

ג'ינסנג. לא רק ממריץ. צמח מרפא בעל פעילות במערכת החיסונית.

אם לא שמעתם עליו ועל התכונות שלו עד היום, זה הזמן להכיר: ג'ינסנג הוא צמח מרפא הידוע כצמח **אדפטוגן**.

ומהו צמח אדפטוגן? ידוע שחולשה של המערכת החיסונית יכולה להתרחש כתוצאה מסטרס ממושך. לפי הרפואה הסינית, צמח אדפטוגן הוא צמח המסייע לגוף להתמודד עם מצבי סטרס ומתח, שהם חלק מהחיים ובלתי נמנעים.

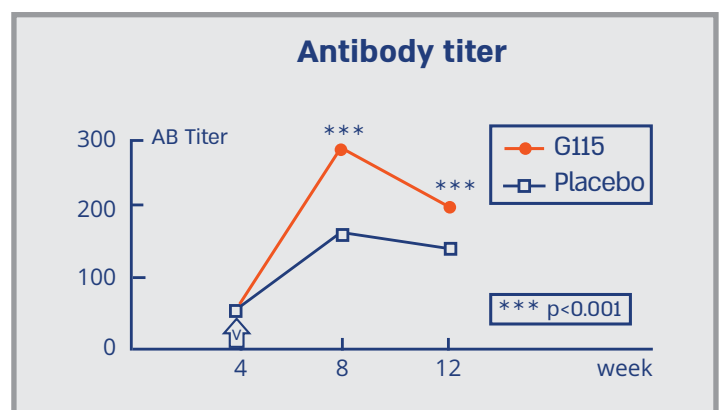
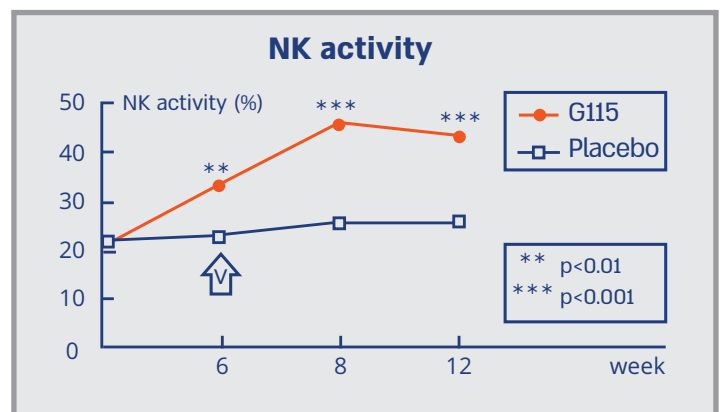
ג'ינסנג והוירוסים

בנוסף לפעילותו המוכרת כאנרגיזר, נחקר צמח הג'ינסנג במספר עבודות מחקר לגבי השפעתו על המערכת החיסונית. רוב המחקרים אודות הפעילות האנטי-ויראלית של ג'ינסנג בוצעו בהקשר של וירוס האינפלואנזה – השפעת – מהוירוסים הנפוצים בעולם. ואכן, קיימים מספר פרסומים מחקריים לגבי השימוש בג'ינסנג, כתמיכה לחיסון לוירוס השפעת.

המחקר המוכר לנו בוצע על בני אדם באיטליה בשנות ה-90 של המאה הקודמת והוא עדין מצוטט בפרסומים חדשים משנות האלפיים. המחקר השתמש בתמצית הג'ינסנג G115 שהיא התמצית הקיימת במולטי ויטמין פרמאטון. מחקר זה הראה שיפור בכמות הנוגדנים לאחר החיסון ועליה ברמת תאי NK שנקראים בעברית "תאי ההרג הטבעי". תאים אלו אינם פועלים כנגד מזהם [פתוגן] ספציפי - הם תוקפים ללא אבחנה כל תא שהודבק בנגיף (או לחילופין תא שהפך לתא סרטני).



בתמונה - שורש הג'ינסנג



במחקר אחר שפורסם בשנת 2012 על ידי צוותים מקוריאה וצוותים מבית הספר לרפואה מאוניברסיטת אמורי (Emory) שבארצות הברית, נצפתה יעילות של תמצית ג'ינסנג כנגד וירוס השפעת, הן במבדקים במבחנה והן במבדקים על עכברים.

המחקר הראה כי בעכברים שקיבלו חיסון לשפעת, הטיפול מראש בתמצית ג'ינסנג הראה יתרונות הישרדותיים כשחשפו את העכברים לנגיף השפעת.

כלומר, עכברים שקבלו תמצית ג'ינסנג חיו יותר, וגם סבלו פחות מסימפטומים.

בנוסף, תמצית ג'ינסנג עשויה להיות פעילות מעכבת נגד צמיחת נגיף שפעת במבחנה.

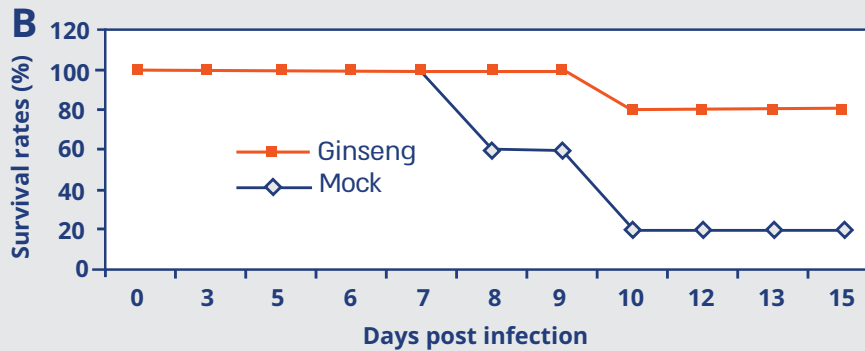


FIG. 1. Ginseng extract treatment improves protection against lethal infection with the 2009 pandemic H1N1 influenza A virus: (A) changes in body weight (%) and (B) survival rates (%). Mock, mice treated with phosphate-buffered saline; Ginseng, mice treated ginseng

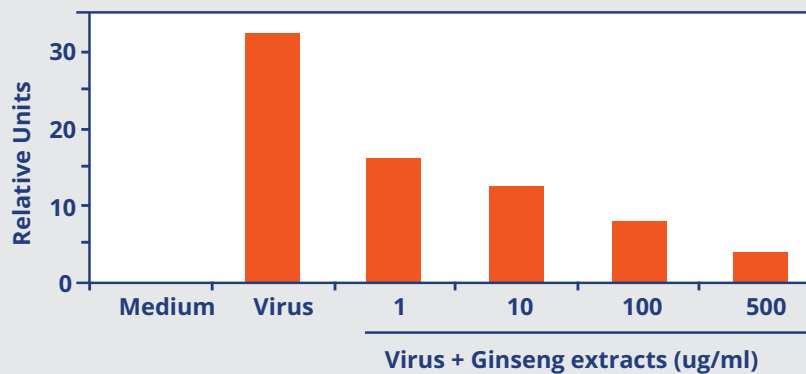


FIG. 8. Ginseng inhibits growth of influenza virus in vitro. Hemagglutination activity was determined in culture supernatants of Madin-Darby canine kidney cells infected with the 2009 pandemic HiN1 virus in medium containing different concentrations of ginseng extract (0, 1, 10, 100, or 500 pg/mL).

התוצאות במחקר זה מצביעות על כך כי תמצית ג'ינסנג כוללת מנגנוני פעולה מרובים נגד מחלות זיהומיות, שעשויות להיות מועילות במיוחד בשימוש על ידי אנשים בריאים לפני החשיפה לזיהומים. אז נכון שמדובר במספר מחקרים בלבד, אבל נראה כי הכיוון חיובי כשאנו מדברים על הסגולות של הג'ינסנג ביחס למערכת החיסון.