

## *Ephedra foeminea*

Συνώνυμο: *Ephedra fragilis* subsp. *campylopora*

κοινώς : πολυκόμπι

Joint pine, Leafless Ephedra

### ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

Η εφέδρα είναι θάμνος και την συναντάμε ως αναρριχώμενη ή κρεμαστή. Ανήκει στα Γυμνόσπερμα, που δεν σχηματίζουν κανονικούς καρπούς. Έχει πράσινους, λεπτούς και ευλύγιστους βλαστούς. Τα φύλλα του είναι αντίθετα και πάρα πολύ μικρά. Την άνοιξη βλέπουμε τις αρσενικές και θηλυκές ταξιανθίες του και το φθινόπωρο τους όμορφους κόκκινους ψευδόκαρπούς του.

Είναι φυτό της Μεσογείου, αρκετά διαδεδομένο στην Ελλάδα.

### ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΗ ΔΡΑΣΗ

Η εφέδρα είναι γνωστή εδώ και χιλιάδες χρόνια για τη φαρμακευτική δράση της. Γνωστή και στους αρχαίους Έλληνες. Την αναφέρει ο Πλίνιος, ο οποίος της έδωσε και το όνομά της. Στην παραδοσιακή κινέζικη ιατρική η εκεί εφέδρα, το είδος *Ephedra sinica* ή ma huang, χρησιμοποιείται για τη θεραπεία του άσθματος, για το κρυολόγημα κ.ά. Αλλά και στον δυτικό κόσμο, οι περισσότερες παστίλιες για το βήχα, περιέχουν το αλκαλοειδές εφεδρίνη (σε μικρές ποσότητες).

### ΦΑΡΜΑΚΟ-ΦΑΡΜΑΚΙ

Όμως η εφέδρα ανήκει στα πολύ δηλητηριώδη φυτά, μιας και περιέχει το αλκαλοειδές εφεδρίνη. Η εφεδρίνη έγινε πολύ γνωστή τα τελευταία χρόνια με τη χρήση της ως αναβολικό, ειδικά σε συνδυασμό με άλλες ουσίες όπως η καφεΐνη. Έγινε αιτία πολλών θανάτων τα προηγούμενα χρόνια από άτομα που την έπαιρναν σε αυξημένες ποσότητες, (δρα καλύτερα έτσι ως αναβολικό). Έχει παρόμοια δομή και δράση με τις αμφεταμίνες και μπορεί να προκαλέσει και σωματικό εθισμό.