

Kurkuma (*Curcuma spp.*)

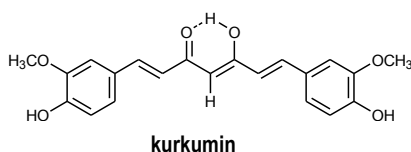
Történet, botanikai jellemzés

A kurkumát a gyógy- és fűszernövényként egyaránt felhasználják. A *Curcuma longa* (indiai kurkuma, szin.: *C. domestica*) főleg fűszernövényként ismert (a curry fűszerkeverék fő alkotórésze), a *C. xanthorrhiza* (jávai kurkuma) inkább gyógynövényként használatos, de a két faj drogjának összetétele meglehetősen hasonló. Több kurkumafajt alkalmaznak festőnövényként. A kínai és indiai tradicionális gyógyászatban (más javallatok mellett) a kurkumát diszpepsiás panaszok kezelésére alkalmazták, ez megfelel a növény modern indikációinak. Európában ételek színezésére gyakran kurkumát használnak sáfrány helyett, mivel az utóbbi fűszer rendkívül drága.

A nemzetség fajai Ázsiában honosak, de a trópusokon többfelé termesztik. A kurkumafajok évelő, kb. 1 m magasra növő növények. A magyar gyógyszerkönyvben a jávai kurkuma gyöktörzse hivatalos (*Curcumae xanthorrhizae rhizoma*). A száraz, porított gyöktörzs téglavörös színű, aromás-kesernyész ízű.

Kémiai összetétel, hatásmechanizmus

A jávai kurkuma jellegzetes anyagai a drog sárgás színét adó – az articsóka egyik hatóanyagához, a cinarinhoz szerkezetileg hasonló – kurkuminoidok (5%, legnagyobb mennyiségben a kurkumin), a drog aromájához illóolaj-tartalma is hozzájárul. Az illóolaj összetételének eltérései eredményezik az egyes fajok drogjainak eltérő aromáját. A kurkuma jellegzetes *amarum aromaticum*.



A jávai kurkuma koleretikus hatását az illóolajnak a kolekinetikus aktivitást viszont a kurkuminnak tulajdonítják. A hatás kb. 1 óra alatt éri el maximumát. Az emésztési panaszokat enyhítő hatásához az is hozzájárul, hogy a drog kivonata spazmolitikus aktivitású.

A kurkuma kivonata és a kurkumin állatkísérletben csökkentette a vér összkoleszterin-, triglicerid-, VLDL- és LDL-koncentrációját, a HDL szintje viszont emelkedett. A hatás részben a

fokozott epetermelődés, részben pedig az LDL-receptorok fokozott expressziójának következménye.

A kurkumin *in vitro* jelentős gyulladásgátló hatással rendelkezik, amely jórészt a kortizon-metabolizmus, valamint a ciklooxygenáz és lipoxigenáz enzimek gátlásával alakul ki. A kurkuminoidok parenterálisan bejuttatva eredményesen csökkentették a reumatoid artritisz tüneteit állatkísérletek során. A vegyületek rossz *per os* biológiai hasznosulása miatt azonban a szisztémás gyulladásgátló hatás kialakulása kétséges. A növény alkoholos kivonatának dokumentált antiulcerogén hatása a lokális gyulladáscsökkentéssel, valamint azzal magyarázható, hogy a kivonat jelentősen gátolja a gyomorsav- és pepszinszekréciót.

A kurkuminoidok erős antioxidáns, valamint szabadgyökfogó hatásúak. *In vitro* vizsgálatokban hatásosabb antioxidánsnak bizonyultak, mint az E-vitamin.

A kurkuma kivonata és különösen a kurkumin *in vitro* ígéretes daganatgátló szer. A tumorelles hatás hátterében több mechanizmust (multidrogrezisztencia-csökkentés, angiogenezis-gátlás stb.) azonosítottak, de a vizsgálatok még nem jutottak el a humán fázisig.

Humán vizsgálatok

A kurkumával kapcsolatos klinikai adatok zöme az indiai kurkumával végzett vizsgálatokból származik. A kurkuma epehajtó (epekiáramlást fokozó) és emésztésjavító (diszpesziás panaszokat csökkentő) hatásait humán vizsgálatok igazolják, de átfogó klinikai tanulmányok mindeddig még nem születtek. A kurkuma koleszterinszint-csökkentő hatását több klinikai vizsgálat, valamint ezek metaanalízise is megerősíti.

A több évszázados keleti népi tapasztalat és az előzetes tudományos vizsgálatok a drog gyulladáscsökkentő hatását alátámasztják, és ezzel kapcsolatban klinikai bizonyítékok is rendelkezésre állnak. A kurkuminoidok gyulladáscsökkentő hatását több humán vizsgálat pozitív eredményei támasztják alá, amelyekben napi kb. 1000 mg kurkumint tartalmazó kurkuma adagolásával enyhíteni lehetett ízületi fájdalmakat. A kurkumin, feltehetőleg gyulladáscsökkentő hatásából adódóan több klinikai vizsgálat eredményei szerint mérsékelte a colitis ulcerosa tüneteit.

Indikációk, adagolás

A kurkumát gyógy- és fűszernövényként egyaránt felhasználják. A *Curcuma longa* (indiai kurkuma) főleg fűszernövényként ismert, a *C. xanthorrhiza* (jávai kurkuma) inkább gyógynövényként használatos, de a két faj összetétele meglehetősen hasonló. Több kurkumafajt alkalmaznak festőnövényként is.

Szegedi Tudományegyetem

Cím: 6720 Szeged, Dugonics tér 13.

www.u-szeged.hu

www.szechenyi2020.hu

A kurkumát az ajúrvédikus és a kínai gyógyászatban évszázadok óta számos betegség (pl. gyulladáscsökkentőként, emésztésjavítóként, máj- és bőrbetegségek gyógyítására, a szervezet általános erőnléti állapotának javítására) gyógyítására alkalmazzák.

Az indiai és a jávai kurkumát a modern gyógyászatban emésztési panaszok (teltségérzet, puffadás) kezelésre alkalmazzák. Napi adagja 1–3 g drogpor. Teaként, alkoholos kivonatként is felhasználják. Étrend-kiegészítőként gyakran ízületi panaszok enyhítésére javasolják.

Nemkívánatos hatások, ellenjavallatok, interakciók, toxicitás

Bár a szakirodalom nem számol be specifikus mellékhatásról, a hosszú távú fogyasztás gyomorpanaszokat okozhat. Epevezeték-elzáródás teljes, epekő relatív ellenjavallatát jelenti a drog fogyasztásának. A kurkuma terhesség esetén kontraindikált, mert nagyobb dózisban hánytató, méhizom-összehúzó hatása lehet. Ha a kurkuma bármely okból kontraindikált, nem szabad megfeledkezni arról, hogy a curry kb. 30% kurkumát tartalmaz.

Szegei Tudományegyetem

Cím: 6720 Szeged, Dugonics tér 13.

www.u-szeged.hu

www.szechenyi2020.hu

SZÉCHENYI 2020



Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE