



Cichorium intybus

خانواده / Asteraceae: کاسنیان

از نظر دارویی، ریشه رایج‌ترین بخش مورد استفاده است؛ اگرچه برگ و گل نیز کاربرد درمانی دارند. مهمترین ماده موثره شامل سیکورین Cichoriline می‌باشد.

Cichorium intybus یا کاسنی گیاهی از تیره کاسنیان و سازگار با اقلیم معتدل است که از نظر دارویی بیشتر به دلیل ریشه آن شناخته می‌شود. ریشه حاوی اینولین، لاکتون‌های سزکویی‌ترپنی و ترکیبات فنولی است. در طب سنتی برای کمک به گوارش، تحریک اشتها و حمایت از عملکرد کبد و صفرا بکار می‌رود و شواهد جدید نیز نقش آن را بعنوان پری‌بیوتیک تأیید کرده‌اند. مصرف آن ایمن است، اما ممکن است در برخی افراد باعث نفخ، اسهال یا حساسیت شود.

رده‌بندی گیاه کاسنی	شاخه: Magnoliophyta رده: Magnoliopsida راسته: Asterales تیره: Asteraceae (Compositae) جنس: Cichorium گونه: Cichorium intybus L.
خواص کاسنی	کاسنی یکی از گیاهان مهم دارویی با اثرات ضدالتهاب، ملین، صفرآور و محافظ کبد است. گل کاسنی حاوی فلاونوئیدها، کرومون‌ها و اسکولین بوده و در طب سنتی ایران بسیار کاربرد داشته و دارد.
ریخت‌شناسی	گیاهی علفی و پایا با ارتفاع ۳۰-۱۲۰ سانتی‌متر. برگ‌ها: قاعده‌ای دنداندار، ساقه‌ای کوچک‌تر و کرک‌دار. گل‌ها: زبانی، آبی روشن، ۱۲ تا ۲۰ گل در هر کاپیتول. میوه: فندقه استوانه‌ای ۲.۳-۳ میلی‌متر.
ویژگی‌های میکروسکوپی	کرک‌های چندسلولی طویل، تارهای تک‌سلولی نوک‌تیز، سلول‌های اپیدرمی برجسته، رنگدانه‌ها و بقایای بافت گل.
پراکنش جهانی	بومی اروپا؛ انتشار گسترده در آسیا، آمریکای شمالی، شمال آفریقا.
پراکنش در ایران	گیلان، مازندران، خراسان، آذربایجان، تهران، کرج، زنجان، اصفهان، فارس، چهارمحال و بختیاری، بلوچستان و بسیاری دیگر.
زمان جمع‌آوری	شهریورماه (اوج میزان فلاونوئیدها)

مواد مؤثره	فلاونوئیدها (لوتئولین، آپیزنین) کرومون‌ها و گلیکوزیدهای سیکوریئین اسکولین و اسکولتین مواد معدنی: آهن، کلسیم، پتاسیم میزان سیکوریدين: ۰.۸۲ تا ۲.۳%
آثار فارماکولوژیک	اثر ضدالتهاب (اثبات شده در مطالعات حیوانی) ملین و صفراآور کمک به هضم اثرات محافظ کبد در برخی مطالعات
موارد مصرف	طب سنتی: رفع صفرا، حرارت، کمک به هضم، پاکسازی کبد. دارویی: ملین ملایم، صفراآور، ضدالتهاب ملایم.
مقدار مصرف	۲ تا ۳ گرم پودر یا دم‌کرده، ۲-۳ بار در روز.
مثال کنترل کیفی	TLC برای سیکوریئین (Rf=۰.۶۲) سنجش UV در ۳۲۳ نانومتر خاکستر کل $\geq 30\%$ خاکستر نامحلول در اسید $\geq 8.8\%$ رطوبت حدود ۱۸%
شرایط نگهداری	خشک، خنک، دور از نور، ظروف کاملاً دربسته.
نمونه فرآورده دارویی	<u>شیکوریدين و جنرال تونیک</u> (شرکت دینه ایران)

مورفولوژی کاسنی (شیکوری)

نام‌های مرسوم گیاه کاسنی (Common Names)

انگلیسی: Chicory، Common Chicory، Succory، Wild succory

عربی: سیریس (Siris)، شکورایه (Shikorayah)

- کاسنی وحشی
- سوکوری / Succory
- Blue sailors
- Coffeeweed
- رادیکو / Radicchio؛ برای برخی فرم‌های کشت شده برگه‌ای
- کاسنی ویتلوف / اندیو بلژیکی / Witloof chicory / Belgian endive؛ فرم‌های کشت شده کاسنی (گونه خوراکی سالادی)
- ریشه کاسنی / Chicory root

زیستگاه و شرایط رشد (Place and Growing Conditions)

کاسنی بهترین رشد را در شرایط زیر دارد:

- اقلیم‌های معتدل
- آفتاب کامل
- بارندگی متوسط
- به دلیل داشتن ریشه عمیق، پس از استقرار تا حدی خشکی را تحمل می‌کند
- می‌تواند شرایط خنک را تحمل کند، اما شرایط بسیار شدید ممکن است عملکرد گیاه را کاهش دهد.

Cichorium intybus بومی مناطق زیر است:

- اروپا
- غرب آسیا
- شمال آفریقا

اکنون گسترده در مناطق زیر طبیعی‌سازی یا کشت شده است:

- آمریکای شمالی
- آمریکای جنوبی
- استرالیا
- جنوب آسیا
- بخش‌هایی از خاورمیانه

کاسنی معمولاً در مکان‌های زیر نیز می‌روید:

- حاشیه جاده‌ها
- مراتع و چمنزارها
- زمین‌های دست‌خورده
- حاشیه مزارع

کشت کاسنی برای مصرف غذایی و دارویی در بسیاری از نقاط دنیا از جمله خاورمیانه، کشورهای اروپایی، هند و برخی مناطق آمریکای شمالی انجام می‌شود.

ریختشناسی (Botanical Morphology)

Cichorium intybus گیاهی علفی چندساله است؛ هرچند گاهی دوساله هم مدیریت کشت می‌گردد.

- ارتفاع: معمولاً حدود ۳۰ تا ۱۵۰ سانتی‌متر یا بیشتر در حالت پرورشی
- ریشه: بصورت راست، ضخیم و گوشتی (ریشه کاسنی ضخیم، نسبتاً دراز و به شکل مخروطی است. رنگ سطح خارجی ریشه معمولاً قهوه‌ای مایل به زرد و بخش داخلی آن سفیدرنگ است).
- ساقه: ایستاده، سفت، منشعب، اغلب زبر یا دارای کرک‌های پراکنده برگ‌ها:
- برگ‌های قاعده‌ای به‌صورت طوقه‌ای، اغلب لوب‌دار و تا حدی شبیه برگ قاصدک
- برگ‌های بالایی ساقه کوچک‌تر، کمتر لوب‌دار و گاهی ساقه‌آغوش گل‌ها:
- معمولاً آبی روشن، گاهی صورتی‌فام یا سفید
- گل‌آذین‌ها از نوع کپه‌ای و شامل گلچه‌های زبانه‌ای، مطابق ویژگی‌های تیره کاسنیان
- معمولاً در روشنایی روز باز می‌شوند.

- میوه: فندقه کوچک و خشک
 - شیره گیاهی: بافت‌های گیاه هنگام بریدن، مایع شیری‌رنگ خارج می‌نمایند.
- از نظر دارویی، ریشه رایج‌ترین بخش مورد استفاده است؛ اگرچه برگ‌ها و اندام‌های هوایی نیز در طب سنتی کاربرد دارند.

تغییرات فصلی (Seasonal Changes)

کاشت

کاسنی معمولاً از طریق بذر تکثیر می‌شود.

نیازهای کلی کشت:

- خاک دارای زهکشی مناسب، ترجیحاً نرم و نسبتاً حاصلخیز
- بهترین رشد در خاک‌های عمیق به دلیل داشتن ریشه راست
- نیازمند آفتاب کامل
- pH خاک معمولاً کمی اسیدی تا خنثی، هرچند طیف نسبتاً گسترده‌ای را تحمل می‌کند.
- کاشت معمولاً در بهار انجام می‌شود
- نیاز به فاصله مناسب بین بوته‌ها برای رشد ریشه
- آبیاری متوسط؛ باید از ماندابی‌شدن طولانی‌مدت خاک جلوگیری شود.

برداشت

برداشت به بخش مورد استفاده بستگی دارد:

ریشه

- معمولاً در سال اول رشد، اغلب در پاییز، زمانیکه ریشه‌ها بخوبی رشد کرده‌اند، برداشت می‌شود.

- ریشه‌ها از خاک خارج، شسته، خرد و خشک می‌شوند.
- برای تولید کاسنی برشته، ریشه‌ها ممکن است برش داده و پیش از فرآوری بیشتر، برشته شوند.

برگ و گل

- اندام‌های هوایی در دوره رشد فعال برداشت می‌شوند، اغلب پیش از گل‌دهی یا هنگام گل‌دهی، بسته به هدف مصرف

دانه‌ها

- زمانی که رسیده و خشک شدند جمع‌آوری می‌شوند.
- مراحل پس از برداشت:

- گیاه تمیز می‌شود.
- در شرایط کنترل‌شده خشک می‌شود تا ترکیبات فعال حفظ شوند.
- دور از رطوبت و نور نگهداری می‌گردد.

مواد موثره کاسنی

کاسنی دارای «گلوکوزیدهای سزکوئی‌ترپنی» می‌باشند که از ایزومرهای لاکتونی محسوب می‌شوند. از جمله مهم‌ترین آن‌ها در کاسنی، ترکیبی بنام «سیکوری‌ئین Chicoriine» می‌باشد.

ترکیبات ریشه

- اینولین پلی‌ساکارید ذخیره‌ای اصلی؛ فیبر پری‌بیوتیک مهم
- فروکتوالیگوساکاریدها / FOS
- لاکتون‌های سزکوئی‌ترپنی

- لاکتوسین
- لاکتوکوپیکرین
- ۸-دئوکسی‌لاکتوسین و ترکیبات مرتبط
- اسیدهای فنولی

- اسید کاسنی / Chicoric acid
- اسید کلروژنیک
- اسید کافئیک
- کومارین‌ها

- اسکولتین
- سیکورئین
- تری‌ترپن‌ها و استرول‌ها در مقادیر کمتر
- مواد معدنی و ترکیبات تغذیه‌ای عمومی

ترکیبات برگ و گل

- فلاونوئیدها
- اسیدهای فنولی
- لاکتون‌های سزکوئی‌ترپنی
- ویتامین‌ها و مواد معدنی

ترکیبات دانه

در دانه‌ها نیز روغن‌های ثابت و ترکیبات زیست‌فعال جزئی گوناگون گزارش شده‌اند.



از گذشته‌های دور، کلیه قسمت‌های گیاه کاسنی مخصوصاً ریشه و برگ مورد استفاده قرار می‌گرفته است. برگ‌های جوان گیاه بعنوان سبزی خوراکی مصرف شده‌اند. اما عمدتاً ریشه کاسنی از زمان‌های قدیم مورد استفاده بوده بطوریکه در آثار جالینوس، پلینوس و دیوسکوریدس نیز به کاسنی اشاره شده است.

برگ کاسنی دارای ترکیبات سولفات، فسفات سدیم، منیزیوم، پتاسیم، نیترات پتاسیم و گلوکزید شیکورین (chicorine) می‌باشد. گل کاسنی دارای سیکورین است. ریشه کاسنی حاوی گلوکز، ساکارز، رزین، موسیلاژ، تانن، اسانس، پکتین، لیولین، شیکورین است.

زمانی در اروپا، استفاده از ریشه کاسنی بعنوان جانشین قهوه، بویژه در دوران کمبود قهوه، رواج یافت. یعنی ریشه کاسنی پس از برداشت، شسته، خرد و سپس خشک می‌شد. این ریشه خشک‌شده را تفت داده، آسیاب کرده و از آن بعنوان جانشین یا افزودنی قهوه استفاده می‌نمودند (در منابع بنام *Chicorée-café* شناخته شده است). این فرآورده فاقد کافئین بوده و تحت نوشیدنی جایگزین قهوه طرفدار دارد.

گیاه کاسنی عمدتاً در زمین‌های نسبتاً مرطوب، کنار جاده‌ها، زمین‌های بایر و همچنین در اراضی کشاورزی رشد می‌کند. پراکنش آن در مناطق اروپا، نواحی غربی یا مرکزی آسیا و نیز شمال آفریقا گزارش شده و در ایران نیز رویش طبیعی دارد.

گل‌های کاسنی معمولاً منفرد و به رنگ آبی زیبا و گاهی صورتی تا سفید هستند و در کناره‌های ساقه ظاهر می‌شوند. هر گل آذین از تعدادی گلچهٔ زبانه‌ای تشکیل شده است. گل‌ها معمولاً در ساعات اولیه روز باز شده و در حوالی آفتاب شدید ظهر یا در شرایط نامساعد جوی (باران و ...) بسته می‌شوند. در هر گل آذین (کاپیتول) معمولاً حدود ۱۸ تا ۲۰ گلچهٔ زبانه‌ای آبی‌رنگ مشاهده می‌شود.



جدول خواص دارویی گیاه کاسنی

حوزه درمانی	اثرات و کاربردهای گزارش شده	ترکیبات مؤثر اصلی	سطح شواهد	رفرنس
محافظت از کبد	کاهش آنزیم‌های کبدی، محافظت در برابر آسیب‌های سمی، اثر صفراآور	اینولین، لاکتوسین، لاکتوکوپیکرین، اسید شیکوریک، ترکیبات فنولی	حیوانی، درون‌کشتگاهی، انسانی	Phytotherapy Research Food Chem Toxicol؛ ۲۰۱۲؛ ۲۰۰۳
دستگاه گوارش	افزایش اشتها، کمک به هضم، اثر ملین خفیف، بهبود پری‌بیوتیک روده	اینولین، لاکتون‌های تلخ	انسانی، طب سنتی	Am J Clin؛ J Nutr ۱۹۹۵؛ WHO؛ Nutr ۲۰۱۳؛ Monographs
کنترل قند خون	کاهش نسبی قند خون ناشتا، بهبود حساسیت به انسولین	اینولین، اسیدهای فنولی	انسانی، حیوانی	J؛ Nutr Food Sci ۲۰۱۵؛ Tradit Complement Med ۲۰۱۶
کاهش چربی خون	کاهش تری‌گلیسرید، LDL و گاهی افزایش HDL	اینولین، پلی‌فنول‌ها	انسانی، حیوانی	؛ Am J Clin Nutr ۱۹۹۹؛ Phytother Res ۲۰۰۸
ضد التهاب	کاهش واسطه‌های التهابی و بهبود التهاب	اسید شیکوریک، اسید کلروژنیک، لاکتون‌های سزکوئی‌ترین	حیوانی، درون‌کشتگاهی	؛ J Agric Food Chem ۲۰۰۹؛ J Ethnopharmacol ۲۰۰۲
آنتی‌اکسیدان	خنثی‌سازی رادیکال‌های آزاد، افزایش آنزیم‌های آنتی‌اکسیدانی	اسید شیکوریک، کلروژنیک، کافئیک، پلی‌فنول‌ها	درون‌کشتگاهی، حیوانی	؛ Phytochemistry ۲۰۱۳؛ Food Chem Toxicol ۲۰۰۳

حوزه درمانی	اثرات و کاربردهای گزارش شده	ترکیبات مؤثر اصلی	سطح شواهد	رفرنس
ضد میکروب و ضد انگل	فعالیت آنتی‌باکتریال و ضدقارچی، اثر ضدانگلی	لاکتون‌های سزکوئی‌ترین، ترکیبات فنولی	درون‌کشتگاهی، حیوانی	Food ؛Vet Parasitol ۲۰۰۳ Chem ۲۰۰۴
ادرا‌آ‌ور	افزایش دفع ادرار	ترکیبات تلخ، املاح پتاسیم	طب سنتی، حیوانی	EMA ؛WHO Monographs Herbal Monographs
سلامت قلب و عروق	بهبود عملکرد عروقی، اثر خفیف بر فشار خون	اینولین	انسانی، حیوانی	Br J Nutr ۲۰۱۵
کنترل وزن و سیری	افزایش احساس سیری، کاهش وزن و توده چربی با اینولین	اینولین	انسانی	Am J Clin Nutr ۲۰۰۹
محافظت کلیوی	محافظت در برابر آسیب کلیوی ناشی از سموم	پلی‌فنول‌ها، اینولین	حیوانی	Food Chem Toxicol ۲۰۰۳
کاربردهای پوستی	ضدالتهاب، ترمیم زخم در مدل‌های حیوانی و محصولات موضعی	پلی‌فنول‌ها، الیگوساکاریدها	درون‌کشتگاهی، حیوانی	J Ethnopharmacol ۲۰۱۲
ضدسرطان (پیش‌بالینی)	مهار رشد سلول‌های سرطانی، القای آپوپتوز	اسید شیکوریک، مشتقات لاکتوسین	درون‌کشتگاهی، حیوانی	Planta Medica ۲۰۱۵
اثر پری‌بیوتیکی	افزایش باکتری‌های مفید روده، بهبود عملکرد دستگاه گوارش	اینولین	انسانی	J Funct ؛Br J Nutr ۲۰۰۷ Foods ۲۰۱۹

حوزه درمانی	اثرات و کاربردهای گزارش شده	ترکیبات مؤثر اصلی	سطح شواهد	رفرنس
نقرس	کمک به دفع اسید اوریک، مصرف برای نقرس	ترکیبات فنولی، اثر ادرارآور	طب سنتی	WHO Monographs

جدول مقایسه عرق کاسنی و شربت کاسنی

ویژگی	عرق کاسنی	شربت کاسنی
ماهیت فرآورده	مایع حاصل از تقطیر گیاه کاسنی با آب	معمولاً ترکیبی از عصاره یا عرق کاسنی به همراه شکر، شیرین کننده یا مواد طعم دهنده
روش تهیه	تقطیر بخش‌های هوایی یا گاهی ریشه گیاه	تهیه شربت از عرق یا عصاره کاسنی همراه با قند، شکر یا افزودنی‌ها
میزان قند	معمولاً بدون قند یا بسیار کم قند	معمولاً دارای قند بالا، مگر نوع بدون قند
کالری	کم	بیشتر به دلیل وجود شکر
طعم	تلخ یا کمی گس	شیرین تر و قابل مصرف تر

ویژگی	عرق کاسنی	شربت کاسنی
غلظت ترکیبات گیاهی	معمولاً ملایم‌تر	بسته به فرمولاسیون می‌تواند غلیظتر یا شیرین‌شده باشد
مصرف رایج	به‌عنوان نوشیدنی گیاهی یا در طب سنتی	نوشیدنی شیرین، شربت خنک‌کننده یا فرآورده گیاهی آماده
مناسب برای دیابتی‌ها	با احتیاط، ولی معمولاً بهتر از شربت قندی	نوع قندی برای دیابتی‌ها مناسب نیست
احتمال عوارض گوارشی	ممکن است در برخی افراد نفخ یا تحریک معده ایجاد کند	علاوه بر عوارض گیاه، ممکن است به‌علت قند بالا مشکل‌ساز شود
خواص عرق کاسنی	توضیح	
کمک به عملکرد کبد	در طب سنتی برای حمایت از عملکرد کبد و کاهش حرارت بدن استفاده می‌شود.	
اثرات آنتی‌اکسیدانی	کاسنی دارای ترکیبات فنولی و فلاونوئیدی است که می‌توانند در کاهش استرس اکسیداتیو نقش داشته باشند.	
کمک به هضم غذا	باعث تحریک ترشح صفرا و بهبود هضم چربی‌ها شود.	

ویژگی	عرق کاسنی	شربت کاسنی
اثر ملایم ادرارآور	در برخی منابع گیاهی به اثر ادرارآور ملایم آن اشاره شده است.	
کمک به کاهش التهاب	ترکیبات موجود در کاسنی میتوانند اثرات ضدالتهابی داشته باشند.	
کمک به سلامت دستگاه گوارش	ترکیبات تلخ گیاه می‌توانند اشتها و فعالیت گوارشی را تحریک کنند.	
کمک به کنترل قند خون	برخی مطالعات اثرات بالقوه کاسنی بر متابولیسم گلوکز را مطرح کرده‌اند، اما مصرف درمانی بدون نظر پزشک توصیه نمی‌شود.	
خنک‌کننده در طب سنتی	در طب سنتی ایران، عرق کاسنی به‌عنوان نوشیدنی با طبع سرد شناخته می‌شود.	
خواص شربت کاسنی	توضیح	
نوشیدنی خنک‌کننده	به‌ویژه در تابستان به‌عنوان نوشیدنی شیرین و خنک مصرف می‌شود.	
کمک ملایم به هضم	اگر حاوی عصاره یا عرق کاسنی واقعی باشد، اثرات گوارشی ملایم داشته باشد.	
اثرات آنتی‌اکسیدانی	در صورت وجود عصاره کافی از کاسنی، می‌تواند بخشی از ترکیبات آنتی‌اکسیدانی گیاه را داشته باشد.	

خواص شربت کاسنی	توضیح
کمک به عملکرد کبد در طب سنتی	مانند عرق کاسنی، در باورهای طب سنتی برای حمایت از کبد استفاده می‌شود، اما اثر آن به غلظت عصاره بستگی دارد.
طعم‌پذیری بهتر	به دلیل شیرین بودن، مصرف آن برای افرادی که طعم تلخ عرق کاسنی را نمی‌پسندند آسان‌تر است.
تأمین انرژی سریع	به دلیل وجود قند، انرژی‌زا است؛ البته این ویژگی برای افراد دیابتی یا دارای اضافه‌وزن می‌تواند نامطلوب باشد.
اثر آرام‌بخش گوارشی	معمولا باعث احساس سبکی در معده و رفع درد گوارشی خفیف می‌شود.



مواد موثره کاسنی

کاسنی دارای «گلوکوزیدهای سزکوئی‌ترپنی» می‌باشند که از ایزومرهای لاکتونی محسوب می‌شوند. از جمله مهم‌ترین آن‌ها در کاسنی، ترکیبی بنام «سیکورین Chicoriine» می‌باشد.

ترکیبات ریشه

- اینولین پلی‌ساکارید ذخیره‌ای اصلی؛ فیبر پری‌بیوتیک مهم
- فروکتوالیگوساکاریدها / FOS
- لاکتون‌های سزکوئی‌ترپنی

- لاکتوسین
- لاکتوکوپیکرین
- ۸-دئوکسی‌لاکتوسین و ترکیبات مرتبط
- اسیدهای فنولی

- اسید کاسنی / Chicoric acid
- اسید کلروژنیک
- اسید کافئیک
- کومارین‌ها

- اسکولتین
- سیکورین
- تری‌ترپن‌ها و استرول‌ها در مقادیر کمتر

- مواد معدنی و ترکیبات تغذیه‌ای عمومی

ترکیبات برگ و گل

- فلاونوئیدها
- اسیدهای فنولی
- لاکتون‌های سزکویی‌ترپنی
- ویتامین‌ها و مواد معدنی

ترکیبات دانه

در دانه‌ها نیز روغن‌های ثابت و ترکیبات زیست‌فعال جزئی گوناگون گزارش شده‌اند.

روش استخراج ترکیبات فعال کاسنی

روش استخراج مواد موثره کاسنی به ترکیبات بستگی دارد:

۱. استخراج آبی

- برای جوشانده‌ها، دم‌کرده‌ها و برخی عصاره‌های صنعتی استفاده می‌شود.
- برای ترکیبات محلول در آب مانند برخی پلی‌ساکاریدها و فنول‌ها مناسب است.

۲. استخراج هیدروالکلی

- مخلوط‌های اتانول - آب رایج هستند
- برای استخراج فنول‌ها، لاکتون‌های سزکویی‌ترپنی و بخش‌های فیتوشیمیایی مخلوط مناسب است.

۳. استخراج با آب داغ

- بویژه برای اینولین و فراکسیون‌های پری‌بیوتیک از ریشه اهمیت دارد.

۴. استخراج با حلال

- متانول، اتانول، استون و سایر حلال‌های تحلیلی در محیط‌های پژوهشی استفاده می‌شوند.
- عمدتاً برای تحلیل فیتوشیمیایی کاربرد دارند و همیشه برای فرآورده‌های مصرفی مناسب نیستند.

۵. برشته‌کردن + استخراج آبی

- برای نوشیدنی‌های ریشه کاسنی، ریشه برشته‌شده مانند قهوه با آب داغ استخراج می‌شود.

۶. روش‌های نوین در پژوهش و صنعت

- استخراج به کمک امواج فراصوت
- استخراج به کمک مایکروویو
- استخراج با سیال فوق بحرانی

روش‌های مدرن برای فرآورده‌های سنتی یا استاندارد کمتر رایج‌اند و بیشتر برای فراکسیون‌های تخصصی بکار می‌روند.

فرمت‌های دارویی کاسنی

کاسنی به شکل‌های مصرفی زیر فروخته شود:

- عرق کاسنی
- ریشه خشک‌شده

- ریشه خردشده برای جوشانده
- پودر ریشه
- کپسول / قرص
- عصاره‌های مایع
- تنتور استنشاقی کاسنی
- شربت کاسنی
- گرانول یا پودر ریشه برشته کاسنی برای تهیه نوشیدنی
- فرآورده‌های استانداردشده اینولین
- مخلوط‌های دمنوش گیاهی
- فرمولاسیون‌های ترکیبی مثلاً در نظام‌های پزشکی منطقه‌ای

طریقه مصرف کاسنی

بزرگسالان

اشکال رایج مصرف عمدتاً شامل عرق کاسنی، شربت کاسنی و سایر موارد زیر هستند:

- دمنوش / جوشانده ریشه خشک
 - عصاره مایع / تنتور
 - کپسول‌ها / پودرها
 - فرآورده‌های پری‌بیوتیک اینولین
- برای بزرگسالان، مصرف باید بر اساس موارد زیر باشد:

- دستور مصرف روی برچسب محصول
- یا توصیه متخصص / منبع معتبر گیاه‌درمانی در صورت استفاده از عصاره مشخص

سالمندان

- معمولاً مشابه بزرگسالان است، اما بهتر است با مقادیر کمتر شروع شود، مخصوصاً در فرآورده‌های غنی از اینولین، زیرا احتمال نفخ، گاز و ناراحتی گوارشی بیشتر خواهد بود.

کودکان

- مصرف دارویی: برای فرآورده‌های کاسنی، دوز اختصاصی کودکان فقط باید بر اساس توصیه پزشک اطفال یا مشاور تغذیه می‌باشد.
- فرآورده‌های دارویی کاسنی نباید برای اطفال کم سن استفاده شوند.



پودر جنرال تونیک
افزایش وزن

پودر جنرال تونیک

حاوی ریشه کاسنی بعنوان مکمل غذایی تقویت بدن
کودکان و بزرگسالان



قرص شیکوریدین
افزایش وزن و اشتها

قرص شیکوریدین

حاوی ریشه و عصاره کاسنی بمنظور تقویت بدن و
رفع بی‌نظمی‌های گوارشی بزرگسالان و دیابتی‌ها

رفرنس‌ها درباره کاسنی

۱. **مونوگراف‌های EMA/HMPC درباره مواد و فرآورده‌های گیاهی مرتبط با ریشه یا اندام‌های کاسنی، در صورت موجود بودن**
 - مونوگراف‌ها و گزارش‌های ارزیابی گیاهان دارویی آژانس دارویی اروپا
۲. **مونوگراف‌های ESCOP: The Scientific Foundation for Herbal Medicinal Products**
 - شامل خلاصه‌های مبتنی بر شواهد درباره گیاهان دارویی در اروپا
۳. **Kew Science – Plants of the World Online**
 - برای رده‌بندی گیاه‌شناسی و پراکنش
 - <https://powo.science.kew.org>
۴. **USDA GRIN / پایگاه‌های رده‌بندی گیاهی**
 - برای هویت گیاه‌شناسی و مترادف‌ها
۵. **مقالات مروری داوری‌شده درباره فیتوشیمی و فارماکولوژی کاسنی**

نمونه مجلات:

- *Journal of Ethnopharmacology*
 - *Food Chemistry*
 - *Phytotherapy Research*
 - *Molecules*
 - *Nutrients*
۶. **European Scientific Cooperative on Phytotherapy (ESCOP) و کتاب‌های فارماکوگنوزی:**
 - Wichtl's Herbal Drugs and Phytopharmaceuticals
 - Trease and Evans Pharmacognosy
 ۷. **منابع گیاه‌شناسی و کشاورزی**
 - منابع کشاورزی مانند FAO/EcoCrop
 - انتشارات ترویجی باغبانی و کشاورزی
 - کتاب گیاهان دارویی دکتر زرگری انتشارات دانشگاه تهران
 - [مقاله کاسنی مجتمع صنایع دینه ایران](#)