



معلومات عن الحمل والإنجاب: مايو 2002

## مُسْتَحْضَرَاتُ الْأَعْشَابِ وَالْحَمَلِ

العلاج بالأعشاب يستخدم منذ عدة قرون في العديد من دول العالم في علاج أنواع مختلفة من الأمراض. أما في أستراليا فغالبا ما يقوم خبراء الأعشاب والمعالجة الطبيعية والمثلية والعاملين في مجالات الصحة بإعطاء وصفات بالأعشاب.

هذا المنشور يجب أن يُستخدم فقط كمرشد أو دليل، والمعلومات الواردة فيه تستند إلى المعلومات الحالية المتعلقة بالمعالجة الأعشاب وآثارها.

في جميع الحالات، يُنصح المرضى الذين ينوون أو يفكرون في اللجوء إلى مستحضرات الأعشاب كعلاج أثناء فترة الحمل أو الإرضاع طلب المشورة الطبية.

إن مركز معلومات الدواء لمستشفى النساء الملكي لا ينصح باستخدام مستحضرات الأعشاب أثناء فترة الحمل أو الإرضاع وذلك نظرا لعدم توفر المعلومات الكافية حول سلامة مثل هذه المستحضرات. إذا أصبحت باستعمال مستحضر من الأعشاب، وكنت حامل أو مرضعة، فمن المهم جدا أن تسألني مُقَدِّم الوصفة عن سلامة المستحضر عليك وعلى طفلك.

يجب تجنب مستحضرات الأعشاب كلما أمكن خلال المرحلة الأولى من الحمل. على أية حال، يمكن استعمال بعض مستحضرات الأعشاب بعد المرحلة الأولى من الحمل. استشيرني مُقَدِّم الوصفة والطبي المزيد من المعلومات.

### الأسباب الداعية لأخذ الحذر

- لم يتم اختبار معظم علاجات الأعشاب والعلاجات المثلية لتحديد مدى سلامتها أثناء فترة الحمل والإرضاع.
- غالبا ما تكون كلفة شراء مستحضرات الأعشاب غالية، والكثير منها لم يتم بعد إثبات فعاليتها علميا.
- لا يوجد هناك علاج يمكن أن يحل محل تغذية جيدة، وتمارين رياضية مناسبة وأخذ قسط وافر من النوم والراحة.
- لا يوجد هناك دليل يثبت بأن المعالجة بالأعشاب هي بنفس فعالية وسلامة العقاقير الطبية التي يصفها لك طبيبك.



معلومات عن الحمل والإنجاب: مايو 2002

مُسْتَحْضَرَاتِ الْأَعْشَابِ وَالْحَمَلِ

ما يجب تجنّبه ومتى

- يجب تجنّب كل الأعشاب خلال الأسابيع الإثني عشر الأولى والأخيرة من الحمل.
- إذا كان هناك في تاريخ العائلة المَرَضِي ما يشير إلى حدوث إجهاض.
- إذا كان هناك في تاريخ العائلة المَرَضِي ما يشير إلى صعوبة في الإخصاب والحَمَل.
- إذا كانت هناك أية آلام في البطن.
- إذا كانت هناك آلام في منطقة الظهر السفلى.

يجب كذلك تجنّب

- الأعشاب المليئة
- الأعشاب ذات الأثر المُنبّه للرّحم
- الأعشاب التي تشجّع الحيض

قائمة الأعشاب الواجب تجنّبها كبيرة. فيما يلي بعض الأمثلة:

Pennyroyal صَعْتَرُ الْفَرَسِ	Irish Moss طُحْلُبُ أيرلندي	يقدونس - بجرعات طبية
Angelica حشيش الملاك	Tansy حشيش الشفا	السّداب/الْفَيْجَن Rue
السّتا مَكَة	Thuja شجرة الحياة	الشجرة الجنوبية/القيصوم
Feverfew الأفحوان	Barberry البَرْبَاريس	Autumn crocus زَغْفَران الخريف
Liquorice عرق السّوس (في بعض الحالات)	Kelp عُشْب البحر	الأفسنتين Wormwood
Kombucha tea شاي وَرّال	Juniper العرعر	البَق المُسهّل Buckthorn
Dong Quai دونغ كواي	Aloes الألوّة/الصنبر	التّعّع (بكميات كبيرة)
Gingko Biloba الجِنكَة (شجر صيني)	جوز الطيب (بجرعات كبيرة)	المَرِيْمِيَة بكميات كبيرة
Broom راثم	Echinacea أخيناسيا	زيت المَرْتَقوش Origanum Oil
Mandrake اللبّرواح/الْفَاح	Roe البطارخ	الخنثار Male Fern
Mugwort مَج ويرت	Bryonia ألفا شرا	الهدال/الدّبِق Mistletoe
رينينول Retinol	Golden Seal أعشاب الفُقمَة الذهبية	أعشاب ذات جذور سوداء Blackroot

معادن وفيتامينات يجب تجنّبها

فيتامين أ

فيتامين سي (بجرعات تزيد على 1000 مليغرام يوميا)

اتصلي بخبراء الأعشاب والمعالجة الطبيعية والمثلية قبل استعمال مستحضرات الأعشاب.

مركز معلومات الدواء لمستشفى النساء الملكي

ساعات الدوام: من التاسعة وحتى الخامسة من الاثنين إلى الجمعة

هاتف: (03) 8345 3190

بريد الكتروني: drug.information@thewomens.org.au

بعد الدوام: السكرتير الآلي