כגון: לבלב, בלוטת התריס, בלוטת האדרנל והציר ההורמונאלי: היפותלמוס-היפופיזה-שחלות. זוהי המחלה האנדוקרינית הנפוצה ביותר אצל נשים בגיל הפוריות ומשפיעה על כעשרה אחוזים מהנשים בעולם המערבי. התסמונת כוללת ירידה בערכי האסטרון (אסטרדיול¹⁷) ועליה בערכי ההורמונים האנדוגניים - הורמונים זכריים כמו טסטוסטרון ואנדרוסטרון.

גורמים וסיבות

גורמי המחלה אינם ידועים וישנן מספר תיאוריות אפשריות:

- נטייה גנטית - עד ארבעים אחוזי הסתברות למחלה.
- פגם בהפרשה וייצור אינסולין המוביל לתנגודת אינסולין והיפר-אינסולינמיה.
- פגם בסינתזה של אנדרוגן הגורם להמרצת ייצור אנדרוגן בשחלות.
- שינוי במטבוליזם של קורטיזול המוביל להמרצת ייצור אנדרוגן בבלוטת האדרנל.
- פגם נויור-אנדוקריני בבלוטות ההפרשה הגבוהות במערכת העצבים המרכזית, המוביל להפרשת יתר של LH.

אבחנה

אבחון שחלות פוליציסטיות הינו מורכב ולעיתים אינו מוחלט.

תמונה קלינית: מחזור לא סדיר, שיעור יתר והשמנה. סימנים אלו מספיקים להגדרת התסמונת גם ללא תמונת אולטרה סאונד אופיינית.

בדיקות מעבדה:

תמונת אולטרה סאונד אופיינית.

רמת אינסולין גבוהה בדם.

רמת טסטוסטרון גבוהה בדם.

שינוי ביחס LH:FSH כך ש-LH גבוה באופן יחסי.

טיפול תרופתי

Metformin - הפחתת ספיגת סוכר ממערכת העיכול, הפחתת ייצור סוכר על ידי התאים והגברת רגישות התאים לאינסולין.

גלולת משולבת למניעת הריון - מסייעות בהורדת רמת הטסטוסטרון ולטיפול באקנה. עלול להגביר תנגודת אינסולין, התווית נגד למקרים עם בעיית השמנה.

תרופות אנטי אנדרוגניות - תרופות כמו Cyproterone acetate Cyprostat לטיפול בשיעור יתר ואקנה.

AC) Jin-Yuan הרפואה הפנימית בזמן שושלות (1279-1368). במקרים מעין זה בהם מדובר בדינאמיקה המורכבת מסינדרומים משולבים, מאסטר Li Dong לא עשה שימוש במודל של אבחנה מכלולת כיוון שלשיטתו אינו מתאים לטיפול במחלות מורכבות ומסובכות.

5 האחרון מבין מארבעת המאסטרים הגדולים של הרפואה הפנימית בזמן שושלות (AC 1279-1368) Jin-Yuan.

6 The Treatise on the Spleen & Stomach ראה מקורות מידע.

7 ראה פירוט לגבי הנחה זו בפיסקה הבאה הדנה בפגיעה בדם, Yin-כ, היווצרות חום ריק וערעור האש המיניסטרילית.

8 פונקציה עמוקה יותר מאשר Yang הכליות. לגישתו של המחבר.

9 פעילות המעצימה את יכולת העמידות (Stamina) של האדם, מחזקת תהליכים פיזיולוגיים, מאזנת ומשפרת את תפקוד בלוטת האדרנל.

10 לעיון נוסף ראה מקורות מידע.

11 לעיון נוסף ראה מקורות מידע.

12 לעיון נוסף ראה מקורות מידע.

13 לעיון נוסף ראה מקורות מידע.

14 לעיון נוסף ראה מקורות מידע.

15 לעיון נוסף ראה מקורות מידע.

16 לעיון נוסף ראה מקורות מידע.

17 סוג האסטרוגן העיקרי בבני אדם בעל השפעה קריטית על תפקוד מערכת הרבייה והמין.



- Miyamori, R. T. I. et al (1987) *J Steroid Biochem* 27:845.
- Thomson Healthcare (2007) *PDR for herbal medicines fourth edition*, Thomson Healthcare INC.
- Tamaya, T. et al (1986) *Acta Ohstel Gynecol Scand* 65:839.
- Sliutz G, Speiser P, Schultz AM et al (1993) *Horm Metab Res* 25(5):253-255.
- Wuttke W, Jarry H, Christoffel V et al (2003) *Phytomed* 10:348-357.
- Taomedic Software ver. 4.5.5.
- Chinese Wisdom, http://www.chinese-wisdom.co.il/sections/support/herbs_catalog.asp?itemID=140,111,116,122,139.
- פרופסור אברהם אליהו, דוקטור עמוס כרמל דוקטור ארנון אהרון (עורכים) אדר ארנון, עדי גרוס, טל כרמל שקד, בת שבע מנס, גבי מרון (2002) *מרק המדריך הרפואי השלם*, הוצאת נגרת זמורה-ביתן דביר והד ארצי.

הערות

- 1 לעיון נוסף: Green pharmacy. ראה מקורות מידע.
- 2 Pharmacopoeia - אוסף כל התרופות המשמשות ברפואה מסויימת.
- 3 ראה מקורות מידע.
- 4 אחד מארבעת המאסטרים הגדולים של

- Bensky Dan, Barolet Randall (1990) *Formulas & Strategies*, Eastland press.
- Li, Dong Yuan, *Treatise on the Spleen & Stomach: A translation of Li Dong-yuan's Pi Wei Lun by Bob Flaws*, Blue Poppy Press.
- Bensky Dan Clavey Steven, Stoger Eric (2004) *Material medica 3rd edition*, Eastland press.
- Dhuley Jn *Adaptogenic and cardioprotective action of ashwagandha in rats and frogs*, Pharmacology and Toxicology Section, Research Centre, Hindustan Antibiotics Limited, Pimpri, Pune, India, May 2010, <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10720789>
- Flaws Bob (2010) *Chinese medical wines & elixirs*, Blue Poppy Press.
- Griggs Barbara (1997) *Green pharmacy*, Healing Arts Press.
- Haller, J(1961) *Z. Geb und Gynäkol* 156, 274.
- Holmes, Peter (1997) *The Energetics of Western Herbs: Treatment Strategies Integrating Western & Oriental Herbal Medicine, Vol. 1*, Snow Lotus Press.
- Mehta, A.K. et al (1991) *Ind J Med Res* 94:312.

פעם מופיעים מספר פצעים לפני קבלת הווסת. בדיקות המעבדה השתפרו בכל המדדים.

סיכום

בשנים האחרונות, בעידן הגלובליזציה, מזרח ומערב נפגשים להתמזגות מתפתחת ודינאמית היוצרת מגוון של שילובים מעניינים בשיטות טיפול ברחבי העולם. החיבור בין הרפואה הסינית, כרפואה המזרחית הנפוצה ביותר במערב, לרפואת הצמחים המערבית, לבש ופושט צורה בדרכים שונות מדי יום ביומו בקליניקות שונות בארץ וברחבי העולם. תמורות שכאלו הזכות להצלחה רבה בפרקטיקה הקלינית, משנות למעשה את חוקי המשחק המסורתיים למטפלים במסגרות השונות. עם זאת, בהצצה לעומק ניתן להבין שכור ההיתוך החדש שנוצר יכול להביא רעננות ומעוף לעבודה הקלינית המסורתית.

מקורות מידע

- Armanini, D. et al. (1983) *Clinical Endocrinol* 19:609.
- Armanini D. et al. (2004) *Steroids*; 69:763.
- Au AL, Kwok CC, Lee AT, Kwan YW, Lee MM, Zhang RZ, Ngai SM, Lee SM, He GW, Fung KP. (2004) *Activation of iberiotoxin-insensitive, Ca²⁺-activated K⁺ channels of porcine isolated left anterior descending coronary artery by diosgenin. Eur J Pharmacol.* 502 (1-2):123-33.

חדש מבית ברא צמחים!

סדרת פורמולות פטנט לילדים

kids

סדרה טיפולית מותאמת במיוחד עבור ילדים למגוון רחב של בעיות נפוצות:

חיזוק חיסוני | התקרות ושפעת | אסטמה | שיעול | אלרגיות | וירוס בטן פורמולות פטנט ייחודיות פרי פיתוח מקורי:

גזים וקוליק בתינוקות | עצירות | קשב וריכוז | הרטבת לילה | בעיות גדילה ושגשוג

- ◀ שיטת המתקה ייחודית להקלה על נטילת הפורמולות, ללא פגיעה בטעמים של הצמחים.
- ◀ אחוז אלכוהול מינימאלי לשימור, ללא שימוש בגליצרין, מותאם לילדים.
- ◀ שיטת מיצוי ייחודית המבטיחה ריכוז גבוה במיוחד של סך הרכיבים הפעילים בצמח.
- ◀ ספיגה מהירה ומיטבית במערכת העיכול, להשפעה מהירה ויעילה.
- ◀ המוצרים ברישיון משרד הבריאות ובעלי תקינה בין לאומית: ISO-9100 ו-GMP ISO-22000

www.chinese-wisdom.co.il

חוכמת סין בע"מ • מקבוצת ברא צמחים, קיבוץ הזורע, עמק יזרעאל, מיקוד 36581
טל: 04-9899051 • sales@chinese-wisdom.co.il

