

تأثیر آنتی اکسیدانی مرزنجوش بر حافظه



از مهمترین ترکیباتی که در عصاره آبی گیاه مرزنجوش وجود دارد، رزمارینیک اسید است که علاوه بر کاهش استرس، سبب بهبود یادگیری فضایی در بیماری آلزایمر میشود.

به گزارش پایگاه خبری صنعت غذا و کشاورزی (اگرو فود نیوز)، روابط عمومی پژوهشکده گیاهان دارویی جهاد دانشگاهی؛ مرزنجوش با نام علمی *Origanum Vulgare L* گیاهی است علفی و دائمی به ارتفاع ۸۰ سانتی متر که ساقه آن دارای انشعابات زیاد، پوشیده از تارهای کوتاه و به رنگ سبز مایل به قرمز است و مناطق اصلی رویش این گیاه در ایران، مناطق شمالی، به خصوص استانهای خراسان، مازندران، گیلان و آذربایجان است. یکی از مشخصات گیاه، بوی معطر و قوی آن است.

دکتر نسیم زرین پنجه، عضو هیات علمی پژوهشکده گیاهان دارویی جهاد دانشگاهی در خصوص ترکیبات این گیاه، گفت: از مهمترین ترکیباتی که در عصاره آبی گیاه مرزنجوش وجود دارد، میتوان به رزمارینیک اسید، اریوسیتین، آپی ژنین گلیکوزید، اوریکانول و اورسالیک اسید اشاره کرد. رزمارینیک اسید علاوه بر کاهش استرس، سبب بهبود یادگیری فضایی در بیماری آلزایمر میشود.

وی درخصوص تأثیر آنتی اکسیدانی این گیاه بر حافظه، خاطر نشان کرد: از آنجایی که ترکیب رادیکالی در بیماران آلزایمری به وفور

تولید شده و سبب تخریب بافتی بسیار وسیع در مغز بیماران آلزایمری می‌شود، بنابراین با توجه به نوع ترکیبات موجود در عصاره گیاه مرزنجوش، این گیاه می‌تواند طیف وسیعی از اثرات آنتی اکسیدانی در مغز را داشته باشد. ترکیبات آنتی‌اکسیدان این گیاه سبب بهبود یادگیری می‌شوند. باید دانست که رزمارینیک اسید که فراوان‌ترین ترکیب عصاره آبی مرزنجوش است، فعالیت جاروبگری قوی برای ترکیبات رادیکال‌های آزاد دارد.

به گزارش روابط عمومی پژوهشکده گیاهان دارویی جهاد دانشگاهی، دکتر زرین پنجه، دیگر خواص مرزنجوش را مدر، قاعده‌آور، نیرودهنده، معرق، ضد نفخ، آرام‌بخش و به دلیل تلخ بودن، مقوی معده برشمرد.

سر شاخه‌های گلدار گیاه مرزنجوش به میزان ۱۰ تا ۲۰ گرم را به مدت ۱۰ دقیقه در یک لیتر آب جوش دم کرده و پس از صاف کردن و شیرین کردن با عسل، به میزان روزانه سه فنجان برای درمان بیماری‌های دستگاه تنفسی، صاف‌کننده خون و نیز برای تسهیل هضم و تسکین دردهای ماهانه می‌توان استفاده کرد.

سرویس خبری: تغذیه و سلامت

منبع: پژوهشکده گیاهان دارویی جهاد دانشگاهی