

Bacopa Monnieri

Schwabe Bacopa monnieri is indicated as brain tonic, a clinically well established nervine tonic and is used to sharpen dull memory. Its ingredients resemble strychnine, reserpine, chlorpromazine and has free sterols, saponins linked to neuro pharmacological effects. Also indicated for depression in students

شوایے بکوپاموننیری دماغی ٹانک کے طور پر اشارہ کیا جاتا ہے، ایک طبی طور پر اچھی طرح سے قائم کردہ اعصابی ٹانک اور مدہم یادداشت کو تیز کرنے کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔ اس کے اجزاء سٹریچائین، ریسرپائن، کلورپرومازین سے مشابہت رکھتے ہیں اور اس میں فری سٹیرولز، سپونوزائیدز جو نیورو فارماسولوجیکل اثرات سے منسلک ہیں۔ طلباء میں ڈپریشن کے لیے بھی اشارہ کیا گیا۔

Dull Memory: It is also called Brain fog, a phrase used to describe feelings of fuzzy thinking, mental confusion, and lack of focus. Sometimes brain fog is caused by lifestyle factors like diet, stress, or lack of sleep and exercise. Other times, it's caused by an underlying health condition or is a side effect of a medication. Besides the usual sneezing, coughing, and watery eyes, seasonal allergies can leave you with serious brain fog, inability to concentrate and focus, fatigue, irritability, and depression. In fact, allergies can derail your attempts to improve cognitive and mental health. You can improve brain power by reducing multi-tasking, practicing meditation, through cognitive training exercises, flexing your mental muscles through activities, exercise, healthy diet etc

کمزور یادداشت: اسے برین فوگ بھی کہا جاتا ہے، یہ ایک جملہ ہے جو مبہم سوچ، ذہنی الجھن اور توجہ کی کمی کے احساسات کو بیان کرنے کے لیے استعمال ہوتا ہے۔ بعض اوقات دماغی دھندلے زندگی کے عوامل جیسے خوراک، تناؤ، یا نیند اور ورزش کی کمی کی وجہ سے ہوتی ہے۔ دوسری بار، یہ صحت کی بنیادی حالت کی وجہ سے ہوتا ہے یا کسی دوا کا ضمنی اثر ہوتا ہے۔ معمول کی چھینک، کھانسی اور پانی بھری آنکھوں کے علاوہ، موسمی الرجی آپ کو دماغی دھند، توجہ مرکوز کرنے اور توجہ مرکوز کرنے میں ناکامی، تھکاوٹ، چڑچڑاہٹ اور افسردگی کے ساتھ چھوڑ سکتی ہے۔ درحقیقت، الرجی آپ کی علمی اور دماغی صحت کو بہتر بنانے کی کوششوں کو پھٹی سے اتار سکتی ہے آپ ملٹی ٹاسکنگ کو کم کر کے، مراقبہ کی مشق، علمی تربیتی مشقوں کے ذریعے، سرگرمیوں، ورزش، صحت مند غذا وغیرہ کے ذریعے اپنے دماغی عضلات کو لچکدار بنا کر دماغی طاقت کو بہتر بنا سکتے ہیں۔

About: Bacopa monnieri is clinically well established in Indian medicine as nervine tonic and it is used to sharpen dull memory. It gives relief from anxiety neurosis. It is used in homoeopathy empirically. It has gained an official status in the pharmacopoeia because of its popularity. Homoeopathic literature as available in B. Jain's publications of Dr. William Boericke's Materia Medica, has a brief mention as follows: "Impaired memory and whooping cough, used as tonic for absent-mindedness, and for short and weak memory". Its ingredients resemble strychnine, reserpine, chlorpromazine. It has free sterols, saponins linked to neuro pharmacological effects. Alcoholic extract (eqv. to 1x) has effect on cerebral amino acid levels with simultaneous improvement in learning.

کے بارے میں: بکوپاموننیری طبی لحاظ سے ہندوستانی طب میں اعصابی ٹانک کے طور پر اچھی طرح سے قائم ہے اور اسے مدہم یادداشت کو تیز کرنے کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ اضطراب نیوروسیس سے نجات دیتا ہے۔ یہ ہومیوپیتھی میں تجرباتی طور پر استعمال ہوتا ہے۔ اس نے اپنی مقبولیت کی وجہ سے فارماکوپیا میں ایک سرکاری حیثیت حاصل کر لی ہے۔ ہومیوپیتھک لٹریچر جیسا کہ بی جین کی ڈاکٹر ولیم بویریک کی میٹیریا میڈیکا کی اشاعتوں میں دستیاب ہے، اس کا مختصر ذکر اس طرح ہے: "خراب یادداشت اور کالی کھانسی، غیر حاضر دماغی، اور مختصر اور کمزور یادداشت کے لیے ٹانک کے طور پر استعمال ہوتی ہے۔" اس کے اجزاء سٹریچائین، ریسرپائن، کلورپرومازین سے مشابہت رکھتے ہیں۔ اس میں مفت سٹروئلز، سپونوزائیدز جو نیورو فارماسولوجیکل اثرات سے منسلک ہیں۔ الکحل کا عرق (eqv. to 1x) دماغی امینو ایسڈ کی سطح پر اثر انداز ہوتا ہے جس کے ساتھ ساتھ سیکھنے میں بھی بہتری آتی ہے۔

Recent research has attracted much attention to the drug relation to human memory's dose-dependant free radical scavenging and protective effect on DNA cleavage linked to anti-stress,

immuno modulatory, cognition-facilitating, anti-inflammatory and anti aging effects. The drug has adaptogenic effect.

حالیہ تحقیق نے انسانی یادداشت کی خوراک پر منحصر فری ریڈیکل سکیوینٹنگ اور انسداد تناؤ، امیونوماڈولیٹری، ادراک کی سہولت فراہم کرنے والے، اینٹی سوزش اور عمر بڑھنے کے اثرات سے منسلک ڈی این اے کلیوٹیج پر حفاظتی اثر سے نشیات کے تعلق کی طرف بہت زیادہ توجہ مبذول کرائی ہے۔ نشیات کا اڈاپٹوجینک اثر ہے۔

Other benefits of Bacopa Monnieri (Brahmi): It is covered by various homeopathic pharmacopoeias. It is known to have a positive effect on central nervous system. Used as nerve tonic to lower tension due to mental over-work. It helps improve learning potential & memory. It has antioxidant properties and reduces oxidation of fats in the bloodstream. Lowers anxiety and induces good sleep. Also used as tranquilizer and muscle relaxant

بکوپا موننیری (براہمی) کے دیگر فوائد: اس کا احاطہ مختلف ہومیوپیتھک فارماکوپیا سے کیا جاتا ہے۔ یہ مرکزی اعصابی نظام پر مثبت اثر کے لیے جانا جاتا ہے۔ دماغی زیادہ کام کی وجہ سے تناؤ کو کم کرنے کے لیے اعصابی ٹانک کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ سیکھنے کی صلاحیت اور یادداشت کو بہتر بنانے میں مدد کرتا ہے۔ اس میں اینٹی آکسائیڈنٹ خصوصیات ہیں اور خون کے دھارے میں چربی کے آکسائیڈن کو کم کرتی ہے۔ اضطراب کو کم کرتا ہے اور اچھی نیند لاتا ہے۔ یہ بھی آرام دہ اور پرسکون اور پٹھوں کو آرام کرنے والے کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے

How does Bacopa Monnieri treat Nervine weakness? Nerve Weakness also known as nerve palsy is a collective term for a range of nervous disorders that causes weakness or immobility of nerves resulting in symptoms like Sudden weakness, numbness, tingling, or loss of movement in your face. Bacopa contains bacosides, which enhances the efficiency of nerve impulse transmission, its main mechanism concerns promoting neuron communication. It does this by enhancing the rate at which the nervous system can communicate by increasing the growth of nerve endings, also called dendrites

بکوپا موننیری اعصابی کمزوری کا علاج کیسے کرتا ہے؟ اعصابی کمزوری جسے اعصابی فوج کے نام سے بھی جانا جاتا ہے اعصابی عوارض کی ایک اجتماعی اصطلاح ہے جو اعصاب کی کمزوری یا عدم حرکت کا باعث بنتی ہے جس کے نتیجے میں آپ کے چہرے میں اچانک کمزوری، جے جسی، جھنجھناہٹ یا حرکت میں کمی جیسی علامات پیدا ہوتی ہیں۔ بیکوپا میں بیکوسائیڈز ہوتے ہیں، جو اعصابی تحریک کی ترسیل کی کارکردگی کو بڑھاتے ہیں، اس کا بنیادی طریقہ کار نیورون مواصلات کو فروغ دینے سے متعلق ہے۔ یہ اس شرح کو بڑھا کر کرتا ہے جس پر اعصابی نظام عصمی سروں کی نشوونما کو بڑھا کر بات چیت کر سکتا ہے، جسے ڈینڈرائٹس بھی کہا جاتا ہے۔

Where to use Schwabe's Bacopa monnieri 1X tablets? Schwabe's 250 mg tablets of Bacopa monnieri 1X is for the physicians who intend to empirically use it for the reported clinical effect. It can be used alone or as supplement to other medicines.

شوابے بکوپا موننیری 1X گولیاں کہاں استعمال کریں؟ بکوپا موننیری 1X کی شوابے 250 mg کی گولیاں ان ڈاکٹروں کے لیے ہیں جو رپورٹ شدہ طبی اثر کے لیے اسے تجرباتی طور پر استعمال کرنے کا ارادہ رکھتے ہیں۔ اسے اکیلے استعمال کیا جاسکتا ہے یا دوسری دوائیوں کے لیے بطور ضمیمہ۔

Ingredients: Each Schwabe Bacopa Monnieri 1X tablets contains 250 mg of Bacopa Monnieri 1X

اجزاء: ہر شوابے بکوپا موننیری 1X گولیوں میں 250 ملی گرام بیکوپا موننیری 1X ہوتا ہے۔

Dosage: Unless otherwise prescribed by the physician, 1-2 tablets thrice daily. Children should be given one tablet thrice daily and when symptoms improve 1 tablet a day. If complaints are not relieved, consult a specialist.

خوراک: جب تک کہ ڈاکٹر کے ذریعہ تجویز نہ ہو، 1-2 گولیاں دن میں تین بار۔ بچوں کو روزانہ تین بار ایک گولی دی جانی چاہئے اور جب علامات بہتر ہوں تو دن میں 1 گولی دی جائے۔ اگر شکایات دور نہ ہوں تو ماہر سے رجوع کریں۔

Side effects: No side effects of Bacopa monnieri 1X are known.

ضمنی اثرات: بیکوپا مونیری 1X کے کوئی مضر اثرات معلوم نہیں ہیں۔

Contra-indications: No contra-indications for the use of Bacopa monnieri 1X are known.

متضاد اشارے: بیکوپا مونیری 1X کے استعمال کے لیے کوئی متضاد اشارے معلوم نہیں ہیں۔

Interactions: No interactions between Bacopa monnieri 1X and other products are known.

تفاعلات: بیکوپا مونیری 1X اور دیگر مصنوعات کے درمیان کوئی تعامل معلوم نہیں ہے۔

Bacopa - Uses, Side Effects, and More

Overview

Bacopa is a plant that has been used in traditional Indian Ayurvedic medicine. Do not confuse bacopa with gotu kola - both plants are sometimes called Brahmi.

جائزہ

بیکوپا ایک پودا ہے جو روایتی ہندوستانی آیورویدک ادویات میں استعمال ہوتا رہا ہے۔ بیکوپا کو گٹو کولا کے ساتھ نہ الجھائیں - دونوں پودوں کو کبھی کبھی براہمی کہا جاتا ہے۔

Bacopa is commonly used for Alzheimer disease, memory and thinking skills (cognitive function), anxiety, and attention deficit-hyperactivity disorder (ADHD), but there is limited scientific research to support these uses.

بیکوپا عام طور پر الزائمر کی بیماری، یادداشت اور سوچنے کی مہارتوں (علمی فعل)، اضطراب، اور توجہ کی کمی۔ ہائپر ایکٹیویٹی ڈس آرڈر (ADHD) کے لیے استعمال ہوتا ہے، لیکن ان استعمال کی حمایت کے لیے محدود سائنسی تحقیق موجود ہے۔

How does it work ?

Bacopa might increase certain brain chemicals that are involved in thinking, learning, and memory. Some research suggests that it might also protect brain cells from chemicals involved in Alzheimer disease.

یہ کیسے کام کرتا ہے ؟

بیکوپا دماغ کے بعض کیمیکلز کو بڑھا سکتا ہے جو سوچنے، سیکھنے اور یادداشت میں شامل ہیں۔ کچھ تحقیق سے پتہ چلتا ہے کہ یہ دماغی خلیوں کو الزائمر کی بیماری میں شامل کیمیکلز سے بھی بچا سکتا ہے۔

Uses and Effectiveness?

استعمال اور تاثیر؟

Possibly Ineffective for

ممکنہ طور پر غیر موثر

A long-term disorder of the large intestines that causes stomach pain (irritable bowel syndrome or IBS). Bacopa does not seem to help keep IBS symptoms from returning after they have gone away for a while.

بڑی آنتوں کا ایک طویل مدتی عارضہ جو پیٹ میں درد کا سبب بنتا ہے چڑچڑاہٹ آنتوں کا سنڈروم یا (IBS) - ایسا نہیں لگتا کہ بیکوپا آئی بی ایس کی علامات کو تھوڑی دیر کے لیے دور ہونے کے بعد واپس آنے سے روکتا ہے۔

Insufficient Evidence for

ناکافی ثبوت

Attention deficit-hyperactivity disorder (ADHD). It is unclear if bacopa is beneficial for reducing symptoms of ADHD.

توجہ کا خسارہ ہائپر ایکٹیویٹی ڈس آرڈر (ADHD) - یہ واضح نہیں ہے کہ آیا بیکوپا ADHD کی علامات کو کم کرنے کے لیے فائدہ مند ہے۔

Memory and thinking skills (cognitive function). Some research shows that bacopa improves some memory and thinking skills, but not all research agrees.

یادداشت اور سوچنے کی مہارتیں (علمی فعل)۔ کچھ تحقیق سے پتہ چلتا ہے کہ بیکوپا کچھ یادداشت اور سوچنے کی مہارت کو بہتر بناتا ہے، لیکن تمام تحقیق اس سے متفق نہیں ہے۔

Depression. Early research shows that taking bacopa along with citalopram, an antidepressant, helps to reduce symptoms in people who have depression and don't get full relief from citalopram.

ذہنی دباؤ۔ ابتدائی تحقیق سے پتہ چلتا ہے کہ بیکوپا کو citalopram کے ساتھ لینے سے، جو ایک اینٹی ڈپریسٹ ہے، ان لوگوں میں علامات کو کم کرنے میں مدد کرتا ہے جو ڈپریشن کا شکار ہیں اور انہیں citalopram سے مکمل آرام نہیں ملتا۔

Alzheimer disease.

الزائمر کی بیماری۔

Back pain.

کمر درد

Heart failure and fluid buildup in the body (congestive heart failure or CHF).

دل کی ناکامی اور جسم میں سیال جمع ہونا (ہلاک دل کی ناکامی یا CHF)۔

High blood pressure.

بلند فشار خون (ہائی بلڈ پریشر)۔

Insomnia.

بے خوابی (نیند کا نا آنا)۔

Rheumatoid arthritis (RA).

گٹھیا، جوڑوں کا درد

Sexual problems that prevent satisfaction during sexual activity.

جنسی مسائل جو جنسی سرگرمی (مباشرت) کے دوران تسکین کو روکتے ہیں۔

Other conditions.

دیگر حالات (مسائل)۔

More evidence is needed to rate bacopa for these uses.

بیکوپا کے استعمال کے لئے مزید شواہد اور درجہ بندی کی ضرورت ہے۔

Side Effects

مضر اثرات

When taken by mouth: Bacopa extract is POSSIBLY SAFE for adults when used for up to 12 weeks. Common side effects include increased bowel movements, stomach cramps, nausea, dry mouth, and fatigue.

جب منہ سے لیا جائے: بیکوپا کا عرق بالغوں کے لیے ممکنہ طور پر محفوظ ہے جب اسے 12 ہفتوں تک استعمال کیا جائے۔ عام ضمنی اثرات میں آنتوں کی حرکت میں اضافہ، پیٹ میں درد، متلی، خشک منہ اور تھکاوٹ شامل ہیں۔

Special Precautions and Warnings

خصوصی احتیاطی تدابیر اور انتباہ

Pregnancy and breast-feeding: There isn't enough reliable information to know if bacopa is safe to use when pregnant or breast-feeding. Stay on the safe side and avoid use.

حمل اور دودھ پلانا: یہ جاننے کے لیے کافی قابل اعتماد معلومات نہیں ہیں کہ آیا بیکوپا حاملہ یا دودھ پلانے کے دوران استعمال کرنا محفوظ ہے۔ محفوظ طرف رہیں اور استعمال سے گریز کریں۔

Children: Bacopa is POSSIBLY SAFE when taken by mouth by children 6-12 years old for up to 6 months.

بچے: بیکوپا ممکنہ طور پر محفوظ ہے جب 6-12 سال کی عمر کے بچے 6 ماہ تک منہ سے لیتے ہیں۔

Slow heart rate (bradycardia): Bacopa might slow down the heart rate. This could be a problem in people who already have a slow heart rate.

سست دل کی دھڑکن (بریڈی کارڈیا): بیکوپا دل کی دھڑکن کو سست کر سکتا ہے۔ یہ ان لوگوں میں ایک مسئلہ ہو سکتا ہے جن کے دل کی دھڑکن پہلے ہی سست ہے۔

Gastrointestinal tract blockage: Bacopa might cause "congestion" in the intestines. This might cause problems in people who have a blockage in their intestines.

معدے کی نالی میں رکاوٹ: بیکوپا آنتوں میں "بھیڑ" کا سبب بن سکتا ہے۔ یہ ان لوگوں میں مسائل کا باعث بن سکتا ہے جن کی آنتوں میں رکاوٹ ہے۔

Ulcers: Bacopa might increase secretions in the stomach and intestines. There is concern that this could worsen ulcers.

السر: بیکوپا پیٹ اور آنتوں میں رطوبت کو بڑھا سکتا ہے۔ خدشہ ہے کہ اس سے السر خراب ہو سکتے ہیں۔

Lung conditions: Bacopa might increase fluid secretions in the lung. There is concern that this could worsen lung conditions such as asthma or a lung disease that makes it harder to breathe (chronic obstructive pulmonary disease or COPD).

پھیپھڑوں کے حالات: بیکوپا پھیپھڑوں میں سیال رطوبت کو بڑھا سکتا ہے۔ اس بات کا خدشہ ہے کہ اس سے پھیپھڑوں کے حالات خراب ہو سکتے ہیں جیسے دمہ یا پھیپھڑوں کی بیماری جس سے سانس لینا مشکل ہو جاتا ہے (دائمی رکاوٹ پلمونری بیماری یا COPD)۔

Thyroid disorders: Bacopa might increase levels of thyroid hormone. Bacopa should be used cautiously or avoided if you have a thyroid condition or take thyroid hormone medications.

تھائیرائیڈ کی خرابی: بیکوپا تھائیرائیڈ ہارمون کی سطح کو بڑھا سکتا ہے۔ بیکوپا کو احتیاط سے استعمال کیا جانا چاہئے یا اگر آپ کو تھائیرائیڈ کی بیماری ہے یا تھائیرائیڈ ہارمون کی دوائیں لیتے ہیں تو اس سے پرہیز کریں۔

Urinary tract obstruction: Bacopa might increase secretions in the urinary tract. There is concern that this could worsen urinary obstruction.

پیشاب کی نالی میں رکاوٹ: بیکوپا پیشاب کی نالی میں رطوبتوں کو بڑھا سکتا ہے۔ اس بات کا خدشہ ہے کہ اس سے پیشاب کی رکاوٹ بڑھ سکتی ہے۔

Interactions?

تعاملات؟

Moderate Interaction

معتدل تعامل

Be cautious with this combination

اس امتزاج سے محتاط رہیں

Drying medications (Anticholinergic drugs) interacts with BACOPA.

خشک کرنے والی دوائیں (Anticholinergic drugs) کا بیکوپا کے ساتھ تعامل کرتی ہیں۔

Bacopa might increase levels of certain chemicals in the body that work in the brain, heart, and elsewhere. Some drying medications called "anticholinergic drugs" can also affect these same chemicals, but in a different way. These drying medications might decrease the effects of bacopa, and bacopa might decrease the effects of drying medications.

بیکوپا جسم میں بعض کیمیکلز کی سطح کو بڑھا سکتا ہے جو دماغ، دل اور دیگر جگہوں پر کام کرتے ہیں۔ کچھ خشک کرنے والی دوائیں جنہیں "anticholinergic drugs" کہا جاتا ہے وہ بھی انہی کیمیکلز کو متاثر کر سکتی ہیں، لیکن مختلف طریقے سے۔ یہ خشک کرنے والی دوائیں بیکوپا کے اثرات کو کم کر سکتی ہیں، اور بیکوپا خشک کرنے والی دوائیوں کے اثرات کو کم کر سکتی ہے۔

Some of these drying medications include atropine, scopolamine, some medications used for allergies (antihistamines), and some medications used for depression (antidepressants).

ان میں سے کچھ خشک کرنے والی دوائیوں میں ایٹروپین، اسکوپولامین، الرجی کے لیے استعمال ہونے والی کچھ دوائیں (اینٹی ہسٹامائنز)، اور کچھ دوائیں جو ڈپریشن کے لیے استعمال ہوتی ہیں (اینٹی ڈپریسینٹس)۔

Various medications used for glaucoma, Alzheimer disease, and other conditions (Cholinergic drugs) interacts with BACOPA

گلوکوما، الزائمر کی بیماری، اور دیگر حالات کے لیے استعمال ہونے والی مختلف دوائیں (چولینرجک دوائیں) بیکوپا کے ساتھ تعامل کرتی ہیں۔

Bacopa might increase certain chemicals in the brain, heart, and elsewhere in the body. Some medications used for glaucoma, Alzheimer disease, and other conditions also affect these chemicals. Taking bacopa with these medications might increase the chance of side effects.

بیکوپا دماغ، دل اور جسم کے دیگر حصوں میں بعض کیمیکلز کو بڑھا سکتا ہے۔ گلوکوما، الزائمر کی بیماری، اور دیگر حالات کے لیے استعمال ہونے والی کچھ دوائیں بھی ان کیمیکلز کو متاثر کرتی ہیں۔ ان ادویات کے ساتھ بیکوپا لینے سے ضمنی اثرات کا امکان بڑھ سکتا ہے۔

Some of the medications used for glaucoma, Alzheimer disease, and other conditions include pilocarpine (Pilocar and others), donepezil (Aricept), tacrine (Cognex), and others.

گلوکوما، الزائمر کی بیماری، اور دیگر حالات کے لیے استعمال ہونے والی کچھ دوائیوں میں شامل ہیں پائلوکارپائن (پائلوکار اور دیگر)، ڈونپیزل (اریسپٹ)، ٹیکرین (کوگنیکس) اور دیگر۔

Medications changed by the liver (Cytochrome P450 1A2 (CYP1A2) substrates) interacts with BACOPA

جگر کے ذریعے تبدیل شدہ ادویات (Cytochrome P450 1A2 (CYP1A2) سبسٹریٹس) بیکوپا کے ساتھ تعامل کرتی ہیں۔

Some medications are changed and broken down by the liver. Bacopa might decrease how quickly the liver breaks down these medications. Taking bacopa along with these medications can increase their effects and side effects. Before taking bacopa, talk to your healthcare provider if you take any medications that are changed by the liver.

کچھ دوائیں بدل جاتی ہیں اور جگر سے ٹوٹ جاتی ہیں۔ بیکوپا کم ہو سکتا ہے کہ جگر کتنی جلدی ان ادویات کو توڑتا ہے۔ ان ادویات کے ساتھ بیکوپا لینے سے ان کے اثرات اور مضر اثرات بڑھ سکتے ہیں۔ بیکوپا لینے سے پہلے، اپنے ہیلتھ کیئر فراہم کنندہ سے بات کریں اگر آپ کوئی ایسی دوائیں لیتے ہیں جو جگر کے ذریعے تبدیل ہوتی ہیں۔

Some of these medications that are changed by the liver include clozapine (Clozaril), cyclobenzaprine (Flexeril), fluvoxamine (Luvox), haloperidol (Haldol), imipramine (Tofranil), mexiletine (Mexitil), olanzapine (Zyprexa), pentazocine (Talwin), propranolol (Inderal), tacrine (Cognex), zileuton (Zyflo), zolmitriptan (Zomig), and others.

ان میں سے کچھ دوائیں جو جگر کے ذریعے تبدیل ہوتی ہیں ان میں کلوزاپین (کلوزاریل)، ساکلو بنزاپرائین (فلکسیریل)، فلووکسامین (لووکس)، ہیلوپیریدول (ہالڈول)، ایمپرائین (ٹوفرانیل)، میکسیلیٹائن (میکسیٹیل)، اولانزاپین (زایپریکسا)، پینٹازوسین (ٹالوین)، پروپرانولول (ایندرال)، ٹیکرین (کوگنیکس)، زیلیوٹن (زیفلو)، زولمیتریپٹان (زومیگ)، اور دیگر۔

Medications changed by the liver (Cytochrome P450 2C19 (CYP2C19) substrates) interacts with BACOPA

جگر کے ذریعے تبدیل شدہ ادویات (Cytochrome P450 2C19 (CYP2C19) سبسٹریٹس) بیکوپا کے ساتھ تعامل کرتی ہیں۔

Some medications are changed and broken down by the liver. Bacopa might decrease how quickly the liver breaks down these medications. Taking bacopa along with these medications can increase their effects and side effects. Before taking bacopa, talk to your healthcare provider if you take any medications that are changed by the liver.

کچھ دوائیں بدل جاتی ہیں اور جگر سے ٹوٹ جاتی ہیں۔ بیکوپا کم ہو سکتا ہے کہ جگر کتنی جلدی ان ادویات کو توڑتا ہے۔ ان ادویات کے ساتھ بیکوپا لینے سے ان کے اثرات اور مضر اثرات بڑھ سکتے ہیں۔ بیکوپا لینے سے پہلے، اپنے ہیلتھ کیئر فراہم کنندہ سے بات کریں اگر آپ کوئی ایسی دوائیں لیتے ہیں جو جگر کے ذریعے تبدیل ہوتی ہیں۔

Some medications that are changed by the liver include amitriptyline (Elavil), carisoprodol (Soma), citalopram (Celexa), diazepam (Valium), lansoprazole (Prevacid), omeprazole (Prilosec), phenytoin (Dilantin), warfarin, and many others.

جگر کے ذریعے تبدیل ہونے والی کچھ دوائیں شامل ہیں امیٹریپٹائین لائن (ایلاویل)، کیریپروڈول (سوما)، سیٹالوپرام (سیلیکسا)، ڈائی زہیم (ڈیلیٹیم)، لینسوپرازول (پریلوسیک)، او میپرازول (پریلوسیک)، فینیٹینون (ڈیلانٹین)، وارفرین، اور بہت سی دوسری۔

Medications changed by the liver (Cytochrome P450 2C9 (CYP2C9) substrates) interacts with BACOPA

جگر کے ذریعے تبدیل شدہ ادویات (Cytochrome P450 2C9 (CYP2C9) سبسٹریٹس) بیکوپا کے ساتھ تعامل کرتی ہیں۔

Some medications are changed and broken down by the liver. Bacopa might decrease how quickly the liver breaks down these medications. Taking bacopa along with these medications can increase their effects and side effects. Before taking bacopa, talk to your healthcare provider if you take any medications that are changed by the liver.

کچھ دوائیں بدل جاتی ہیں اور جگر سے ٹوٹ جاتی ہیں۔ بیکوپا کم ہو سکتا ہے کہ جگر کتنی جلدی ان ادویات کو توڑتا ہے۔ ان ادویات کے ساتھ بیکوپا لینے سے ان کے اثرات اور مضر اثرات بڑھ سکتے ہیں۔ بیکوپا لینے سے پہلے، اپنے ہیلتھ کیئر فراہم کنندہ سے بات کریں اگر آپ کوئی ایسی دوائیں لیتے ہیں جو جگر کے ذریعے تبدیل ہوتی ہیں۔

Some medications that are changed by the liver include celecoxib (Celebrex), diclofenac (Voltaren), fluvastatin (Lescol), glipizide (Glucotrol), ibuprofen (Advil, Motrin), irbesartan (Avapro), losartan (Cozaar), phenytoin (Dilantin), piroxicam (Feldene), tamoxifen (Nolvadex), tolbutamide (Tolinase), torsemide (Demadex), warfarin (Coumadin), and others.

جگر کی طرف سے تبدیل ہونے والی کچھ ادویات میں شامل ہیں celecoxib (Celebrex)، diclofenac (Voltaren)، fluvastatin (Lescol)، glipizide (Glucotrol)، ibuprofen (Advil، Motrin)، losartan (Cozaar)، irbesartan (Avapro)، piroxicam (Feldene)، tamoxifen (Nolvadex)، tolbutamide (Tolinase)، torsemide (Demadex)، warfarin (Coumadin) اور دیگر۔

Medications changed by the liver (Cytochrome P450 3A4 (CYP3A4) substrates) interacts with BACOPA

جگر کے ذریعے تبدیل شدہ ادویات (Cytochrome P450 3A4 (CYP3A4) سبسٹریٹس) بیکوپا کے ساتھ تعامل کرتی ہیں۔

Some medications are changed and broken down by the liver. Bacopa might decrease how quickly the liver breaks down these medications. Taking bacopa along with these medications can increase their effects and side effects. Before taking bacopa, talk to your healthcare provider if you take any medications that are changed by the liver.

کچھ دوائیں بدل جاتی ہیں اور جگر سے ٹوٹ جاتی ہیں۔ بیکوپا کم ہو سکتا ہے کہ جگر کتنی جلدی ان ادویات کو توڑتا ہے۔ ان ادویات کے ساتھ بیکوپا لینے سے ان کے اثرات اور مضر اثرات بڑھ سکتے ہیں۔ بیکوپا لینے سے پہلے، اپنے ہیلتھ کیئر فراہم کنندہ سے بات کریں اگر آپ کوئی ایسی دوائیں لیتے ہیں جو جگر کے ذریعے تبدیل ہوتی ہیں۔

Some medications changed by the liver include lovastatin (Mevacor), ketoconazole (Nizoral), itraconazole (Sporanox), fexofenadine (Allegra), triazolam (Halcion), and many others.

جگر کی طرف سے تبدیل ہونے والی کچھ دوائیوں میں لووا سٹیٹن (میواکور)، کیٹوکانازول (نیزورل)، ایٹرکانازول (اسپورانوکس)، فیکسوفنادین (ایلیگرا)، ٹریازولام (ہالسیون) اور بہت سی دوسری شامل ہیں۔

Minor Interaction

معمولی تعامل

Be watchful with this combination

اس امتزاج کے ساتھ محتاط رہیں

Thyroid hormone interacts with BACOPA

تھائیروئید ہارمون بیکوپا کے ساتھ تعامل کرتا ہے۔

The body naturally produces thyroid hormones. Bacopa might increase how much thyroid hormone is produced. Taking bacopa with thyroid hormone might cause too much thyroid hormone in the body, and increase its effects and side effects.

جسم قدرتی طور پر تھائیروئید ہارمونز تیار کرتا ہے۔ بیکوپا تیار ہارمون کی پیداوار میں اضافہ کر سکتا ہے۔ تھائیروئید ہارمون کے ساتھ بیکوپا لینے سے جسم میں بہت زیادہ تھائیروئید ہارمون بن سکتا ہے اور اس کے اثرات اور مضر اثرات بڑھ سکتے ہیں۔

خوراک**Dosing**

The appropriate dose of bacopa depends on several factors such as the user's age, health, and several other conditions. At this time there is not enough scientific information to determine an appropriate range of doses for bacopa. Keep in mind that natural products are not always necessarily safe and dosages can be important. Be sure to follow relevant directions on product labels and consult your pharmacist or physician or other healthcare professional before using.

بیکوپا کی مناسب خوراک کا انحصار کئی عوامل پر ہوتا ہے جیسے کہ صارف کی عمر، صحت اور کئی دیگر حالات۔ اس وقت بیکوپا کے لیے خوراک کی مناسب حد کا تعین کرنے کے لیے کافی سائنسی معلومات موجود نہیں ہیں۔ ذہن میں رکھیں کہ قدرتی مصنوعات ہمیشہ ضروری طور پر محفوظ نہیں ہوتیں اور خوراکیں اہم ہو سکتی ہیں۔ پروڈکٹ لیبلز پر متعلقہ ہدایات پر عمل کرنا یقینی بنائیں اور استعمال کرنے سے پہلے اپنے فارماسٹ یا فزیشن یا دیگر ہیلتھ کیئر پروفیشنل سے مشورہ کریں۔

BACOPA MONNIERI

It has been recently introduced in homoeopathy and is used empirically. It is an Indian herb with long tradition of use as nervine and cardiac tonic. It is an old Indian medicine known as 'Brahmi'. It attracted the scientific attention as back as 1931 when Journal of Indian Medical Association reported that it has an alkaloid Brahmine, which has therapeutic similarity with strychnine, but is less toxic. Thereafter, the drug has been under continuous research. It is found throughout in India in wet damp marshy regions. It is a small plant and the whole plant is used in preparation of homoeopathic medicine. It is an Indian drug. It is covered by the Homoeopathic Pharmacopoeia of India (Govt. of India). Homoeopathic literature covers impaired memory and indicates its usefulness as a tonic for absent mindedness^{1,2,3}

اسے حال ہی میں ہومیو پیتھی میں متعارف کرایا گیا ہے اور اسے تجرباتی طور پر استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ ایک ہندوستانی جڑی بوٹی ہے جس کے اعصاب اور کارڈیک ٹانک کے طور پر استعمال کی طویل روایت ہے۔ یہ ایک پرانی ہندوستانی دوا ہے جسے 'براہمی' کہا جاتا ہے۔ اس نے 1931 میں سائنسی توجہ مبذول کروائی جب جرنل آف انڈین میڈیکل ایسوسی ایشن نے رپورٹ کیا کہ اس میں الکالائیڈ براہمین ہے، جو اسٹریکنین کے ساتھ علاج میں مماثلت رکھتا ہے، لیکن کم زہریلا ہے۔ اس کے بعد اس دوا پر مسلسل تحقیق جاری ہے۔ یہ پورے ہندوستان میں گیلے نم دلدلی علاقوں میں پایا جاتا ہے۔ یہ ایک چھوٹا پودا ہے اور پورا پودا ہومیو پیتھک ادویات کی تیاری میں استعمال ہوتا ہے۔ یہ ایک ہندوستانی دوا ہے۔ اس کا احاطہ ہومیو پیتھک فارماکوپیا آف انڈیا (حکومت ہند) سے ہے۔ ہومیو پیتھک لٹریچر کمزور یادداشت کا احاطہ کرتا ہے اور غیر حاضر دماغی کے لیے ٹانک کے طور پر اس کی افادیت کی نشاندہی کرتا ہے^{1,2,3}

Recent research reveals that it has significant influence on learning abilities, reduction of levels of anxiety, improved capacity of adjustments, improved mental function like better acquisition of knowledge, improved retention and delayed extinction. All these make it ideal of improving memory. About a dozen of phytochemicals have been isolated including different bacosides and certain sterols. They have positive effect on the central nervous system. In another paper published on the retention and extinction of newly learned skills on rats, the effect of Bacopa monnieri for enhancing the learning abilities has been proved beyond doubt. Surprisingly the enhancement of learning skill persists even under tension like punishment and emotional changes. Very recently the alcoholic extract has been found to be having effects like sharpening of dull memory in the patients of anxiety neurosis. It is also used as tranquilizer, muscle relaxant and as anti-cancer drug (preventive and curative role like in animal experiments).^{4,5,6,7,8,9}

حالیہ تحقیق سے پتہ چلتا ہے کہ اس کا سیکھنے کی صلاحیتوں، اضطراب کی سطحوں میں کمی، ایڈجسٹمنٹ کی بہتر صلاحیت، بہتر ذہنی افعال جیسے علم کا بہتر حصول، بہتر برقرار رکھنے اور تاخیر سے ختم ہونے پر نمایاں اثر ہے۔ یہ سب یادداشت کو بہتر بنانے کے لیے مثالی بناتے ہیں۔ تقریباً ایک درجن فائٹو کیمیکلز کو الگ تھک کر دیا گیا ہے جس میں مختلف

ہیکوسائیز اور بعض سٹیرولز شامل ہیں۔ ان کامرکزی اعصابی نظام پر مثبت اثر پڑتا ہے۔ چوہوں پر نئی سیکھی ہوئی مہارتوں کو برقرار رکھنے اور معدوم ہونے پر شائع ہونے والے ایک اور مقالے میں، سیکھنے کی صلاحیتوں کو بڑھانے کے لیے ہیکوپامونیری کا اثر بلاشبہ ثابت ہوا ہے۔ حیرت انگیز طور پر سیکھنے کی مہارت میں اضافہ سزا اور جذباتی تبدیلیوں جیسے تناؤ کے باوجود بھی برقرار رہتا ہے۔ ابھی حال ہی میں الکحل کے عرق کو بے چینی نیوروسیس کے مریضوں میں کمزور یادداشت کو تیز کرنے جیسے اثرات پائے گئے ہیں۔ یہ ٹرانکولانز، پٹھوں کو آرام دہ اور کینسر کے خلاف دوا کے طور پر بھی استعمال کیا جاتا ہے (جانوروں کے تجربات کی طرح روک تھام اور علاج کا کردار)۔ 4،5،6،7،8،9

Based on the reports indicated it may be used alone or as complementary medicine for the following conditions:

رپورٹوں اور علامات کی بنیاد پر اسے اکیلے یا مندرجہ ذیل شرائط کے لیے تکمیلی دوا کے طور پر استعمال کیا جاسکتا ہے۔

As nervine tonic to lower tension due to mental over-work.

دماغی زیادہ کام کی وجہ سے تناؤ کو کم کرنے کے لیے اعصابی ٹانک کے طور پر

Improve learning potential.

سیکھنے کی صلاحیت کو بہتر بنائیں۔

Improve memory.

یادداشت (حافظہ) کو بہتر بنائیں

Lower tension and induce good sleep.

تناؤ کو کم کرے اور اچھی نیند لائے۔

Recommended dose: 30 drops in water twice daily for extended period. Dose and duration are to be monitored by the physician with reference to the improvements taking place.

تجویز کردہ خوراک: 30 قطرے پانی میں دن میں دو بار طویل مدت تک۔ خوراک اور مدت کی نگرانی ڈاکٹر کی ہدایت کے مطابق ہونے والی بہتری کے حوالے سے کی جانی چاہئے۔

Reference:

Homoeopathic Pharmacopoeia of India.

Banerjea S. K., Fifty Homoeopathic Indian Drugs.

P. N. Varma, Indu Vaid, Encyclopaedia of Homoeopathic Pharmacopoeia, Volume II, Updated edition 2007, B. Jain Publishers, New Delhi.

Andrew Chevallier, The Encyclopedia of Medicinal Plants, 1st ed. 1996

Dey, C.D. Bose, S. and Mitra, S. 1976. Effect of some centrally active Phyto products on maze-learning of albino rat, Indian J Physiol. Allied Sci, 1976, 30, 88

Singh HK, Dhawan BN. Effect of Bacopa monniera Linn. (brahmi) extract on avoidance responses in rat. J Ethnopharmacol 1982;5:205-1

Roodenrys S, et al., Chronic effects of Brahmi (Bacopa monnieri) on human memory, Neuropsychopharmacology, 2002 Aug;27(2):279-81

Asolkar L. V., Kakkar K. K., Chakre O. J., Second supplement to glossary of Indian Medicinal Plants with Active Principles, Part-I, Publications & Information Directorate (CSIR), New Delhi, 1992

Deepak Rai, Gitika Bhatia, Gautam Palit, et al., Adaptogenic effect of Bacopa monniera (Brahmi), Pharmacology Biochemistry and Behavior, Volume 75, Issue 4, July 2003, Pages 823-830

Homoeopathic Dr Muhammad Hamid Ansari Sukkur Sindh Pakistan +923003133990