

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФИТОТЕРАПИЯ
В АМБУЛАТОРНО-ПОЛИКЛИНИЧЕСКОЙ
ПРАКТИКЕ

Учебное пособие для студентов

УФА
2012

УДК 615.322:616.2-085

ББК 753.52

Ф 64

Рецензенты:

Доктор медицинских наук, профессор, зав.кафедрой внутренних болезней
ФГБОУ ВПО «Самарский государственный медицинский университет»
Минздравсоцразвития России *Н. Н. Крюков*
Доктор фармацевтических наук, профессор,
зав.кафедрой фармакогнозии с ботаникой и основами фитотерапии
ГБОУ ВПО «Самарский государственный медицинский университет»
Минздравсоцразвития России *В. А. Куркин*

Ф 64 Фитотерапия в амбулаторно-поликлинической практике: уч. пособие для студентов / Сост.: А. Я. Крюкова, Н. В. Кудашкина, К. А. Пупыкина, Г. М. Сахаутдинова, Р. С. Низамутдинова, С. Р. Хасанова, Л. С. Тувалева, О. А. Курамшина, Р. Г. Фархутдинов, Ю. А. Кофанова, Л. В. Габбасова; под ред. проф. А.Я. Крюковой. – Уфа: Изд-во ГБОУ ВПО БГМУ Минздрава России, 2012. – 115с.

В учебном пособии представленный материал составлен с учетом типовой программы по поликлинической терапии (Москва, 1999), Государственного образовательного стандарта (ГОС, 2000), рабочей программы по дисциплине «Поликлиническая терапия», 2008, нормативных федеральных документов и действующего учебного плана. Пособие содержит основные принципы и методы применения растительных средств при заболеваниях внутренних органов в поликлинических условиях, представлены характеристика лекарственных растений, составы сборов и фитосредств, а также их рациональное использование у пациентов с заболеваниями органов дыхания, сердечно-сосудистой и пищеварительной системы. В качестве контролирующего материала использованы тестовые задания, задачи. Учебное пособие предназначено для подготовки студентов, обучающихся по специальностям «Лечебное дело» 060101(65), «Медико-профилактическое дело» 060104(65), врачей-интернов, клинических ординаторов.

Печатается по рекомендации Координационного научно-методического совета БГМУ и решению Редакционно-издательского совета ГБОУ ВПО БГМУ Минздравсоцразвития России.

УДК 615.322:616.2-085

ББК 753.52

© ГБОУ ВПО БГМУ Минздрава России, 2012

ОГЛАВЛЕНИЕ

Ведение.....	4
РАЗДЕЛ I. Официальная фитотерапия.....	6
Основные показания и противопоказания к применению фитотерапии.....	6
Лекарственные формы в фитотерапии.....	7
Основные действующие вещества лекарственных растений.....	8
РАЗДЕЛ II. Фитотерапия при заболеваниях органов дыхания.....	14
Фитотерапия острых респираторных заболеваний.....	14
Фитотерапия при хронической обструктивной болезни легких.....	21
Фитотерапия бронхиальной астмы.....	30
Фитотерапия пневмоний.....	32
Фитотерапия туберкулеза.....	34
Предостережения к применению фитотерапии.....	37
РАЗДЕЛ III. Фитотерапия сердечно-сосудистых заболеваний.....	38
Фитотерапия при ишемической болезни сердца.....	38
Фитотерапия атеросклероза.....	42
Фитотерапия гипертонической болезни.....	53
Фитотерапия аритмий.....	60
Фитотерапия сердечной недостаточности.....	61
РАЗДЕЛ IV. Фитотерапия при заболеваниях системы пищеварения.....	66
Фитотерапия хронических гастритов.....	66
Фитотерапия гастроэзофагеальной рефлюксной болезни (ГЭРБ).....	72
Фитотерапия язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.....	73
Фитотерапия хронических панкреатитов.....	81
Фитотерапия заболеваний гепатобилиарной системы.....	84
Фитотерапия гепатитов.....	87
Фитотерапия дисфункций желчевыделительной системы.....	89
Фитотерапия хронического некалькулезного холецистита.....	89
Фитотерапия желчнокаменной болезни.....	90
Фитотерапия при заболеваниях кишечника.....	91
Фитотерапия диареи.....	92
Фитотерапия при запорах.....	93
Фитотерапия при метеоризме.....	95
Фитотерапия при сигмоидите, геморрое, трещине прямой кишки.....	95
Фитотерапия при дисбактериозе кишечника.....	96
Задания для контроля.....	100
Литература.....	113

ВВЕДЕНИЕ

Фитотерапия - метод лечения заболеваний с помощью лекарственных средств растительного происхождения, содержащих комплексы биологически активных веществ, максимально полно извлеченных из целого растения или отдельных его частей. Фитотерапию применяют с учетом индивидуальных особенностей организма больного, клинической формы, характера течения заболевания как основной или вспомогательный метод лечения.

Каждое растение представляет собой своеобразную фабрику, в которой происходит синтез самых разнообразных редчайших и полезных для человека веществ. Многие лекарственные растения прошли через века, дарили здоровье десяткам поколений. Они прочно вошли в современную медицину и по-прежнему продолжают целить больных. Преимуществом фитотерапии является длительное использование без существенных побочных эффектов, совместимость со многими лекарственными препаратами и между собой. Одним из достоинств фитотерапии является поливалентное действие растений, обусловленное разнообразными биологически активными веществами, имеющими биологическое родство с организмом человека. Например, фитогормоны, полисахариды, витамины – имеют одинаковое химическое строение в растениях и у человека. Более того, многие из этих веществ поступают в человеческий организм только при употреблении пищевых растений.

Еще один немаловажный фактор - экономическая доступность и огромная сырьевая база. Большинство лекарственных растений и сборы из них имеют низкую себестоимость, что весьма актуально при нынешних социально-экономических условиях жизни подавляющего числа граждан. В России в наше время в год заготавливается не более 1% от общих запасов лекарственного растительного сырья. Лечебные свойства растений, эмпирически установленные в древние времена, находят научное обоснование в современной медицине. В настоящее время в нашей стране используется около 300 видов лекарственных растений, включенных Государственный реестр лекарственных средств, разрешенных для применения на территории России.

Широкое использование синтетических лекарственных средств снизило интерес к фитотерапии в конце прошлого века, но в настоящее время идет возврат к натуральным средствам медицины. Связано это в первую очередь с увеличением числа нежелательных реакций при лечении синтетическими лекарст-

венными средствами, накоплением информации об их отрицательном воздействии на организм. По данным ВОЗ, у 2,5-5,0% больных, госпитализированных по поводу различных заболеваний, развиваются лекарственные осложнения. По результатам исследований, проведенных Новосибирским медицинским университетом, было выявлено, что аллергические реакции наблюдались при получении антибиотиков (24,0%), анальгетиков и жаропонижающих средств (9,8%), сульфаниламидов (9,5%), гипосенсибилизирующих препаратов (1,5%). В связи с этим возрастает актуальность использования лекарственных растений в практике лечащих врачей наряду с другими методами лечения или самостоятельно.

В настоящее время из лекарственных растений готовят около 40% лекарственных препаратов. По современным представлениям, лекарственное растительное средство - это цельный биогенетически сложившийся комплекс, включающий в себя активно действующие вещества и другие вторичные метаболиты, протеины, эфирные масла, хлорофилл, микроэлементы, неорганические соли, витамины и т.д.

I. ОФИЦИАЛЬНАЯ ФИТОТЕРАПИЯ

Официальная фитотерапия (от латинского слова «officina» – аптека) основывается на лечении лекарственными растениями, разрешенными для применения в научной медицине.

ОСНОВНЫЕ ПОКАЗАНИЯ И ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ ФИТОТЕРАПИИ

Метод фитотерапии является составной частью традиционной медицины. Он регламентирован приказом: № 238 МЗ РФ - 2003 года и методическими рекомендациями «Применение методов фитотерапии в практическом здравоохранении» МЗ РФ от 1999 г., а также приказом МЗ РФ № 139 от 04.04.2003 г. «Об утверждении инструкции по внедрению оздоровительных технологий в деятельности образовательных учреждений». Фитотерапия может применяться в домашних условиях и не требует специального оборудования.

Фитотерапия на различных этапах заболевания имеет свои **показания** и особенности, которые заключаются в следующем: на начальной стадии заболеваний фитотерапия является основным методом лечения ввиду мягкого действия и малой токсичности; в разгар заболевания она может применяться как поддерживающий метод лечения для повышения защитных сил организма, усиления эффекта основных лекарственных средств и уменьшения их побочного действия; на этапе выздоровления фитотерапия вновь занимает ведущее место, особенно при хронических заболеваниях, так как может применяться длительно и хорошо сочетается с синтетическими препаратами. Фитотерапия может выступать как **самостоятельный** и как **дополнительный метод лечения**.

Наиболее полно эффект от фитотерапии можно увидеть при лечении хронической патологии. При большинстве хронических соматических заболеваний, особенно в период ремиссии (пусть даже нестойкой), фитотерапия может применяться как единственный и достаточный метод лечения. В остальных случаях использование лекарственных растений является хоть и дополнительным, но существенным компонентом лечения, способствует скорейшему выздоровлению, минимизирует количество осложнений или переход заболевания в хроническую форму.

Абсолютных **противопоказаний** к проведению фитотерапии не существует. Относительным противопоказанием можно считать: аллергические состояния, но в данном случае подбор лекарственных растений надо осуществлять более тщательно, не назначать пациенту поликомпонентный сбор, а начинать лечение с 1-2 растений, используя малые дозировки, вводить компоненты в сбор постепенно. Кроме того, существуют растения с десенсибилизирующим эффектом – плоды боярышника, корни солодки, трава череды, тысячелистника, фиалки трехцветной, цветки ромашки, бузины.

ЛЕКАРСТВЕННЫЕ ФОРМЫ В ФИТОТЕРАПИИ

В медицинской практике лекарственные растения могут применяться в виде готовых стандартизированных лекарственных форм, выпускаемых фармацевтической промышленностью: водно-спиртовые вытяжки – настойки, экстракты (сухие, густые, жидкие); растительные соки; сиропы; таблетки; порошки; мази, но чаще всего применяются приготовленные в домашних условиях – настои и отвары.

Настои и отвары – это жидкие лекарственные формы, представляющие собой водные извлечения из высушенного и измельченного лекарственного растительного сырья.

Для приготовления настоев и отваров измельченное лекарственное растительное сырье заливают водой комнатной температуры с учетом коэффициента водопоглощения и настаивают на кипящей водяной бане при частом помешивании: настои в течение 15 мин, отвары – в течение 30 мин, затем охлаждают при комнатной температуре: настои – не менее 45 мин, отвары – 10 мин, процеживают (отжимая сырье) и прибавляют воду до требуемого объема. Отвары из сырья, содержащего дубильные вещества, а также из листьев толокнянки, брусники процеживают без охлаждения, из листьев сены – после полного охлаждения. Настои из сырья, содержащего слизи (корни алтея, семя льна и др.) готовят методом холодного настаивания: сырье заливают рассчитанным количеством кипяченой воды комнатной температуры и настаивают в течение 6-8 часов, после чего процеживают. Срок хранения настоев и отваров – 1-2 суток в прохладном, защищенном от света месте, перед употреблением необходимо подогреть.

Среди способов применения фитосредств оптимальное влияние на слизистую оболочку оказывают *паровые ингаляции*, при этом температура пара выше 42 градусов губительна для вирусов, а теплый пар способствует восстановлению функции мерцательного эпителия. Методика применения проста: лекарственное сырье помещают в эмалированную посуду, заливают холодной водой и нагревают. При появлении пара емкость снимают с плиты и начинают ингаляцию, которая продолжается 10-15 минут. Если сосудосуживающие фармакологические синтетические средства вызывают плоскоклеточную метаплазию эпителия слизистой оболочки носа и угнетают функцию мерцательного эпителия, то паровые ингаляции активируют регенерацию реснитчатого эпителия и ускоряют выздоровление. Ингаляции могут проводиться с помощью ингаляционных аппаратов, позволяющих создавать мелкодисперсные формы аэрозолей и способствующих повышению химической активности и электрического заряда мельчайших частиц лекарственного вещества.

Необходимо комплексное, в зависимости от особенностей течения заболеваний и организма больного, лечение с использованием смеси растительных препаратов, отдельных растений и препаратов из них (новогалаеновых, индивидуальных веществ), так как каждый из них имеет свои параметры действия.

ОСНОВНЫЕ ДЕЙСТВУЮЩИЕ ВЕЩЕСТВА ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ

Терапевтическая ценность лекарственных растений определяется входящими в их состав биологически активными веществами, к которым относятся все, способные оказывать влияние на биологические процессы, протекающие в организме.

В зависимости от значения в фармации биологически активные вещества лекарственных растений делят на:

1. *Основные биологически активные вещества (действующие)* - это вещества, благодаря которым и применяется данное растение.

2. *Сопутствующие вещества* – это вещества, оказывающие положительное или отрицательное влияние на организм человека, способствующие резорбции биологически активных веществ, пролонгированию их действия.

3. *Балластные вещества*. Они не обладают фармакологической активно-

стью, но в фармации им уделяют внимание в связи с тем, что нередко они затрудняют изготовление лекарственных форм или поддержание их стабильности, например, крахмал подземных органов, липиды семян, пектины, слизи. Спектр биологической активности лекарственных растений определяется наличием достаточного числа веществ разных химических классов и групп, которые в том или ином количестве присутствуют практически в каждом лекарственном растении (эфирные масла, флавоноиды, полифенолы, полисахариды и пр.). Всем этим обусловлено доминирование того или иного фармакологического эффекта конкретного растения и его осмысленный выбор при назначении с лечебными и профилактическими целями. Следует знать, что растения, содержащие сильнодействующие и ядовитые вещества – алкалоиды, гликозиды (сердечные и тиогликозиды) применяются по особым показаниям под строгим динамическим наблюдением врача.

Основные действующие вещества лекарственных растительных средств, обуславливающих их применение при заболеваниях внутренних органов следующие:

♦ **Эфирные масла** – это смеси терпеноидов, их спиртов и кетонов, которые эффективно применяются в аэрофитотерапии, ароматерапии и растительное сырье, содержащее эфирные масла, а именно: ***противомикробное*** – бактериостатическое и бактерицидное. Механизм его сложен и состоит в основном в деструкции цитоплазматической мембраны бактерий с последующим нарушением обмена, аэробного дыхания, процессов синтеза. Летучие фракции некоторых масел (чеснока, лука и др.) в воздухе могут проявлять противомикробный эффект, который обозначается как фитонцидный. Важно, что даже при длительном контакте с компонентами эфирных масел микроорганизмы не вырабатывают к ним резистентности, при этом действие антибиотиков, других химиотерапевтических средств, синтетических антисептиков усиливается. Наибольшей противомикробной активностью отличаются эфирные масла чеснока, лука, ромашки, эвкалипта, чабреца, шалфея, багульника, можжевельника, сосны, пихты; ***противовоспалительное*** действие проявляют эфирные масла многих растений, хотя при использовании нативных препаратов оно, как правило, обязано суммарному эффекту разных действующих начал. Противовоспалительная активность проявляется в защите клеток от дальнейшего повреждения, в ослаблении экссудативной фазы процесса, в лейкоцитарной и макрофагальной инфльтрации (усиление фагоцитарной активности), в усилении пролиферации

клеток, снижении капиллярной проницаемости, торможении свободнорадикальных реакций путем прямого связывания окисляющих веществ эфирными маслами; *эпителизирующее* - реализуется путем применения экстрактов, содержащих эфирные масла, полученных на основе жирных масел (подсолнечного, оливкового и др.). Наиболее активны и используются в качестве эпителизирующих средств при повреждениях слизистых и кожи эфирные масла из календулы, зверобоя, сушеницы, лаванды, тысячелистника, ромашки; *спазмолитическое* действие на бронхи, коронарные и мозговые сосуды, желчевыводящие и мочевыводящие пути находит широкое применение в медицине. Оно не связано с блокадой холино-, серотонино-, адренорецепторов и имеет, видимо, миотропную природу, детали которой остаются неясными. Вещества типа ментола из масла мяты перечной способны к тому же активировать физиологические сосудорасширяющие рефлексy с холодовых рецепторов полости рта и дыхательных путей; *отхаркивающее* действие в большей мере связано с бальзамическим и противовоспалительным влиянием на раздраженные слизистые, с муколитическими свойствами, что приводит к облегчению непродуктивного кашля, улучшению дренажной функции эпителия бронхов. Наиболее выражено для эфирных масел тимьяна, багульника, чабреца и др.

♦ **Смолы** – сложные по химическому составу вещества, близкие к эфирным маслам. Долго не высыхающие смолы называются *бальзамами*. Часто смолы оказывают бактерицидное и подавляющее гниение действие, некоторые из них обладают ранозаживляющим, а третьи – мочегонным.

♦ **Гликозиды (сапонины)** с отхаркивающим действием – с тритерпеновым ядром в основе. Сапонины рефлекторно со слизистой желудка способствуют разжижению вязкой мокроты, активируют функцию реснитчатого эпителия дыхательных путей, перистальтические движения бронхов. После частичного всасывания и выделения бронхиальными железами сапонины могут вспенивать мокроту, облегчать ее выделение и прямо усиливать секрецию ее жидкой компоненты. В результате улучшается дренаж бронхов, кашель становится менее мучительным и более продуктивным. Наиболее богаты сапонинами с отхаркивающими свойствами корни истода, корневища с корнями первоцвета, синюхи голубой и др. Несколько особняком в группе сапонинсодержащих растений стоит солодка, корни которой содержат более 15 тритерпеновых гликозидов - глицирризин, глицирризиновую кислоту и ряд других соединений разной структуры. Агликоны сапонинов имеют структурное сходство с кортико-

стероидами и в какой-то мере воспроизводят их действие (больше минералокортикоидное), не нарушая баланс эндогенных гормонов даже при длительном приеме. Это определяет более широкий по сравнению с другими сапонинами спектр лечебного действия солодки. Она стоит на одном из первых мест по частоте назначения в практике восточной медицины. Кроме отхаркивающих свойств, солодка проявляет отчетливое противовоспалительное, противоаллергическое, иммуностимулирующее и репаративное действие.

♦ **Природные фенольные соединения** - это вещества растительного происхождения, содержащие ароматическое кольцо с одной или несколькими свободными или связанными гидроксильными группами. Фенольные соединения имеют универсальное распространение в растительном мире. Они свойственны каждому растению и даже каждой растительной клетке. Они являются обязательными участниками всех метаболических процессов: дыхания фотосинтеза, гликолиза, фосфорилирования. Фенольные соединения являются регуляторами роста, развития, и репродукции растений, при этом, оказывая как стимулирующее, так и ингибирующее (замедляющее) действие. Они повышают устойчивость растений к грибковым заболеваниям, обладают антибиотическим и противовирусным действием. Наибольшее значение имеют два довольно постоянных вида активности простых фенольных соединений: противомикробное (повреждение мембраны и повышение ее проницаемости у микробных клеток), которое проявляет себя при прямом воздействии на очаг инфекции (ванночки, примочки, полоскания, промывания) и антиоксидантное - защита клеток от аутолиза.

Фенольные соединения входят как составные компоненты в эфирные масла, другие представляют самостоятельный интерес и в силу достаточной растворимости в воде и возможности извлекаться при приготовлении настоев и отваров.

♦ **Флавоноиды** – групповое название химически близких соединений «фенольного» биогенеза, в основе которых лежит молекула флавана, синтезируются они растениями из ароматических кислот и имеют несколько спиртовых групп. Спектр фармакологического действия различных флавоноидов очень широк: *капилляроукрепляющее* (Р-витаминное) действие. Практически во всех растениях витамин Р встречается вместе с витамином С. Они потенцируют капилляроукрепляющее действие друг друга, необходимы в биохимической «связке», но не взаимозаменяемы; *спазмолитическое* действие флавоноидов

проявляется в отношении сосудов бронхов, коронарных, мозговых и др. **мочегонное** действие - по степени этого действия флавоноиды бесспорно уступают синтетическим салуретикам, но оно достаточно выражено, не дает свойственных последним осложнений и сопровождается увеличенным выделением не только воды, но и азотистых шлаков, других камнеобразующих кислот.

♦ **Дубильные вещества** или танины – высокомолекулярные полифенольные соединения, содержатся в коре дуба, траве зверобоя, листьях шалфея, эвкалипта, плодах черемухи, черники, ольхи, корневищах лапчатки, кровохлебки, горца змеиноного и др. Вяжущее действие танинов обусловлено их способностью вызывать частичное свертывание белков и образовывать на слизистой оболочке и коже защитную пленку. Дубильные вещества применяют в качестве вяжущих, противовоспалительных и кровоостанавливающих средств, при воспалительных заболеваниях верхних дыхательных путей, полости рта, пародонта.

♦ **Полисахариды** - в лечении острых инфекций верхних дыхательных путей наибольшее значение имеют слизи. Слизистые вещества представляют собой группу полисахаридов, они сильно гидрофильны. Значительные количества слизистых веществ содержат семена льна, корни алтея, цветки липы, листья подорожника, мать-и-мачехи. В отварах и настоях из этих растений они оказывают смягчительное, обволакивающее и противовоспалительное действие на слизистые оболочки.

♦ **Органические кислоты** - содержатся в клеточном соке многих растений. Попадая в организм, они участвуют в биохимических реакциях, играют важную роль в поддержании кислотно-щелочного равновесия. Наиболее распространенными органическими кислотами являются аскорбиновая, лимонная, винная и яблочная, содержащиеся в плодах малины, землянике, клюкве, цитрусовых. Высоким содержанием кислоты аскорбиновой отличаются плоды шиповника, черной смородины, черники, клюквы, брусники. В бруснике, кроме того, находится кислота бензойная, имеющая антисептические свойства. Выраженный фармакологический эффект дают кислоты валериановая и изовалериановая, а также ароматические кислоты — салициловая, коричная. Они находятся в виде сложных эфиров в эфирных маслах хвои сосны, почек черного тополя, тысячелистника, ромашки, полыни, хмеля, чабреца и других растений.

♦ **Аминокислоты** являются продуктами обмена белковых веществ в клетках растений. Для лечебной практики большое значение имеют глутаминовая кислота, тионин, аспарагин, глутамин, холин и другие.

♦ **Пектины** – группа высокомолекулярных соединений, приобретающих студнеобразную консистенцию после набухания в воде. Обладают адсорбирующим и вяжущими свойствами.

♦ **Микроэлементы** находятся во всех тканях растений. Многие из них входят также в состав ферментов, витаминов, гормонов участвуют в различных биохимических процессах. Некоторые микроэлементы имеют лечебное значение. В малых биотических дозах микроэлементы необходимы для нормального осуществления тканевого дыхания, свертывания крови, кроветворения, белкового обмена. Процесс накопления микроэлементов в растениях носит чаще всего избирательный характер. На основании спектрографических и комплексометрических исследований установлено, что ряд растений содержит повышенное количество микроэлементов. Например, медь содержат аир обыкновенный, одуванчик лекарственный, тысячелистник обыкновенный, крапива двудомная; серебро - ольха серая; марганец - бессмертник песчаный, бузина черная, пырей ползучий; железо — одуванчик лекарственный, тысячелистник обыкновенный, пастушья сумка.

♦ **Витамины** — органические соединения разнообразного химического строения. Они обладают высокой биологической активностью, оказывая действие на процессы метаболизма, ретикулоэндотелиальную систему, кроветворение. В незначительном количестве витамины находятся во многих растениях. Однако такие из них, как плоды шиповника, калины, рябины, околоплодник ореха, крапива, тысячелистник, капуста белокочанная обладают большим запасом этих веществ и могут служить хорошим источником получения природных витаминов. Установлено, что в растениях витамины находятся в гармоничном сочетании и не оказывают на организм побочного действия, которое отмечается в клинической практике при применении некоторых витаминов, полученных синтетическим путем, например кислоты аскорбиновой. При назначении лекарственных средств, содержащих природные витамины, нет опасности передозировки, а их терапевтический эффект в ряде случаев более высок, чем у синтетических аналогов.

В данной главе приведены далеко не полные данные о биологически активных веществах, содержащихся в лекарственных растениях и их эффектах, но этих сведений достаточно, чтобы иметь представление о действии лекарственных растений и сборов при лечении **простудных** заболеваний, о многогранности их воздействия на каждую фазу воспалительного процесса.

II. ФИТОТЕРАПИЯ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ

ФИТОТЕРАПИЯ ОСТРЫХ РЕСПИРАТОРНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

Имеется немало средств растительного происхождения, которые можно эффективно использовать для профилактики и лечения ОРВИ, относящиеся к различным фармакотерапевтическим группам:

1. Общеукрепляющие растения: *растения, содержащие витамины и микроэлементы* – плоды шиповника, смородины черной, облепихи, цитрусовые, плоды земляники, рябины обыкновенной, калины обыкновенной, клюквы, брусники, черники, листья крапивы, первоцвета; *адаптогены и иммунокорректоры* – в детской практике следует назначать с осторожностью (под наблюдением врача!), поскольку они вызывают изменение гормонального равновесия – это *растения, содержащие лигнаны* – корневище с корнями элеутерококка колючего, левзеи сафлоровидной, плоды и семена лимонника китайского; *содержащие фенологликозиды* – корень радиолы розовой; *содержащие стероидные сапонины* – корневище с корнями заманихи высокой, *тритерпеновые сапонины* – корни женьшеня (рекомендуется больше для взрослых), аралии маньчжурской; *содержащие полисахаридные комплексы и другие группы БАВ* – трава эхинацеи пурпурной, зверобоя продырявленного, череды трехраздельной. Данная группа растений выпускается фармацевтической промышленностью в основном в виде настоек или жидких экстрактов, отпускаемых в аптечной сети; *растения, содержащие биогенные стимуляторы* – сок алоэ, каланхоэ, препарат «биосед» из очитка большого.

2. Бактерицидные и бактериостатические растения, содержащие эфирные масла группы монотерпенов производные – *цинеола* (листья шалфея лекарственного, эвкалипта прутовидного), *группы ароматических эфирных масел производные тимола* (трава тимьяна ползучего и обыкновенного); *фенольные соединения* – трава зверобоя продырявленного, цветки календулы лекарственной;

3. Противовоспалительные растения, содержащие дубильные вещества – кора дуба, корневище лапчатки, корневище горца змеиного, кровохлебки,

ольховые шишки и др.; *растения, содержащие эфирные масла производные азулена* – цветки ромашки аптечной и безъязычковой; *растения, содержащие слизи* - листья мать-и-мачехи, подорожника; цветки липы.

4. Жаропонижающие и потогонные растения – *растения, содержащие витамины* – плоды малины, плоды черной смородины, клюквы, брусники; *растения, содержащие эфирные масла группы монотерпенов* – плоды можжевельника обыкновенного; *сесквитерпенов* – цветки липы, листья березы, *ароматические эфирные масла* – трава душицы; *растения, содержащие флавоноиды* – цветки бузины; *растения, содержащие производные салициловой кислоты* – трава фиалки трехцветной, плоды малины;

5. Обволакивающие, смягчительные, отхаркивающие растения:

◆ *содержащие полисахариды (слизи)* - листья мать-и-мачехи; цветки липы, листья подорожника большого, виды алтея (лекарственного и армянского);

◆ *растения, содержащие эфирные масла группы сесквитерпенов производные алантолактона* – корневище с корнями девясила высокого, *производные ледола* – побеги багульника болотного, *производные кадинена* – корневище айра болотного; *ароматические эфирные масла производные тимола* – трава тимьяна ползучего и обыкновенного, трава душицы обыкновенной, *производные анетола* – плоды аниса обыкновенного, фенхеля обыкновенного, *содержащие смолы и бальзамы* – почки сосны;

◆ *растения, содержащие производные салициловой кислоты* – трава фиалки трехцветной;

◆ *растения, содержащие тритерпеновые сапонины* – корни солодки, корневище с корнями синюхи голубой и первоцвета весеннего;

◆ *содержащие алкалоиды, оказывающие противокашлевое действие* – это готовые стандартизированные препараты, выпускаемые фармацевтической промышленностью, содержащие кодеина фосфат; глауцина гидрохлорид из травы мачка желтого; из трава термопсиса ланцетного – настой 1:400, в составе микстуры; ликорина гидрохлорид из подснежника Воронова и унгернии Виктора;

◆ *бронхолитические растения и готовые препараты, содержащие алкалоиды тропанового ряда и эфедрин гидрохлорид*;

6. Противоаллергические растения, содержащие флавоноиды – трава череды трехраздельной, фиалки трехцветной, корни солодки голой и уральской;

растения, содержащие эфирные масла группы сесквитерпенов – листья березы.

Кроме того, в медицинской практике достаточно широко используются готовые официальные сборы, выпускаемые фармацевтической промышленностью:

Сбор витаминный № 1 (*Species vitaminosae № 1*). Состав: плодов шиповника, плодов рябины обыкновенной – ана. Показания: в качестве витаминного средства. Способ применения и дозы: внутрь в виде настоя по 1\2 стакана 3-4 раза в день.

Сбор витаминный № 2 (*Species vitaminosae № 2*). Состав: плодов шиповника, плодов черной смородины – ана. Показания: в качестве витаминного средства. Способ применения и дозы: внутрь в виде настоя по 1\2 стакана 2-3 раза в день.

Сбор поливитаминный (*Species polyvitanosae*). Состав: листьев крапивы – 3 части, плодов рябины обыкновенной – 7 частей. Показания: в качестве витаминного средства. Способ применения и дозы: внутрь в виде настоя по 1\2 стакана ложке 3-4 раз в день.

Сбор грудной № 1 (*Species pectoralis № 1*). Состав: корней алтея, листьев мать-и-мачехи – по 40%, травы душицы - 20%.

Сбор грудной № 2 (*Species pectoralis № 2*). Состав: листьев мать-и-мачехи – 40%, листьев подорожника большого, корней солодки – по 30%.

Сбор грудной № 3 (*Species pectoralis № 3*). Состав: корней алтея, корней солодки – по 28,8 г, листьев шалфея, плодов аниса, почек сосны – по 14,4 г.

Сбор грудной № 4 (*Species pectoralis № 4*). Состав: цветков ромашки, побегов багульника, цветков календулы, травы фиалки – по 20%, корней солодки – 15%, листьев мяты - 5%. Фармакологическое действие: отхаркивающее, противовоспалительное, спазмолитическое. Показания: инфекционно-воспалительные заболевания дыхательных путей, сопровождающиеся кашлем. Противопоказания: гиперчувствительность. Способ применения и дозы: внутрь в виде настоя после еды по 1\2 стакана 2-3 раза в день (сборы № 1,2,3) и по 1\2-1 стакану 3 раза в день (сбор №4) в течение 2-3 недель.

Сбор потогонный № 1 (*Species diaphoretica № 1*). Состав: цветков липы – 1 часть, плодов малины – 1 часть.

Сбор потогонный № 2 (*Species diaphoretica № 2*). Состав: листьев мать-и-мачехи – 4 части, травы душицы – 2 части, плодов малины – 4 части. Фарма-

кологическое действие: жаропонижающее, противовоспалительное. *Показания:* простудные заболевания. *Способ применения и дозы:* внутрь в виде настоя (в теплом виде) по 1\2 стакана 3-4 раз в день.

Сбор для ингаляций № 1 брикет (Briquetum specii pro inhalationibus № 1)

Состав: листьев шалфея, цветков ромашки – по 50%.

Сбор для ингаляций № 2 брикет (Briquetum specii pro inhalationibus № 2)

Состав: листьев эвкалипта прутовидного, цветков ромашки – по 50%. *Фармакологическое действие:* антимикробное, противовоспалительное. *Показания:* острые и хронические респираторные заболевания. *Противопоказания:* гиперчувствительность. *Способ применения и дозы:* настой для ингаляций и полосканий.

«Стержнем» фитотерапии при ОРЗ является ***ингаляционный метод***. При нем лекарственные вещества доставляются непосредственно в дыхательные пути и оказывают там максимально целебное воздействие. Лечение должно быть настойчивым и включать 4-6 ингаляций в начале болезни и 2-3 в период разрешения процесса. Многолетний опыт показывает, что, если ингаляции начать до возникновения воспалительных явлений в носоглотке, даже при наличии контактов с больными ОРВИ можно защитить себя или быстро оборвать начавшиеся болезненные симптомы. Каждый раз целесообразно готовить свежий отвар трав (эфирные масла растений быстро улетучиваются). Аэрозольные ингаляции при болезнях органов дыхания могут оказывать различное действие: антисептическое, противовоспалительное, бронхолитическое, способствуют разжижению и эвакуации мокроты, улучшает функцию мерцательного эпителия.

Для ингаляций применяются лекарственные растения, содержащие эфирные масла: календула, мята, ромашка, шалфей, эвкалипт, чабрец, береза, подорожник. Для ингаляций применяют 5-10%-ные отвары вышеуказанных растений. Ингаляции могут быть теплыми и холодными. Продолжительность первой ингаляции 1-2 мин и при хорошей переносимости впоследствии до 5-10 мин. Кроме того, могут использоваться готовые официальные препараты из растений: эфирные масла, настойки, соки. Наибольшей активностью обладают эфирные масла мяты, эвкалипта, шалфея и др., настойки календулы, эвкалипта, шалфея, мяты, зверобоя. Они используются в разведении с кипяченной водой или изотоническим раствором натрия хлорида. Для этого к 2-4 мл растворителя добавляется 15-20 капель масла или настойки. Продолжительность ингаляции 10-15 мин. Соки подорожника, каланхоэ являются готовыми лекарственными

формами, их изготавливают из листьев растений с последующей их консервацией. Показания для применения соков являются острые заболевания дыхательных путей: риниты, синуситы, фарингиты, бронхиты, пневмонии. На одну процедуру используется 1-2 мл сока. Ингаляции проводятся холодным способом через ингаляторы. Курс лечения 10-12 дней, в течение дня 2-3 ингаляции.

Можно рекомендовать некоторые рецепты:

Для ингаляций. *Эффективно использовать как отдельные растения, так и их смеси* - листья эвкалипта, шалфея, травы чабреца, сосновые и березовые почки: 3 ст. ложки измельченного сырья заливают 2 стаканами горячей воды, кипятят 2-3 мин. и вдыхают горячий пар через нос и рот; *Лук и чеснок* натирают на мелкой терке и вдыхают пары в течение 10-15 мин. 2 раза в день на протяжении 10-15 дней. Во время эпидемии гриппа в целях профилактики применяют настой чеснока: 2-3 истолченных зубчика заливают 2,5 ложками крутого кипятка, настаивают два часа и закапывают в нос по 2 капли в каждую ноздрю (взрослым и детям). Очень полезно вдыхать летучие выделения свежеприготовленной кашицы из лука и чеснока. Особенно активно выделение летучих фитонцидов в первые 10-15 мин, затем поток их быстро истощается. Попадая в дыхательные пути, фитонциды очищают их от болезнетворных бактерий, тонизируют и оздоравливают организм. Фитонциды лука и чеснока убивают практически все виды болезнетворных микробов; *Сборы для ингаляций* состоят обычно из 3-5 трав: к двум компонентам эфиромасличного действия добавляют 1-2 растения с обволакивающим и противовоспалительным действием (листья мать-и-мачехи, подорожника), а для улучшения вкуса и запаха – растертые семена аниса или листья мяты; *Хороший эффект при простуде* оказывает также вдыхание паров сваренного в "мундире" картофеля или картофельной кожуры и шелухи овса. Их фитонциды усиливают иммунологические реакции организма и восстановительные процессы в тканях. Сварить картофель в "мундире" и вдыхать его пар при острых респираторных заболеваниях.

Для промывания полости носа и полоскания горла. Используют листья шалфея, цветки ромашки, череду, чабрец, аир, багульник, зверобой, календулу, фиалку, эвкалипт: 4 ст. ложки измельченного сырья заливают двумя стаканами кипятка, кипятят несколько минут и применяют 3-4 раза в день; Соки, приготовленные из овощей: моркови, красной свеклы, капусты, репы, хрена, разведенные пополам с водой используют для полоскания полости рта и горла, а также приема внутрь; Пихтовое масло получают из хвои и молодых побегов

пихты, оно обладает высокой биологической активностью. Пихтовое масло относится к экологически чистым продуктам, поскольку пихта может расти только в местах с чистым воздухом, свободным от промышленных загрязнений. Чистое масло наносится на миндалины, закапывается в носовые ходы; При ринитах для закапывания в нос хорошо себя зарекомендовали сок моркови, свеклы, разбавленные с растительным маслом (1:5). Также можно использовать чеснок или лук, которые кусочками кладут на 2-3 минуты в растительное масло, затем вынимают и это масло, содержащее извлеченные из них фитонциды закапывают в нос.

Для снижения температуры.

◆ *Быстрое жаропонижающее действие* оказывает настой цветков ромашки аптечной (1 чайная ложка) и липового цвета (1 столовая ложка), заваренных 1 стаканом кипятка, настоять 30 минут, процедить и принимать по 1/2 стакана 2-3 раза в день.

◆ *При высокой температуре* хорошо помогает сок калины, следует учитывать при этом снижение артериального давления, поэтому при гипотонии не назначается. Полезно теплое питье с добавлением клюквы, лимона, брусники, которые оказывают легкий мочегонный эффект и способствуют быстрейшему выведению продуктов жизнедеятельности микроорганизмов. Для полоскания полости рта и горла эффективны отвары и настои листьев шалфея, эвкалипта, календулы, мать-и-мачехи. Необходимо отметить, что антисептические свойства настоя листьев эвкалипта настолько выражены, что после его длительного применения полностью исчезают проявления ангины. Для полоскания применяют теплый настой из расчета 20 г сырья на 200 мл воды;

◆ Для успешного лечения важно пребывание больного в тепле, а также использование народных методов, направленных на облегчение течения воспалительного процесса, устранение насморка, кашля, интоксикации. Общепринято назначение обильного питья: чай с малиновым или смородиновым вареньем.

При появлении кашля. Для облегчения откашливания мокроты эффективно применение грудных сборов №1, №2, №3, №4 (см. выше).

◆ Настои и отвары из корневищ с корнями девясила (Рис.4), листьев мать-и-мачехи, подорожника, корня солодки, алтея, травы зверобоя, душицы, багульника, чабреца, почки сосны, плодов аниса, фенхеля (2-3 ст.л. (10-15 г.) измельченного сырья заливают 2 стаканами кипятка, нагревают на кипящей водяной бане 15 мин, охлаждают 45 мин, процеживают. Принимают в 1/3 стакана 4

раза в день);

Многие растения можно применять самостоятельно. Такие процедуры смягчают кашель и разжижают мокроту, лечат осиплость голоса и насморк. Данные сборы целесообразно принимать и внутрь в виде настоев. Не следует игнорировать питье теплого молока с добавлением сливочного масла, меда, питьевой соды. Полезно принимать щелочную минеральную воду.

Пищевые растения, рекомендуемые при ОРВИ

При простудных заболеваниях, с первых дней болезни назначаются овощные и фруктовые соки, рекомендуется использовать природные поливитаминные средства: плоды клюквы, калины, смородины черной, земляники в сочетании с медом, плоды цитрусовых и др.. Введение витаминов и микроэлементов с растительными смесями способствует активации иммунной системы больного и уменьшает вероятность хронизации процесса и осложнений. Эффективно обильное питье фруктовых, овощных соков, морсов, приготовленных из плодов клюквы, брусники, малины, лимона, шиповника, облепихи и др., компоты из ревеня, кисели из черной смородины, шиповника.

Плоды лимона, апельсина можно употреблять с цедрой, так как в ней содержится большое количество витамина Р, а в сочной части плода комплекс поливитаминов.

Полезно употребление сока моркови, свеклы, капусты, смешанных с медом или яблочным соком (1:1), которые можно употреблять внутрь или использовать для полоскания горла несколько раз в день и по одному глотку в конце полоскания проглатывать.

При появлении кашля целесообразно употребление сока редьки, смешанного с медом или сахаром (1:1), сока лука репчатого или чеснока, смешанного с медом (1:1). Полезны витаминные и общеукрепляющие сборы: шиповник и малина (плоды), листья смородины и брусники в равных частях, 20 г смеси залить 200 мл кипятка, настоять 30 минут, принимать по 100 мл 3-4 раза в день.

В период развернутой картины болезни средства местного воздействия необходимо использовать регулярно до полного прекращения воспалительных явлений в носоглотке. Общий курс фитотерапии при острых респираторных заболеваниях обычно составляет 5-7 дней, однако целесообразно продолжение фитотерапии до прекращения основных признаков болезни (насморка, кашля, слабости).

ФИТОТЕРАПИЯ

ПРИ ХРОНИЧЕСКОЙ ОБСТРУКТИВНОЙ БОЛЕЗНИ ЛЕГКИХ

Для ингаляций используют отвары сосновых почек, листьев эвкалипта, шалфея, травы чабреца, почек березы (в смеси или отдельно). Берут 3 столовые ложки измельченного растительного сырья, заливают 0,5 л кипятка, кипятят в чайнике 3-4 мин, снимают с огня, надевают на носик чайника воронку и дышат горячим паром (через рот и нос). *Для полоскания зева* используют: аир, багульник, будру, зверобой, календулу, тысячелистник, череду, чабрец, фиалку, хвощ, эвкалипт (в смеси или отдельно).

В 1-ой стадии заболевания (1-3 сут), когда больных беспокоят боль за грудиной, першение в горле, общие симптомы интоксикации, применяют растения, оказывающие смягчающее и анестезирующее действие: ингаляции по 8-10 процедур на курс и прием средства внутрь по 1/2 стакана в теплом виде (2-3 раза в сутки).

Потогонные сборы: 1. Цветки бузины черной, ромашки аптечной, липы сердцевидной; лист мяты перечной – поровну. Принимать в виде горячего настоя по стакану 2-3 раза в день. 2. Цветки липы сердцевидной; плоды малины обыкновенной – поровну. Принимать в виде горячего настоя на ночь по 1 стакану.

Во 2-й стадии острого бронхита (отек) появляется чувство сдавливания в груди и одышка, вызванные отеком слизистых. Необходимо использовать растения, обладающие вяжущими свойствами, в виде аэрозольных ингаляций по 5 минут: 2-3 процедуры или внутрь по 1/2 стакана 3-4 раза в день: масляный экстракт багульника эффективен при острых и хронических ринитах. 20,0 г сухой измельченной травы – на 200 мл растительного масла (лучше миндальное, вазелиновое, абрикосовое). Нагревают на кипящей водяной бане 30-60 минут, фильтруют, закапывают в нос по 3-6 капель (можно применять наружно при ожогах, экземе, чесотке, пролежнях, отморожениях); холодные ингаляции с чесноком, луком, хреном. Измельчают одно из растений и высыпают в банку, которую плотно закрывают. Уже через 0,5 часа можно открыть крышку и сделать 5-6 глубоких вдохов носом и ртом, задерживая выдох на 4-5 секунд. В течение дня повторить эту процедуру 6-8 раз; паровые ингаляции проводят с картофелем, сосновыми почками, шалфеем, березовыми почками, мать-и-мачехой, зверобоем, эвкалиптом, ромашкой.

При хроническом бронхите, кроме вышеуказанных, рекомендуются комплексные мероприятия, направленные на абсолютное запрещение курения, устранение веществ, постоянно раздражающих слизистую оболочку дыхательных путей, регулирование образа жизни, санацию верхних дыхательных путей, повышение резистентности организма. Хороший терапевтический эффект дают физиотерапевтические методы лечения, массаж грудной клетки, ЛФК.

При мучительном сухом кашле в начале заболевания применяют противокашлевые средства, при усилении отделения мокроты – отхаркивающие средства. При нарастающей одышке и цианозе, затрудненном отделении густой и вязкой мокроты индивидуально подбирают бронхоспазмолитические средства, содержащие эфедрин. При дополнительно гнойном бронхите назначают антибактериальную терапию, а при обструктивном бронхите – бронхоспазмолитики и глюкокортикоиды.

При мучительном сухом кашле в начале заболевания применяют: 1) растительные средства, содержащие алкалоиды: препараты кодеина – «кодеина фосфат» – субстанция (ангро); «коделак»; из травы мачка – «глауцина гидрохлорид»; «Бронхолитин» – содержит глауцина гидрохлорид 0,125 г, эфедрина гидрохлорид 0,1 г, базиликового масла и лимонной кислоты по 0,125 г – внутрь взрослым по 1 ст.л. 3-4 раза в день, детям по 1 ч.л. 3 раза в день; из травы термопсиса – настой 1:400, сухой экстракт, «Микстура от кашля сухая для взрослых», «Таблетки от кашля»; из подснежника Воронова и унгернии Виктора – алкалоид «ликорина гидрохлорид»; 2) растительные средства, содержащие эфирные масла:

- ◆ из побегов багульника болотного – препарат «Ледин»;
- ◆ плоды аниса обыкновенного» - в виде настоя или эфирное масло; нашатырно-анисовые капли, содержащие масло анисовое, раствор аммиака, спирт 90%; «эликсир грудной», содержащий экстракт солодки густой, масло эфирное анисовое, раствор аммиака, спирт 90%.

При нарастающей одышке и цианозе, затрудненном отделении густой и вязкой мокроты индивидуально подбирают бронхоспазмолитические средства, содержащие эфедрин: «Эфедрин гидрохлорид» – таблетки, раствор в ампулах п\к и в\м, входит в состав комплексных препаратов «Геофедрин», «Эфатин», «Дефедрин», «Солутан» (при астматических состояниях назначают до 60 капель на прием, применяют также для ингаляций).

При трахеобронхите, когда наблюдается кашель с большим количеством вязкой мокроты, назначают средства, оказывающие смягчительное и бактерицидное действие, улучшающие дренажную функцию трахеобронхиального дерева. Для ингаляций по 15 минут (6-8 процедур) и для приема внутрь по 1/2 стакана 3-4 раза в день применяют следующие сборы:

1. Трава череды, лист подорожника - по 2 части; цветки коровяка – 3 части.

2. Побеги багульника - 1 часть, трава душицы, лист мать-и-мачехи – по 2 части.

3. Трава зверобоя, лист шалфея – по 3 части; цветки календулы, ромашки – по 4 части.

При бронхоспазме рекомендуются сборы:

1. Корни солодки, плоды аниса, лист шалфея, сосновые почки – поровну.

2. Корень солодки, лист подорожника – по 3 части; лист мать-и-мачехи – 4 части. Настой принимают по 1/4 стакана 4-5 раз в день. Оказывает бронхорасширяющее действие, усиливает секрецию бронхиальных желез и разжижает мокроту.

3. Корень алтея, трава тимьяна обыкновенного – поровну. Настой принимают по 1/3-1/4 стакана 3 раза в день. Настои и отвары принимают по 1/3 стакана каждые 4-5 час после еды, на ночь – по 1/2 стакана.

При бронхите с астматоидным компонентом рекомендуют сбор: плоды аниса – 1 часть; лист мяты перечной, трава фиалки трехцветной, душицы – по 2 части; цветки календулы, лист подорожника, трава череды – по 4 части. Настой принимают внутрь по 1/3 стакана 3 раза в день. Ингаляции проводят 3 раза в день.

При лечении ХОБЛ наиболее часто используют **растения с преимущественным содержанием полисахаридов** (листья мать-и-мачехи; цветки липы, листья подорожника большого, виды алтея (лекарственного и армянского). *Листья мать-и-мачехи*. 1ст.л. на стакан кипятка, тепло укрыть, настоять не менее 1 часа, не процеживать. Пить в 3-4 приема. Листья мать-и-мачехи обладают превосходным обволакивающим эффектом, поэтому прием этого настоя до еды поможет попутно снять боли в эпигастрии. Кроме того, у этого растения обнаружен интерферогенный эффект, что представляет интерес в плане предупреждения рецидивов ХОБ во время зимних вирусных эпидемий.

Следует помнить, что для максимального извлечения их действующих

веществ в раствор желательно проводить холодное настаивание. Практика показывает значительно более высокую терапевтическую активность холодных настоев, по сравнению с отварами:

Корень алтея 1ст.л., корень девясила 1ст.л. Смесь залить на ночь 0,5-0,7 л кипяченой воды, настоять при комнатной температуре. Не процеживать. Пить глотками в течение дня. Из травы алтея лекарственного получают сироп алтея, экстракт алтейного корня сухой, препарат «Мукалтин» – смесь полисахаридов из травы алтея лекарственного – таблетки, содержащие по 0,05 г мукалтина с добавлением 0,087 г натрия гидрокарбоната и 0,16 г винной кислоты – внутрь по 1-2 таблетки (перед едой). Курс лечения 7-14 дней.

Слоевница исландского мха (цетрария) богаты полисахаридами и усниевыми кислотами, которые обладают системным противомикробным действием, тогда как большинство трав проявляют антимикробную активность только при местном применении. Слоевница исландского мха (цетрария) показаны при пневмониях, гнойных бронхитах и других бактериальных заболеваниях, в том числе кишечных инфекциях. *Слоевница цетрарии 10 г.* Сырье залить холодной водой 0,5 л, довести до кипения и томить на малом огне полчаса, дать остыть, процедить. Давать по 2-3ст.л. каждые 2 часа. Этот отвар получается весьма горьким, поэтому цетрарию можно предварительно вымочить в холодной воде, слить ее и затем уже готовить отвар.

Эффективно использование сбора следующего состава: *Лист мать-и-мачехи 20 г, корень пырея 100 г, лист подорожника 20 г, цветки коровяка 30 г, цветки липы 20 г.* 4ст.л. сбора залить 1 л холодной воды, выстоять ночь, утром довести до кипения и варить на самом малом огне 5-7 минут, дать остыть, процедить. Пить глотками в течение дня.

Растения с преимущественным содержанием эфирных масел, которые оказывают выраженное противовоспалительное, отхаркивающее действие:

Трава чабреца - настой по 1 столовой ложке – 3 раза в день взрослым и по 1/2 чайной ложке, или 1 десертной ложке – 3 раза в день детям. Помогает при повышенном кашлевом рефлексе, бронхиальной обструкции, обладает сильным бактерицидным действием. При повышенном кашлевом рефлексе и применяют траву чабреца в виде настоя, жидкого экстракта. Фармацевтическая промышленность выпускает препарат в виде сиропа «Пертуссин», содержащий экстракт тимьяна ползучего или тимьяна обыкновенного.

Побеги багульника. 2ч.л. на стакан кипятка, настоять 30-40 минут, процедить. Выпить в 4-5 приемов между приемами пищи. По нашим наблюдениям багульник не переносит кипячения, многие ценные его свойства при этом теряются. Обладает противокашлевым, иммуномодулирующим и выраженным успокаивающим действием. Рекомендованную дозировку превышать не рекомендуется – могут появиться головные боли.

Плоды аниса обыкновенного - 2-3 ст. ложки семян заливают 500 мл кипятка. Настаивают в термосе в течение ночи, выпивают в 2-3 приема за 20-40 мин до еды.

Трава душицы - 2 ст.л. (10 г) измельченного сырья заливают 2 стаканами кипятка, нагревают на кипящей водяной бане 15 мин, охлаждают 45 мин, процеживают. Принимают в 3 приема за 30 мин до еды.

Цветки бузины черной (Рис.8). 2 ст.л. заварить в 0,5 л кипятка в термос, настоять не менее 1 часа. Пить в течение дня как чай. Обладает потогонными, противовоспалительными и противовоспалительными свойствами, оказывает противокашлевое действие. Увеличивает диурез. Ослабляет начальную фазу воспаления, действуя подобно стероидным гормонам. Оказывает иммуностимулирующий и противоаллергический эффект, снижает проницаемость сосудистых стенок, предупреждает и устраняет бронхоспазм.

Сосновые почки – настой оказывает выраженное бронхолитическое действие, который принимают по 1/3 стакана 3 раза в день.

Корневища и корни девясила применяют в виде отвара (20,0:200,0) по 1 столовой ложке 4-5 раз в день.

Растения с преимущественным содержанием сапонинов повышают секреторную активность бронхиальных желез, стимулируют работу мерцательного эпителия и способствуют эвакуации мокроты, стимулируют кашлевой центр. К этой группе относятся: цветки бузины черной, фиалки, корни первоцвета, синюхи голубой, истода. Они показаны при наличии обильной слизистой мокроты в фазе разрешения, недостаточной функции кашлевого центра и остаточных воспалительных явлениях.

Особое место в ряду сапонинсодержащих растений занимает солодка голая. Перечень ее достоинств огромен. Она обладает антистрессовым, детоксикационным, антиоксидантным и адаптогенным действием, свойственным гормонам коры надпочечников и гипофиза в процессе адаптации к неблагоприятным условиям. Оказывает прекрасное отхаркивающее, обволакивающее дейст-

вие, стимулирует активность реснитчатого эпителия в трахее и бронхах, усиливает секреторную функцию слизистых оболочек верхних дыхательных путей. Она проявляет спазмолитическое действие на гладкие мышцы, снижает проницаемость сосудистой стенки. Солодку – одно из самых мощных детоксикационных и безопасных средств в растительном мире – должно вываривать 40 минут по правилам российской фармакопеи, а по правилам китайской народной медицины – не менее 2 часов с последующим настаиванием в термосе в течение ночи. Справедливости ради, следует отметить, что китайский рецепт действительно предпочтительней для максимального получения фармакологического эффекта корней солодки уральской или солодки голой.

Кроме того, эффективно использование следующих растений:

Корневище синюхи голубой. - 1ч.л. на стакан кипятка, томить на водяной бане 15-20 минут, настоять 1 час, процедить и довести до исходного объема. Выпить в три приема в течение дня, за 10-15 минут до еды. Синюха по отхаркивающему эффекту превосходит импортную сенегу, по седативному – сильнее валерианы в 8-10 раз. Обладает гормоноподобными, анаболическими и гиполипидемическими свойствами. Прекрасный антигипоксант. Особенно хороша при выраженных воспалительных и хронических процессах с явлениями астенизации и невроза.

Корень истода - применяют в виде отвара (20,0:200,0) по 1 столовой ложке 5 раз в день за 1 час до еды (не применять больным с гастритами, язвенной болезнью) при бронхитах с небольшим выделением густой, вязкой мокроты, при поражении крупных и средних бронхов.

При мучительном кашле и вязкой, неоткашливающейся мокроте назначение сапонинсодержащих растений нерационально. В этом случае их можно вводить лишь в качестве небольшой составляющей сбора. *Цветки бузины черной 50 г, корень девясила 30 г, трава зверобоя 30 г, цветки таволги 50г, почки черного тополя 30 г, лист эвкалипта 20 г.* 4 ст.л. сбора залить 0,7-1,0 л кипятка в термос, настоять 1 час, процедить. пить глотками в течение дня при одышке и влажных хрипах в легких, обильной слизисто-гноной мокроте. При хронической легочной патологии желателен **назначение растений, содержащих кремниевые кислоты.** Для них характерно антисклеротическое действие, они стимулируют фагоцитоз. «Чемпионами» по содержанию органических кремниевых кислот являются овес, спорыш, хвощ, крапива, пикульник.

Практически все больные ХОБЛ страдают от хронической гипоксии и интоксикации, при этом в первую очередь страдает центральная нервная система. И даже если пациент принимает регулярно бронходилатирующие средства, эти два патологических звена все равно сохраняются. В данном случае самочувствие пациента можно значительно улучшить, если добавить к базисному медикаментозному лечению сбор, состоящий из **растений-антигипоксантов**.

Цветки липы 25 г, трава мелисы 20 г, трава сушеницы 20 г, цветки таволги 50 г, лист подорожника 20 г, лист березы 50 г. Смешать, 2 ст.л. сбора залить 0,5 л кипятка, тепло укрыть, настоять ночь, утром процедить. Пить в 3 – 4 приема до еды.

Выраженная интоксикация развивается у пациентов с непрерывно рецидивирующими воспалениями дыхательной системы, когда идет интенсивный распад собственных тканей и микробов. В этой ситуации сбор должен быть многокомпонентным, и помимо противовоспалительных и противомикробных трав должен содержать **«кровоочищающие» растения** и растения с нефропротекторными свойствами (защита от амилоидоза почек!). *Корень солодки 50г, корень лопуха 30 г, корневище пырея 50г, лист подорожника 20 г, трава фиалки трехцветной 20 г, трава хвоща полевого 30 г, трава подмаренника настоящего 30 г, трава иссопа 20 г, и очки сосны 30 г, почки тополя черного 50гр.* 4ст.л. сбора залить 1,0 л кипятка в термос, настоять ночь, утром процедить. Пить в течение дня по принципу «походил - попил».

В этом сборе наглядно показано, что одно растение обладает множеством эффектов. К примеру – корневище пырея обладает отхаркивающими, кровоочистительными и нефропротекторными свойствами, трава фиалки - кровоочистительный, отхаркивающий и противоаллергический эффект, и т.д. Неплохо в такой сбор ввести растения-адаптогены, но о них речь пойдет ниже. Если к этому сбору добавить 50 г листьев шалфея, то можно значительно снизить изнуряющую ночную потливость, характерную для больных ХОБЛ.

Хорошие результаты показало применение следующих растений:

Трава донника желтого. 1ст.л. на стакан кипятка, настоять 30-40 минут, процедить. Пить в 4-5 приемов, лучше до еды. Обладает значительным противовоспалительным, болеутоляющим, отхаркивающим действием. Оказывает иммуномодулирующее действие, мобилизуя противовирусную защиту организма, повышает фагоцитарную активность лимфоцитов, в эксперименте увеличивает численность лейкоцитов, главным образом за счет лимфоцитов.

Улучшает мозговое и периферическое кровообращение, проявляет успокаивающее и противосудорожное действие.

Лист копытня европейского. 1 ч.л. листьев на стакан кипятка, настоять ночь, лучше в термосе. Пить по 2 ст.л. 4-5 раз в день до еды. Очень жаль, что сейчас копытень европейский используется в основном только отчаявшимися женщинами для лечения своих мужей-алкоголиков от пьянства, поскольку обладает рвотным действием. Это прекрасное растение всесторонне изучила и с успехом применяла профессор Башкирского Государственного Медицинского Института Ахметова Б.Х. в 60-70 гг прошлого века. Она получала отличные результаты у пациентов с хронической легочной патологией в сочетании с сердечной недостаточностью.

Прием травяных настоев и отваров при хронических болезнях легких обязательно надо сочетать с местными видами лечения. Причем, эти методы не исчерпываются только ингаляциями. Хорошо себя показали фито-аппликации на область грудной клетки при хобл, это позволяет значительно усилить эффект любого лечения.

При экссудативных плевритах, затяжных и хронических пневмониях, хронических бронхитах прекрасно себя показали **аппликации черной редьки** на грудную клетку в соответствующей патологическому процессу проекции. Для них тертую массу накладываем на ткань слоем около сантиметра и прикладываем компрессом на 15-20 минут. Она ни в коем случае не должна быть холодной, ее можно подогреть на батарее центрального отопления. У особо чувствительных людей можно смазывать кожу грудной клетки растительным маслом. Положительный эффект появляется уже после первой процедуры, на курс – от 3 до 7 процедур.

Также замечательно при хронических воспалительных процессах в легких себя зарекомендовала **мазь из корней окопника**. Она втирается в грудную клетку и особенно в межреберья 1 раз в день обычно перед сном. Корень окопника не обладает разогревающим действием, зато является одним из самых сильных регенерантов в растительном мире и обладает мощным противовоспалительным действием. Курс лечения - до двух недель.

Мазь из живицы (смолы) сосны или других хвойных деревьев сложна для самостоятельного приготовления, но ее с успехом можно заменить **пихтовым или кедровым маслом**. В этом случае на 10гр детского крема или вазелина берется 10 капель масла, размешивается и втирается в грудную клетку перед

сном, пациента необходимо тепло укрыть для более полного прогревающего эффекта. И, конечно же, не стоит забывать о **фитоаппликациях**. Отжим трав, оставшийся от травяного отвара или настоя, прокипятить в малом количестве воды 1-2 минуты и приложить в теплом виде к грудной клетке на 15-20 минут, сверху тепло укрыть. Хотя отношение врачей и даже пациентов к этой процедуре часто скептическое, можно смело утверждать, что фитоаппликации совместно с другими методами лечения позволяют гораздо быстрее добиться положительного эффекта в течении болезни.

Одной из главных задач фитотерапии является профилактика обострений. Очень важно проведение противорецидивных курсов фитотерапии, даже на фоне стойкой ремиссии еще не менее двух – трех лет. Желательно принимать пыльцу или пергу (продукты пчеловодства) и адаптогены курсами на протяжении всего холодного времени года. По нашему мнению, **назначение адаптогенов** – элеутерококка, родиолы розовой, аралии, левзеи, женьшеня у пациентов с затяжными обструктивными и рецидивирующими бронхитами является обязательным. Их использование позволяет гораздо быстрее выходить из обострения и значительно удлинять период ремиссии. Традиционное восприятие адаптогенов исключительно в качестве стимуляторов и возбуждающих средств является устаревшим. Все перечисленные адаптогены не являются ядами, они не вызывают нарушений поведения, самочувствия, более того, они являются корректорами нарушенного поведения. Практически всем им свойственны противовоспалительные, противоальтернативные, антидеструктивные, общеукрепляющие, анаболические, иммуномодулирующие, антитоксические свойства. Они оказывают антиневротический, стресс-лимитирующий эффект, корректируют стресс-индуцированные иммунодефицитные состояния, ускоряют репаративные процессы в тканях. А так же за счет отхаркивающего и смягчительного действия оказывают противокашлевой эффект, повышают дренажную функцию бронхов, предупреждают лейкопению у больных, длительно лечащихся химиопрепаратами. Для усиления анаболического эффекта их можно сочетать с клевером, айром, спорышем, кориандром, крапивой, укропом, одуванчиком (Барнаулов О.Д., 1999).

С осторожностью следует назначать адаптогены при повышении артериального давления. В этом случае следует пользоваться половинными дозами – обычно (для взрослого человека) по 15 капель стандартизованной настойки или экстракта в первой половине дня, курсами по 10-14 дней в месяц на протяжении

всего холодного периода года. Эта установка не относится к элеутерококку, так как он умеренно снижает повышенное артериальное давление и урежает пульс. Его можно назначать по 30 капель утром и днем, а через несколько дней приема дозировку удвоить без каких бы то ни было последствий.

Следует помнить, что эффективна только регулярная фитотерапия в течение многих лет. После каждого перерыва состав фитосборов целесообразно менять.

ФИТОТЕРАПИЯ БРОНХИАЛЬНОЙ АСТМЫ

Наиболее часто используют следующие лекарственные растения: плоды аниса, листья алоэ, корни алтея, солодки, побеги багульника, цветки бузины, липы, корневище с корнями девясила, трава душицы, зверобоя, чабреца, череды, цветки календулы, листья крапивы, мать-и-мачеха, подорожника, мяты, шалфея, эвкалипта, плоды малины, рябины, шиповника, листья березы, плоды можжевельника, трава спорыша, фиалки, хвоща, пихта, сосна, репа, хрен.

Необходимо проводить санацию носоглотки для восстановления свободного носового дыхания и удаления очагов инфекции. С этой целью проводят паровые ингаляции и полоскания, используя ромашку, шалфей, календулу, тысячелистник, зверобой, эвкалипт.

В зависимости от формы заболевания и симптоматики, некоторые лекарственные растения используют самостоятельно (в основном, при легких формах, кашле): семена аниса (настой принимают по 1/4 стакана 3-4 раза в день за 30 минут до еды); траву душицы (настой принимают по 1/2 стакана 2-3 раза в день); лист мать-и-мачехи (настой принимают по 1/4 стакана 4 раза в день); лист подорожника (настой принимают по 1/3 стакана 3-4 раза в день за 15 минут до еды); корень солодки голой (настой принимают по 1 столовой ложке 4-5 раз в день); траву чабреца (настой принимают по 1/4 стакана 4-5 раз в день); репу огородную (2 столовые ложки измельченного корнеплода на 1 стакан воды, кипятить на водяной бане 15 минут, принимать по 1/4 стакана 4 раза в день).

Учитывая сложность заболевания и необходимость многостороннего воздействия на организм больного, целесообразно применять **сборы лекарственных растений**: 1. Льняное семя, трава тимьяна обыкновенного – по 1 части;

плоды аниса обыкновенного – 1,5 части. Настой принимать по 1/3-1/4 стакана 3 раза в день. 2. Трава чабреца, лист мать-и-мачехи, трава фиалки трехцветной, корень девясила высокого – поровну. Настой принимать по 1/2 стакана 3 раза в день перед едой. 3. Трава чистотела большого, горца птичьего, фиалки трехцветной, сосновые почки – по 1 части; трава крапивы двудомной, багульника болотного, исландский мох – по 2 части. Настой принимать по 1/4 стакана 4 раза в день перед едой. 4. Чага, корень солодки голой – по 1 части; лист подорожника большого, мяты перечной, шалфея лекарственного, цветки пижмы обыкновенной, корень аралии маньчжурской, трава тысячелистника обыкновенного – по 2 части; трава багульника болотного, зверобоя продырявленного – по 4 части. Настой принимают по 1/4 стакана 3 раза в день.

Применяют следующие *препараты растительного происхождения*:

«Микстура противоастматическая (по прописи Траскова)» – в 1 л натрия йодида и калия йодида по 100 г, настой из лекарственных растений (листья крапивы, травы хвоща полевого, листьев мяты перечной, травы горичвета, плодов аниса, плодов фенхеля, плодов шиповника, сосновых игл) – внутрь по 1 ч.л. в теплом молоке 2-3 раза в день после еды (взрослым). В случае возникновения побочных явлений (йодизм) дозу уменьшают до 1/2 чайной ложки 1-2 раза в день. Курс лечения 4-5 нед.;

«Сбор противоастматический» (Species «Antiasthmaticum») *Состав*: листьев белены - 1 г, листьев красавки – 2 г, листьев дурмана – 6 г, натрия нитрата - 1 г. *Фармакологическое действие*: антихолинергическое (мхолиноблокирующее). *Показания*: бронхиальная астма. *Побочные эффекты*: тахикардия, сухость во рту, расширение зрачков, нарушение аккомодации, затруднение мочеиспускания, атония кишечника, головокружение. *Противопоказания*: глаукома; аритмии, стеноз митрального клапана, сердечная недостаточность, коронарная недостаточность; атония ЖКТ и мочевого пузыря; рефлюкс-эзофагит; гипертрофия предстательной железы. *Способ применения*: 1/2 чайной ложки смеси сжигают на блюдце и вдыхают при приступе бронхиальной астмы, предварительно закрыв нос марлевой повязкой. **«Солутан»** (Чехия) – радобелина (алкалоид из корня красавки) 0,1 г, сапонины 1 мг, масла фенхелевого 0,4 мг, новокаина 4 мг, эфедрина гидрохлорида 17,5 мг, натрия йодида 0,1 г, экстракта толутанского бальзама 25 мг, воды горькоминдальной 30 мг, спирта, воды до 1 мл – внутрь взрослым по 10-30 кап 3 раза в день (после еды). При астматических состояниях назначают до 60 капель на прием, применяют также для

ингаляций; «Дефедрин» – таблетки по 0,03 г, содержащие алкалоид, выделенный из эфедры хвощевой – внутрь по 1-2 таблетки 2-3 раза в день. Курс лечения 10-20 дней. Поддерживающая терапия по 0.03 г на ночь; «Глицирам» – таблетки по 0,05 г или гранулы в баночках по 40 г с ложечкой дозатором, содержат монозамещенную аммониевую соль глицирризиновой кислоты, выделенной из корней солодки голой или уральской –

внутри взрослым по 1-2 таблетки за 30 мин до еды 2-4 раза в день; в тяжелых случаях по 2 таблетки 3-6 раз в день. Детям в виде гранул по 1/3 дозир. ложке или содержимое 1 пакета растворяют в 20 мл теплой воды 2-3 раза в день. Курс лечения от нескольких дней до нескольких месяцев.

В комплексную терапию больных БА включают антипаразитарные, седативные средства и успокоительные сборы.

ФИТОТЕРАПИЯ ПНЕВМОНИЙ

На 1 стадии острой пневмонии (морфологически – стадия прилива; 12 ч – 3 сут) не рекомендуют назначать отхаркивающие препараты, так как еще нет мокроты, и если провоцировать кашель, то продукты распада будут распространяться в соседние альвеолы. На 1-м этапе лечения нельзя давать солодку и ставить банки, так как может возникнуть отек легких. Необходимо резко ограничить потребление NaCl, укрепить стенки сосудов.

На данной стадии можно рекомендовать сбор: *1. Корень кровохлебки – 2 части; трава хвоща полевого, донника, таволги, кора ивы – по 3 части; лист малины, корень лапчатки прямостоячей – 4 части; лист шалфея – 5 частей; трава зверобоя – 6 частей.* Принимать в виде настоев по 100 мл 6 раз в день.

На 2 стадии (красное опеченение – 1-3 сут; серое опеченение – 2-6 сут) нужно активировать воспаление, кашель, разжижение мокроты (алтей). На этом этапе назначают банки – активируют фибринолиз. Рекомендуется растереть грудную клетку тугоплавкими жирами (барсучий, бараний, козий, лучший из них – медвежий). Жир принимают внутрь, добавив его в горячее молоко. В жир для растирания добавляют 2-3 мл пихтового масла или скипидара.

На следующем этапе нужно стремиться к рассасыванию экссудата. *Сборы, оказывающие отхаркивающее, бронхолитическое, бактерицидное действие:* 1. Официальные грудные сборы № 1 - № 4. 2. Сборы народной медицины:

Цветки коровяка, корневища аира – по 2 части; трава репешка, трава зверобоя – по 3; лист малины, цветки конского каштана, трава манжетки, донника – по 5 частей; Трава будры, вероники, донник, лист земляники, плоды тмина (фенхеля) – по 1 части; корень алтея, почки березы, трава буквицы, корень девясила, цветки календулы, липы, трава чабреца, череды – по 2 части; цветки коровяка – по 3 части; лист эвкалипта – 1- 3 части; трава зверобоя – 4 части; корень солодки – 2-6 частей;

Трава иссопа, клевера, плоды можжевельника, корень одуванчика – по 1 части; корневища аира, цветки бузины черной, кора ивы, трава тысячелистника – по 2 части; корень солодки – 2-6 частей; лист вахты, лист и ягоды малины, трава фиалки трехцветной – по 3 части; трава багульника – 4 части.

Выпить 1 л настоя в течение дня. Принимать 6 дней.

На 2 и 3 стадиях рекомендуют горячительные обертывания, горячие ванны с добавлением скипидара. На 3 стадии (разрешения – 2-3 неделя) рекомендуют сборы, способствующие восстановлению структуры поврежденных тканей, очищающие легочную ткань. В фазе остаточных изменений (2-3 неделя от начала пневмонии) рекомендуют сбор: *корень солодки – 1 часть; трава календулы, чабреца – по 1,5 части; лист мать-и-мачехи, подорожника – по 2 части.* Настой принимают по 1/4 стакана 4-5 раз в день до еды. Для уменьшения болей рекомендуют растирания: линименты перцово-камфорный, скипидарный; масло беленное; настойка стручкового перца; мазь камфорная; горчичники; перцовый пластырь.

При сухом кашле рекомендуют следующие фитосредства: вереск (настой пить небольшими порциями в течение дня); сок редьки, моркови с медом; березовый сок с горячим молоком; сок хрена с молоком; сок брусники с медом; мак зеленый (головку кипятить в 1/2 стакана воды 15 минут, принимать по 1-3 чайные ложки 2-3 раза в день); мальва лесная (просвирник) – цветки, листья, корни (при охриплости настой принимать по 1/4 стакана 3 раза в день и полоскать горло); шелковица белая (настой листьев принимать по 1-2 столовые ложки 3 раза в день); кипятить сок репы или редьки с сахаром и медом; овес (1 стакан промытого овса с шелухой варить в 1 л молока 1 час на тихом огне, процедить, пить в горячем виде с маслом и медом целый день вместо супа и чая); айва, груши (вынуть сердцевину, добавить по 1 столовой ложке меда, сливочного масла; испечь на водяной бане, съесть).

ФИТОТЕРАПИЯ ТУБЕРКУЛЕЗА

Природные целительные факторы для лечения туберкулеза (А.А. Алтамышев, 1991): климатотерапия, степно-полюнный климат; свежий, горный, хвойно-лесной воздух; кумысолечение; нутряной жир (свиной, кабаньей, лошадиный, индюшиный); мясопродукты; рыба (сом, форель, осетры, пелядь); икра (черная, красная); лечебная физкультура; морально-психологический фактор (оптимизм общий); лекарственные растения (лютик, полынь, пижма, орех и др.).

Для дополнения химиотерапевтического и иных видов лечения рекомендуют лекарственные растения (Д. Йорданов и др., 1976): а) *Содержащие силикаты*: хвощ полевой; пикульник; горец птичий; осока; медуница лекарственная; б) *Содержащие эфирные масла*: сосновые почки; копытень европейский; тимьян обыкновенный; фенхель; девясил высокий; в) *Содержащие слизи*: алтей лекарственный; просвирник; мать-и-мачеха; цетрария исландская; лен посевной.

Некоторые популярные народные рецепты:

Сборы: 1. *Листья мать-и-мачеха, корень солодки, трава пикульника, трава горца птичьего, трава медуницы, трава хвоща полевого – поровну.* Три столовые ложки настаивают 15 минут в 0,5 л кипятка. Пьют глотками в течение одного дня.

2. *Трава тимьяна, трава росянки, трава хвоща полевого, трава пикульника, трава горца птичьего – поровну.* Готовить и принимать как сбор № 1.

3. *Трава полыни горькой; трава пикульника, трава медуницы, трава тысячелистника, листья ежевики.* Столовую ложку смеси настоять на стакане холодной воды в течение 2 часов, затем кипятить 10 минут и процедить. Пить глотками в течение дня. Рекомендуется при отсутствии аппетита.

4. *Корневище горца змеиноного, плоды можжевельника – по 1 части; трава медуницы – 2 части; исландский лишай – 2,5 части.* Готовить и применять как сбор № 3. Рекомендуется при отсутствии аппетита и при поносах.

5. *Кора дуба – 2 части; корневище лапчатки прямостоячей – 3 части.* Две чайные ложки смеси залить стаканом воды, настоять 6 часов и затем кипятить 15 минут. Отвар в холодном виде принимать при кровотечениях (по 1-2 столовые ложки 3 раза в день).

Рецепты народной медицины:

1. *Мед пчелиный липовый – 500 г; нутряное свиное сало – 100г; масло сливочное несоленое – 100 г; сок алоэ (или агавы) – 150 г; какао в порошке – 50 г. Алоэ перед срезанием не поливать 2 недели.*

Растопить в эмалированной кастрюле свиное сало, масло, мед. Когда все расплавится (кипеть не давать), кастрюлю снять и добавить туда остальные компоненты. Хорошо размешать. Хранить в стеклянной банке в холодильнике. Принимать при туберкулезе легких и хроническом бронхите по столовой ложке состава, растворив в стакане горячего молока, утром и вечером.

2. *Смолу-живицу (сосны, кедра, пихты, ели) очистить от примесей, положить в баночку, залить 96 % спиртом так, чтобы он на 1 см ее покрывал. Через несколько дней смола растворится. Взять 1 часть смолы на 2 части свиного нутряного сала, все это перетопить. Снять с огня, когда остынет до 60 °С (не выше), добавить мед (лучше липовый). На 1 часть смолы и сала надо взять 1 часть меда (по весу). Все хорошо перемешать. Принимать по 1 чайной ложке 3 раза в день при туберкулезе, бронхите, плевритах. Курс лечения – 3-6 мес.*

3. *Стакан спирта (70%), стакан меда, столовая ложка березовых почек. Настоять в течение 9 дней в темной бутылке, взбалтывая каждый день. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.*

4. *Мед липовый – 1,2 кг; лист алоэ мелко нарезанный – 1 стакан, оливковое масло – 100 г; березовые почки – 25 г; липовый цвет – 10 г; 2 стакана воды. Мед растопить в эмалированной кастрюле, не давая кипеть. Добавить к меду алоэ и дать прокипеть 5-10 минут на малом огне. Отдельно в двух стаканах воды варить березовые почки и цвет липы. Кипятить 3 минуты. Настоять, укутав, 15-20 минут, процедить, отжать. Когда мед остынет, влить в него отвар почек и липы. Хорошо размешать. Смесь разлить в темные бутылки, добавить в каждую бутылку поровну оливкового масла. Перед употреблением взбалтывать, принимать по одной столовой ложке 3 раза в день. Применяется при туберкулезе и болезнях легких.*

5. *Взять стебли и листья пустырника и корни цикория обыкновенного, заварить и пить как чай 3 раза в день по рюмке.*

6. *Лимон – 10 штук; яйца – 6; липовый мед – 280 г; коньяк – 3/4 стакана. Способ приготовления: 6 яиц, целых и свежих, кладут в банку (яйца должны быть с белой, а не желтой скорлупой). Лимоны выжимают и соком заливают*

яйца. Банку, обернув темной бумагой и покрыв марлей, ставят в прохладное, сухое, темное, но не холодное место. Держат до растворения яичной скорлупы 5-6 дней. По истечении этого срока надо подогреть мед до состояния текучести, остудить и добавить его в общую смесь, затем влить коньяк. Перелить лекарство в темную бутылку, хранить в прохладном и темном месте. Принимать 3 раза в день по 1 столовой ложке сразу после еды. Примечание: через 2-3 недели после изготовления смесь портится, необходимо приготовить новую.

Народный опыт свидетельствует о пользе *монофитотерапии* при туберкулезе (В.М. Зимин, 1993). = *Березовые почки*. Настойка на 85-90 %-ном спирте (1:5). Назначают по чайной или столовой ложке на прием. Отвар: 10 г на 200 мл воды кипятят 15 минут, процеживают. Принимают по 1 столовой ложке 3-4 раза в день. Настой листьев. Березовый сок. = *Подорожник*. Сок из свежих листьев или водный настой (разовая доза – 5-15 г). Используют семена в виде отвара (разовая доза – 3-8 г). = *Шиповник*. Плоды напаривают (40-50 плодов на 1 л). Отвар корней. Напар листьев (2 столовые ложки на 200 мл воды кипятят 15 минут, остужают, пьют 3 раза в день по стакану ежедневно в течение недели). = *Чеснок*. Ежедневно употреблять в пищу 2-3 зубка. Натирать грудь чесночной кашицей, смешанной со сливочным маслом или свиным жиром. = *Листы шпината* в сыром и вареном виде (10 г на стакан кипятка, принимать по 1/4 стакана 3-4 раза в день). При заболеваниях почек, печени, подагре употребление не желательно. = *Листья морошки* и при кровотечениях (1 столовая ложка на стакан кипятка; выпивают за 3-4 приема). В народной медицине используются части всего растения. = *Семена и сок лимонника китайского*. = *Прополисное масло* принимают внутрь по столовой ложке 3 раза в день. = *Настой корня бубенчика четырехлистного (бубенчик мутовчатый)*. Разовая доза- 1-5 г.= *Горсть натертого хрена и 0,5 кг меда*. Оставляют настаиваться несколько дней, затем после перемешивания употребляют по 2 столовые ложки в день перед едой.

Для лечения больных туберкулезом используют также лечебные: средства животного происхождения: панты пятнистого оленя (пантокрин); внутреннее сало свиньи; вареное мясо выдры. Отвары: манжетки в виноградном вине (30 г травы на литр вина, принимают по 3-5 рюмок в день); корней черныбыльника в белом вине (варят 10 минут, в кипящий отвар добавляют мед, пьют по столовой ложке натощак 3 раза в день); коры вербы и корня мыльнянки (2 чайные ложки на стакан воды, после кипячения добавляют стакан водного настоя шиповника, принимают по 2 стакана в день).

ПРЕДОСТЕРЕЖЕНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ ФИТОТЕРАПИИ

Следует помнить, что тем, у кого имеется повышенная чувствительность к пыльце определенных растений, во время их цветения следует избегать употребление в пищу некоторых продуктов. Например, при аллергии на пыльцу деревьев, цветущих весной и в начале лета, следует избегать употребления косточковых плодов (яблок, груш, слив), орехов и некоторых овощей (моркови, сельдерея, молодого картофеля, паприки), так как эти продукты имеют общую антигенную структуру с пылью деревьев и могут усилить проявления аллергии. Особо нужно отметить орехи, обладающие очень высокой аллергенностью, поэтому реакции на них могут возникать даже при минимальном содержании в пищевых продуктах (добавка, присыпка, масло) или косметике. В период сезонных обострений поллиноза всем больным рекомендуется исключить мед, а также алкогольные напитки, которые не только сами могут вызывать аллергию, но и ослабляют действие антигистаминных препаратов. При аллергии на пыльцу березы, ольхи или орешника нужно исключить из рациона: березовый сок; косточковые: сливы, персики, абрикосы, вишню, черешню, маслины, оливки; яблоки, груши, киви; зелень и специи (сельдерей, укроп, карри, анис, тмин); морковь. В некоторых случаях необходимо ограничить потребление картофеля, лука, огурцов, помидоров. Не следует применять такие лекарственные препараты, как кора крушины, почки ольхи, березовые почки и листья. При аллергии на пыльцу злаковых луговых трав не следует употреблять: - пиво, квас; кукурузу; сою, бобы, арахис; щавель. При тяжелых формах поллиноза нужно ограничить потребление каш, макаронных изделий, хлеба и блюд, в состав которых входит мука (котлеты, подливы, соусы), клубника, земляники, цитрусовых. Нельзя использовать фитопрепараты из злаковых трав. При аллергии на пыльцу сложноцветных трав (полыни, амброзии) из рациона нужно исключить: семена подсолнечника и подсолнечное масло (халва, майонез, горчица); цикорий; напитки, в состав которых входит полынь (вермут, абсент); бахчевые культуры (дыня, арбуз); зелень и специи (сельдерей, укроп, тмин, петрушка, карри, перец, анис, мускатный орех, корица, имбирь и кориандр). В некоторых случаях следует ограничить потребление моркови, чеснока, цитрусовых, бананов. Из фитопрепаратов не следует использовать полынь, мать-и-мачеху, девясил, ромашку, календулу, череду, тысячелистник, пижму, одуванчик. При аллергии на пыльцу маревых трав (лебеда) не следует употреблять в пищу свеклу и шпината.

III. ФИТОТЕРАПИЯ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

ФИТОТЕРАПИЯ ПРИ ИШЕМИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ СЕРДЦА

Принципы патогенетической терапии ИБС заключаются в применении коронарорасширяющих, противоатеросклеротических, обезболивающих средств, а также улучшающих потребность миокардом кислорода и доставке питательных веществ. Эти принципы могут быть реализованы с использованием *лекарственных средств растительного происхождения*.

Количество растительных коронаролитиков относительно не велико. Их применяют на ранних стадиях заболевания и они достаточно эффективно предупреждают спастические приступы заболевания. К таким относятся:

Вздутоплодник сибирский – Phloidicarpus sibiricus, семейство зонтичные (Ariaceae). Из корней растения получают препарат «Фловерин» - содержит смесь пиранокумаринов (дигидросамидина и виснадина). Препарат выпускают в виде таблеток по 0,05 и назначают в дозе 2 таблетки 2-3 раза в день после еды. Курс лечения 3-4 недели. При необходимости проводят 2-3 курса. Применяется как спазмолитическое средство при спазмах периферических сосудов, спастических формах эндартериита, болезни Рейно, легких формах хронической коронарной недостаточности. Противопоказания – артериальная гипотензия, атонические запоры. «Сафинор» — комбинированный препарат, в состав которого входят: фловерин, сапарал (содержит сумму аралозидов из корней аралии манчжурской), рибоксин и калия оротат. Выпускают в виде таблеток по 0,65 и назначают по 1 таблетке 3-4 раза в день до еды. Применяется при ишемической болезни сердца, инфаркте миокарда, тяжелых заболеваниях и нагрузках, которые сопровождаются астеноневротическими реакциями и вегетативной дистонией. *Амми зубная – Ammi visnaga, семейство зонтичные (Ariaceae)*. Из плодов растения выделяют индивидуальное вещество - «Келлин». В настоящее время как самостоятельное средство келлин почти не применяют, а используется он главным образом в составе комплексных препаратов «Марелин» и «Викалин». *Горичник горный – Peucedanum orangelinum, семейство зонтичные (Ariaceae)*. Из корней получают препарат «Орангелин» - со-

держит сумму фурукумаринов. Назначают по 0,1-0,4 г 3-4 раза в день за 30 минут до еды для предупреждения спазма коронарных артерий. Курс лечения 2-3 месяца. *Пастернак посевной* – *Pastinaca sativa*, *семейство зонтичные (Ariaceae)*. Из плодов получают препарат «**Пастинацин**» – содержит сумму фурукумаринов. Назначают по 0,002 г 2-3 раза в день до еды как спазмолитическое средство при стенокардии, кардионеврозах, сопровождающихся коронарными спазмами главным образом с профилактической целью. Курс лечения составляет 2-3 недели. Коронарорасширяющим свойством обладают «**теобромин**» и «**теофиллин**», получаемые из бобов какао. Они относятся к первому классу коронарорасширяющих средств. Аналогичное действие оказывает алкалоид «**папаверин**», назначаемый в дозе 0,04-0,06 г 3-4 раза в день.

Коронарорасширяющим, антиаритмическим действием, улучшающим кровообращение в сосудах сердца и мозга, усиливающим сокращение сердечной мышцы и понижающим ее возбудимость обладают препараты из *плодов и цветков боярышника (Flores and fructus Crataegi, семейство Rosaceae)*- «**Цветки и плоды боярышника**», «**Настойка боярышника**», «**Жидкий экстракт**». Они содержат флавоноиды, урсоловую, олеаноловую, кофейную, хлорогеновую кислоты, каротиноиды, дубильные вещества, сахара. Назначают при функциональных расстройствах сердечной деятельности. Настой по 1/2 -1/3 стакана, настойка по 20 капель, жидкий экстракт – по 20-30 кап. за 30 мин до еды 2-3 раза в день.

«**Кардиплант**» - препарат содержит сухой экстракт из листьев и цветков боярышника, оказывает кардиотоническое, адаптогенное действие. Назначают при сердечной недостаточности, умеренно выраженных нарушениях работы сердца по 1-2 капсулы 3 раза в день независимо от приема пищи. Курс лечения – 6-7 недель. Определенное седативное и спазмолитическое действие оказывают комплексные препараты, которые назначают больным с начальной стадией ИБС, при стрессовых ситуациях, при неврозах протекающих со спазмом коронарных артерий: «**кардиовален**» - комплексный препарат в состав которого входят: сок желтушника раскидистого, адонизид концентрированный, настойка из свежих корневищ с корнями валерианы, экстракт боярышника жидкий, камфора, натрия бромид, спирт, хлорбутанола гидрат. Препарат назначают по 15-20 кап 1-2 раза в день как кардиотоническое, седативное средство при стенокардии, вегетативных неврозах, кардиосклерозе с явлениями сердечной недостаточности и нарушениями кровообращения; «**корвалол**» – комбинированный

препарат, содержащий этиловый эфир а-бромизовалериановой кислоты, фенобарбитал, едкий натр, масло мяты перечной, спирт этиловый, воду очищенную. Препарат назначают по 15-20 капель 3 раза в день за 30 мин до еды как спазмолитическое, седативное при спазмах коронарных сосудов, неврозах, тахикардии, ранние стадии гипертонической болезни; **«валокордин»** - комплексный препарат, содержащий этилбромизо-валерианат, фенобарбитала, масло мяты перечной, масло хмеля, спирт этиловый, воду очищенную. Препарат назначают по 15-20 капель 3 раза в день за 30 мин до еды как спазмолитическое, седативное при не резко выраженном коронареспазме, неврозах с повышенной раздражительностью; **«валосердин»** - комплексный препарат, содержащий этилового эфира а-бромизовалериановой кислоты, фенобарбитал, масло мяты перечной, масло хмеля. Препарат назначают по 15-20 капель 3 раза в день за 30 мин до еды как спазмолитическое, седативное при спазмах коронарных сосудов, неврозах, раздражительности, тахикардии;

В терапии ИБС широкое применение находят лекарственные растения сосудорасширяющего, спазмолитического, улучшающего кровоснабжение органов и тканей, антиангинального, антигипоксического, ангиопротекторного действия, которые рекомендуется вводить в состав сборов или назначать отдельно. Фитотерапию желательно проводить непрерывно, меняя составы сборов каждые 1-1,5 месяца.

Умеренное сосудорасширяющее (гипотензивное), спазмолитическое и улучшающее кровоснабжение органов и тканей действие присуще лекарственным растениям, содержащим различные группы биологически активных веществ:

эфирные масла – листья мяты перечной, цветки ромашки аптечной, трава Melissa лекарственной, плоды зонтичных (укроп, фенхель, тмин), соплодия хмеля обыкновенного;

флавоноиды - трава пустырника пятилопастного, трава сушеницы топяной, трава донника лекарственного, цветки и плоды боярышника, корни шлемника байкальского, трава астрагала шерстистоцветкового, плоды рябины черноплодной, цветки бузины черной, листья датиски коноплевой, листья гинко билоба;

кумарины, хромоны – трава донника лекарственного, корневища с корнями вздутоплодника сибирского, плоды амми зубной;

алкалоиды, которые улучшают кровоснабжение органов и тканей – препараты из травы барвинка малого (винканор, винкапан), алкалоиды группы пурина (теобромин из семян какао, теofilлин из листьев чая).

Антиангинальные растительные средства - обеспечивают снижение потребности миокарда в кислороде и повышение его доставки – это плоды и цветки боярышника, трава донника лекарственного, трава мелиссы лекарственной. **Антигипоксанты** используются для профилактики и лечения кислородной недостаточности. Они оказывают положительное влияние на энергетический процесс в клетке, активируют аэробный и анаэробный гликолиз, усиливают утилизацию лактата и пирувата или могут оказывать действие за счет перевода организма на более низкий уровень функционирования. Антигипоксическое действие оказывают биологически активные вещества растений: флавоноиды, каротиноиды, компоненты цикла лимонной кислоты, которые в сочетании с витаминами и микроэлементами (селен, цинк, медь, магний и др.), вмешиваются в процессы биоэнергетики и повышают устойчивость к гипоксии. *К таким видам сырья относятся:* трава сушеницы топяной, цветки календулы лекарственной, листья крапивы двудомной, плоды шиповника, облепихи, рябины обыкновенной, плоды и листья черной смородины, плоды калины обыкновенной, трава череды трехраздельной и др. Также можно использовать готовые официальные витаминные сборы, содержащие указанное сырье, которые можно приобрести в аптеке:

Сбор витаминный № 1 (Species vitaminosae № 1). *Состав:* плодов шиповника, плодов рябины обыкновенной – ана. *Способ применения и дозы:* внутрь в виде настоя по 1/2 стакана 3-4 раза в день. Готовый настой храниться в прохладном месте не более 2 суток.

Сбор витаминный № 2 (Species vitaminosae № 2). *Состав:* плодов шиповника, плодов черной смородины – ана. *Способ применения и дозы:* внутрь в виде настоя по 1/2 стакана 2-3 раза в день.

Сбор поливитаминный (Species polyvitanosae). *Состав:* листьев крапивы – 3 части, плодов рябины обыкновенной – 7 частей. *Способ применения и дозы:* внутрь в виде настоя по 1/2 стакана ложке 3-4 раза в день.

Ангиопротекторы – снижают проницаемость мембран, отек эндотелия, блокирует сокращение эндотелиальных клеток, активируют ферменты гликолиза, повышают активность АТФ-фазы. Таким действием обладают следующие виды растительного сырья и препараты на их основе:

1) *Листья гинкго двулопастного – Folia Ginkgo biloba, семейство гинкговых (Ginkgoaceae)* используют для получения препаратов: «Танакан» - препарат содержит стандартизированный экстракт из листьев гинкго двулопастного. Выпускается в виде таблеток по 40 мг и раствора, назначают по 1 таблетке или 1мл раствора 3 раза в день во время еды как вентонизирующее, антиагрегантное, улучшает микроциркуляцию, снижает проницаемость сосудов, нормализует мозговое и периферическое кровообращение и метаболизм в мозге. Курс лечения до 3 месяцев. «Мемоплант» - препарат содержит сухой экстракт из листьев гинкго двулопастного, состоящий из флавоногликозидов и терпенлактонов. Применяют по 1-2 таблетки 3 раза в день во время еды как ангиопротекторное, антиагрегантное, нормализующее мозговое и периферическое кровообращение и метаболизм процессов в мозге. Курс лечения до 3 месяцев.

2) *Семена каштана конского - Semen Aesculus hippocastanicum, семейство каштановые (Hippocastanaceae)* используют для получения препаратов: «Эскузан» - препарат содержит экстракт из семян каштана конского (эсцин, тиамин гидрохлорид). Применяют как вентонизирующее при нарушении венозного местного кровообращения по 1 драже 3 раза в день до еды. «Эсфлазид» - препарат содержит эсцин из семян и сумму флавоноидов из листьев каштана конского. Препарат повышает тонус венозных сосудов, уменьшает проницаемость капилляров и воспалительные явления, назначают внутрь по 1 таблетке 1-2 раза в день в первые 2 дня лечения, затем 3-4 раза в день. Курс лечения 2-4 недели. «Анавенол» – комбинированный препарат, содержащий эскулин (выделенный из семян каштана конского), дигидроэргокристина (мезилата), рутин. Препарат выпускается в виде драже или капель как вентонизирующее, капилляропротекторное при хронических заболеваниях вен, посттравматических поражениях и др.. Назначают внутрь по 2 драже 3 раза в день или по 20 капель 4 раза в день (после еды) в течение первой недели, затем по 1 драже 3 раза в день или по 20 капель 2-3 раза в день. Курс лечения 2-3 месяца. Противопоказания - кровотечения.

ФИТОТЕРАПИЯ АТЕРОСКЛЕРОЗА

Первый способ — уменьшение поступления в организм экзогенного холестерина. Этого достигают путем снижения в рационе продуктов животного

происхождения и насыщения продуктами растительного происхождения (рекомендуют ежедневно употреблять 500 г овощей и фруктов в сыром виде). Сокращают количество животных жиров и восполняют необходимое количество растительными жирами, которые содержат полиненасыщенные жирные кислоты. Кроме того, рекомендуют ограничивать яичные желтки (до 3 в неделю), субпродукты: печенку, почки, мозги. Пищу рекомендуют готовить на пару, в духовке (в том числе и мясо). Следует отдавать предпочтение рыбным блюдам и продуктам моря.

Вторым способом понижения содержания холестерина в крови является торможение всасывания холестерина в кишечнике и стимуляция выведения холестерина из кишечника. Эту роль выполняют **пектины**. Они представляют собой полисахариды клеточных стенок. Основным компонентом пектиновых соединений являются полиуроновые кислоты. В промышленных масштабах пектины получают из свеклы до 25% и некоторых других видов растительного сырья (отжатые лимоны, яблоки и др.). Характерным и важным свойством пектина является его способность образовывать студни и осаждаться этанолом. Пектинами богаты плоды малины, смородины, морская капуста, свекла, яблоки.

Растительные и пищевые волокна—это **клетчатка растений**. Она не переваривается и не всасывается в желудочно-кишечном тракте. Пектин и растительные волокна адсорбируют холестерин, усиливают выделительную функцию кишечника, так как обладают послабляющим действием и тем самым способствуют активному выведению холестерина из организма.

Третьим способом выведения холестерина из организма является применение слабительных средств.

В аспекте борьбы и профилактики атеросклероза заслуживают внимания лекарственные растения, которые изо дня в день выравнивают патологические сдвиги в организме больного, выводят токсины, налаживают кровообращение, снимают хронические спазмы гладкой мускулатуры, ликвидируют отеки и воспаление, уравнивают нервные процессы в коре головного мозга и в подкорковых центрах, улучшают общий и липидный обмен, уменьшают проницаемость и хрупкость сосудов, снижают риск образования тромбов. При подборе лекарственных растений для профилактики и лечения атеросклероза, в зависимости от состояния больного, ориентируются на следующие виды фармакологической активности: антиатеросклеротическая; Р-витаминная (для улучшения проницаемости, эластичности кровеносных сосудов); антиокси-

дантная; легкая слабительная. Курсы фитотерапии должны быть длительными, хорошо переноситься, иметь альтернативные варианты. Используют различные сборы, сменяющие друг друга через 1-2 месяца, затем делают перерыв на 7-10 дней.

Антиатеросклеротическое действие обусловлено присутствием веществ, способных снижать уровень холестерина в крови и усиливать выведение с желчью предшественников его синтеза в печени, это приводит к снижению склеротических изменений в кровеносных сосудах, уменьшению их ломкости и т.д. Таким действием обладают следующие виды лекарственного растительного сырья и препараты на их основе:

1) содержащие стероидные сапонины:

♦ **корневища с корнями диоскореи** - *Rhizoma cum radicibus Dioscoreae*, **диоскорея японская** - *Dioscorea nipponica*, **семейство диоскореиные, (Dioscoreaceae)**. Обладает противосклеротическим действием, снижает содержание холестерина в крови, применяется при склерозе сосудов мозга, гипертонической болезни. Из корневищ и корней растения получают препарат «**Полиспонин**», содержащий сухой экстракт диоскореи японской. Назначают внутрь в виде таблеток по 0,1-0,25 г 2-3 раза в день после еды в течение 20-30 дней с 7-10-дневными перерывами. Курс лечения – 3-4 месяца.

♦ **трава якорцев стелющихся** – *Herba Tribuli terrestris*, **семейство парнолистниковые (Zygophyllaceae)**. Оказывает мочегонное и противоревматическое действие и способен повышать желудочную секрецию. Его назначают при атеросклерозе, стенокардии, поражении сосудов нижних конечностей. Препараты из якорцев стелющихся следует принимать с осторожностью при гастритах с повышенной секреторной функцией. Жидкий экстракт якорцев в дозе 30-35 капель принимают 3 раза в день после еды. В фармацевтической промышленности выпускается препарат «**Трибуспонин**» - это таблетки, содержащие сумму стероидных сапонинов якорцев стелющихся. Назначают внутрь по 0,1 г (1 таблетке) 2-3 раза в день до еды в течение 3 недель с последующим 4-5 дневным перерывом, затем цикл лечения повторяют. Курс лечения 3-4 мес., при необходимости курс повторяют через 1-2 месяца.

2) содержащие полисахариды (пектины):

♦ **слоевидные ламинарии (морской капусты)** - *Thalli Laminariae*, **ламинария японская или сахаристая**- *Laminaria japonica*, *L. saccharina*, **семейство – ламинариевых, отдел – бурые водоросли**. Морская капуста ценна тем, что со-

держит полисахарид альгиновую кислоту - аналог кислоты пектиновой, которая присутствует в виде солей кальция, магния, натрия и других, и составляет до 30% сухой массы водорослей. Она является природным ионообменником, обладает способностью селективно адсорбировать катионы тяжёлых металлов и радиоизотопы - это способствует предотвращению отложения радиоактивного стронция в организме человека и животных. Ионообменные свойства зависят от соотношения урсонических кислот. Применяют в виде порошка или гранул по 1 чайной ложке 1 раз в день. В кишечнике порошок ламинарии или ее гранулы набухают, увеличивают объем каловых масс, вызывают раздражение слизистой оболочки кишечника, благодаря чему наступает своевременное его опорожнение. Кроме того, морская капуста содержит много йода, микроэлементов, которые влияют на липидный и белковый обмены и способствует снижению уровня холестерина в крови, поэтому рекомендуется применение для лечения и профилактики атеросклероза.

Из морской капусты фармацевтической промышленностью выпускается препараты: «**Ламинарид**» - в виде гранул, который представляет собой очищенную смесь полисахаридов с белками и солями альгиновых кислот, получаемых из морской капусты. Применяют при хронических запорах, колитах как мягкое слабительное средство по 1 чайной ложке 1-3 раза в день. «**Адаптовит**» – раствор для приема внутрь - комплексный препарат, в состав которого входит экстракт ламинарии. Применяется как общетонизирующее средство по 1 чайной ложке 2 раза в день.

♦ **семена подорожника блошного – *Semen Plantago psyllii*, семейство – подорожниковые, *Plantaginaceae***. Семена содержат полисахариды (слизи), эфирное масло, минеральные соли, гликозид аукубин. Применяют как мягкие слабительные средства за счет способности полисахаридов набухать в желудочно-кишечном тракте, разрыхлять и увеличивать объем содержимого толстого кишечника в виде настоя по 1/2 – 1/3 стакана за 30 мин до еды 2-3 раза в день.

♦ **листья подорожника большого - *Folia Plantaginis majoris*, подорожник большой - *Plantago major*, семейство подорожниковые - *Plantaginaceae***. Для лечебных целей используют листья растения, которые содержат гликозид аукубин, горькие и дубильные вещества, аскорбиновую кислоту, каротин, витамин К, витамин С. В свежих листьях подорожника найдены флавоноиды, маннит, сорбит, лимонная и олеиновая кислота, а также азотистые вещества. Все растение содержит слизь. Особенно много ее в семенах. В эксперименте

препараты из листьев подорожника у кроликов нормализуют содержание холестерина, бета-липопротеидов, общих липидов, коэффициент фосфолипидов, уменьшают распространенность атероматоза аорты. Подорожник обладает некоторым седативным и гипотензивным свойством. В последние годы в нашей стране из надземной части растения приготовлен полифенольный препарат «плантастин», снижающий уровень холестерина в крови. Подобным действием, как показали американские ученые, обладает клейковина подорожника, выделенная из его надземной части. Как противосклеротическое средство используют настой из листьев подорожника (1 ст. л. листа на 1 стакан кипятка, принимать по 1/3-1/2 стакана 3-4 раза в день за 15 минут до еды в течение 1-1,5 месяцев). Повторить курс через 2-3 года. Препарат противопоказан больным с повышенной секрецией желудочного сока.

♦ **корни одуванчика – *Radix Taraxaci*, одуванчик лекарственный - *Taraxacum officinale*, семейство астровые – *Asteraceae*.** Корни богаты инулином. В клинике установлено холестеринснижающее действие препаратов из корней растений (10 г корня на 1 стакан кипятка, приготовить отвар; принимать по 1/3 стакана 3-4 раза в день за 30 минут до еды или в виде порошка по 5 г измельченного сырья в сутки перед едой). Препараты из корня одуванчика способствуют окислению и выведению холестерина из организма, однако данные лекарственные формы могут повышать свертывание крови. Сок одуванчика содержит тараксацин и тараксацерин, каучуковые вещества. Листья, кроме того, содержат сапонины, соли железа, кальция, фосфора. Во Франции для снижения уровня холестерина используют листья одуванчика; в Болгарии — свежий сок и листья. По данным В.М. Виноградова, гипохолестеринемическим свойством обладает сок свежих корней, выкопанных весной и летом. Корни трут на терке, отжимают через марлю; к 100 мл сока добавляют 15 мл спирта, 15 г глицерина и 20 мл воды, принимают по 1 ст. л. 3 раза в день после еды. Можно вместо сока использовать сухие корни, которые пропускают через мясорубку или кофемолку. Порошок из корней принимают по 1 ст. л. 2 раза в день с медом или вареньем.

3) содержащие жирорастворимые витамины (вит. Е, F), полиненасыщенные жирные кислоты (линолевую, линоленовую, арахидоновую):

Витамины группы E (токоферолы α , β , γ , δ и др.) являются природными антиоксидантами, участвуют биосинтезе белков, тканевом дыхании. Витамин E снижает свертываемость крови, способствует очищению вен, артерий от сгуст-

ков крови, укреплению капилляров, расширению вен. Витамина Е много содержится в ростках пшеницы, зерновых (каши), черном хлебе, яичном желтке, листьях салата и др. Растительные источники, богатые витамином Е: *Плоды облепихи - Fructus Hippophae, облепиха крушиновидная - Hippophae rhamnoides, семейство лоховые – Elaginaceae.* Фармацевтическая промышленность выпускает «Облепиховое масло» - «**Oleum Hippophaes**». Назначают внутрь по 1 чайной ложке 2-3 раза в день. Курс лечения 3-4 недели. По данным В.А. Горелкиной, сок облепихи способен снижать уровень холестерина в крови. Он содержит много витаминов и флавоноидов и обладает выраженной антиоксидантной активностью. *Плоды шиповника - Fructus Rosae., шиповника майского и др. виды - Rosae majalis sp., семейство розоцветные - Rosaceae).* Фармацевтическая промышленность выпускает «Масло шиповника», масляный экстракт «Каротолин» - «**Oleum Rosae**», «**Carotolinum**». Назначают внутрь по 1 чайной ложке 2-3 раза в день. Курс лечения 3-4 недели. Препараты из шиповника благотворно влияют на липидный обмен. В эксперименте доказано, что шиповник тормозит развитие атеросклероза, замедляя отложение атероматозных масс в сосудах и снижая уровень холестерина в крови. Шиповник собачий обладает прекрасным желчегонным действием и также способствует выведению холестерина. *Плоды и семена тыквы) – Fructus et Semen Cucurbitae, тыква обыкновенная - Cucurbita pepo, семейство тыквенные - Cucurbitaceae.* Фармацевтическая промышленность выпускает препараты из тыквы:

«Тыквеол» - содержит жирное масло из семян тыквы, содержащее каротиноиды, токоферолы, фосфолипиды, стерин, фосфатиды, флавоноиды, витамины В₁, В₂, С, Р, РР, насыщенные, ненасыщенные и полиненасыщенные жирные кислоты – пальмитиновую, стеариновую. Олеиновую, линолевою, линоленовую, арахидоновую и др. Применяется как гепатопротекторное, противоязвенное, антиатеросклеротическое средство. Назначают внутрь по 1 чайной ложке за 30 мин до еды 3-4 раза в день. Курс лечения 1-3 месяца. *Семена льна посевного - Semen Lini usitatissimi, семейство льняные – Linaceae).* Льняное масло обладает послабляющим и желчегонным свойством. Содержание холестерина в нем незначительное, зато много содержится ненасыщенных, полиненасыщенных жирных кислот. В медицинской практике используется препарат «Линетол», который состоит из смеси этиловых эфиров ненасыщенных жирных кислот. Его назначают утром натощак по 20 мл один раз в день. Рекомендуют проводить длительные курсы 1-1,5 месяца с перерывами 2-4 недели.

Склянку нельзя оставлять открытой, так как на воздухе препарат быстро окисляется и теряет активность. Препараты на основе льняного масла используются для профилактики атеросклероза.

Витамины группы F – ненасыщенные жирные кислоты: линолевая, линоленовая, арахидоновая. Участвуют в липидном обмене, препятствуют отложению холестерина на стенках кровеносных сосудов. Из витамина F в тканях образуются простагландины. Витамином F богаты следующие растения: *Зерновки (семена) кукурузы - Semen Zeae majdis*, кукуруза обыкновенная - *Zea majs*, *семейство злаковые – Poaceae. Семена подсолнечника - Semen Helianthi*, подсолнечник однолетний - *Helianthus annuus*, *семейство астровые – Asteraceae*. Используют кукурузное и подсолнечное масла, богатые жирорастворимыми витаминами (вит. E, F), ненасыщенными и полиненасыщенными жирными кислотами как антиатеросклеротические средства. Применяют внутрь по 1 чайной ложке за 30 мин до еды 3-4 раза в день. Можно эмульгировать (перемешать) 1 чайную ложку масла в кефире и применять утром натощак, дополнительно улучшает пищеварение. Курс лечения 1-3 месяца

4) содержащие фитонциды:

♦ *Луковицы чеснока свежие - Bulbi Allii sativi recens*, чеснок посевной – *Allium sativum*, *семейство луковые – Alliaceae*. Луковицы чеснока содержат фитонциды. Эфирные масла, азотистые и серосодержащие соединения, гликозид аллиин, фитостерины, кислоту аскорбиновую, витамины группы B и др. Чеснок применяют для улучшения пищеварения, как неспецифические профилактические средства, уменьшающие возможность возникновения атеросклероза, при гипертонии и др. Механизм противосклеротического действия пока полностью не раскрыт. Немаловажную роль играет подавление гнилостной флоры кишечника. Из чеснока фармацевтической промышленностью выпускают следующие препараты: «**Настойка чеснока**», «**Сухой экстракт**», «**Алисат**», «**Алисат -150**», «**Алисат-экстра**», «**Алисат-супер**» - выпускаются таблетки, капсулы. 1 таблетка содержит чесночного порошка 300 мг (Алисат) или 150 мг (Алисат-150); 1 желатиновая капсула (Алисат-экстра и Алисат-супер) – 150 мг. Применяют как антиатеросклеротическое, антиагрегантное, фибринолитическое, гипотензивное. Уменьшает содержание холестерина и триглицеридов в плазме при гиперлипидемии, замедляет развитие атеросклероза, способствует рассасыванию имеющихся бляшек; снижает уровень сахара в крови и АД, препятствует агрегации тромбоцитов, снижает повышенную свертываемость

мость крови, способствует лизису свежих тромбов. Назначают при атеросклерозе, в постинфарктный период, при сахарный диабете, сниженном иммунитете, для профилактики инфаркта миокарда и инсульта, при гипертонической болезни внутрь не разжевывая, запивая достаточным количеством воды, по 1 таблетке (капсуле) 2 раза в сутки (интервал между приемами не должен превышать 12 час). Фармацевтической промышленностью выпускается аналогичный по действию и применению препарат под названием «Алликор», «Алликор -150», «Алликор-экстра» в виде таблеток и капсул. 1 таблетка содержит чесночного порошка 300 мг (Алликор) или 150 мг (Алликор-150); 1 желатиновая капсула (Алликор-экстра) – 150 мг;

♦ *Луковицы лука свежие - *Bulbi Allii cepae recens*, лук репчатый - *Allium cepa*, семейство луковые – *Alliaceae**. Луковицы содержат эфирное масло с сернистыми соединениями характерного резкого запаха, раздражающего слизистые оболочки, стероидные сапонины, азотсодержащие соединения, сахара, инулин, каротиноиды, флавоноиды, витамины В₁, С, РР, ферменты, микроэлементы – Se, В, Cu и др. Лук широко используется при желудочно-кишечных заболеваниях для возбуждения аппетита, улучшения пищеварения, обмена веществ. Не следует употреблять лук в больших количествах при сердечно-сосудистых заболеваниях. Выпускают препарат: «Аллилчеп» - это спиртовая вытяжка из репчатого или зеленого лука. Применяют для лечения и профилактики атеросклероза по 20-30 кап 3 раза в день в течении 3-4 недель.

Кроме того, антиатеросклеротическую активность проявляют:

► *тритерпеновые соединения* тоже снижают уровень холестерина в крови. В основе их действия лежит связь с компонентами клеточных мембран. Например, *синюха голубая* - с лечебной целью используют корни и корневища растения, содержащие комплекс тритерпеновых сапонинов, смол, органических кислот, эфирных масел и крахмала. Препараты из корня синюхи обладают седативным свойством, намного превосходящим эффект валерианы. В ВИЛАР в эксперименте на кроликах получены подтверждения противосклеротического действия синюхи голубой: снижается содержание холестерина в крови, уменьшается липоидная инфильтрация аорты, понижается уровень артериального давления. Применяют отвар из корневищ с корнями синюхи - 2 ст. л. на 1 стакан кипятка. Суточную дозу 3-5 столовых ложек принимают после еды.

Важным моментом является укрепление прочности сосудистой стенки за счет *веществ, обладающих Р-витаминной активностью* (рутин, гесперидин,

эпикатехин). Витамин Р обладает капилляроукрепляющим действием используется для лечения и профилактики кровоизлияний, особенно в головной мозг, сетчатку глаза, при склерозе сосудов, гипертонии, язвенном колите. Лучше применять в сочетании с витамином С, так как рутин и кверцетин потенцируют действия друг друга. Из растений готовят настой, который принимают по 1/2 стакана 3-4 раза в день.

Р-витаминной активностью обладают: **РУТИН (кверцетин)** - в максимальном количестве накапливаются в: **1. Плоды, бутоны софоры японской – *Fructus et alibastra Sophorae, софора японская - Sophorae japonicae, семейство бобовые - Fabaceae.*** Содержит до 30% рутина; **2. Трава гречихи (зеленая масса) - *Herba Fagopyri, гречиха посевная - Fagopyrum sagittatum, семейство гречишные – Polygonaceae.*** Содержит до 5% рутина; **3. Плоды рябины черноплодной свежие, сухие - *Fructus Aroniae recens, succi, рябина черноплодная – Aronia melanocarpa, семейство розоцветные - Rosaceae.*** Используют для получения сока или в виде настоя по 1/2 стакана за 30 мин до еды 2-3 раза в день. Свежие плоды рекомендуют при гипертонии I и II степени по 100 г 30 дней. Из плодов получают таблетки – по 1 таблетке 3 раза в день до еды.

Препараты рутина, выпускаемые фармацевтической промышленностью: «**Аскорутин**» – таблетки, содержащие аскорбиновой кислоты 0,05, рутина 0,05 г, глюкозы 0,05г - внутрь по 1 таблетке 2-3 раза в день; «**Рутин**» - таблетки по 0,02 г; «**Кверцетин**» - таблетки по 0,02 г, курс лечения 5-6 недель при повышенной ломкости, нарушениях проницаемости капилляров.

ГЕСПЕРИДИН (эриодиктиол) накапливается в: **4. Кожура цитрусовых - *Exocarpium Citri, лимон, апельсин, мандарин – Citrus limon, C. unshiu, C.apelsin, семейство рутовые – Rutaceae.***

ЭПИКАТЕХИН накапливается в: **5. Листья чая - *folium Tea, чай китайский – Tea chinensis, семейство чайные - Teaceae.***

В практике лечения атеросклероза в последние годы большое значение придают **антиоксидантам**. Считают, что для развития атеросклероза важен не только избыток холестерина в пище, но и недостаток антиоксидантов, препятствующих его окислению. Избыток перекисного окисления жиров (липоперекиси) способствует отложению холестерина в стенках сосудов. Сам холестерин как жироподобное вещество тоже может превращаться в липоперекись, что происходит при стрессе, гиподинамии. Применение лекарственных растений, богатых антиоксидантами, способствует нормализации обмена веществ. Анти-

оксидантные свойства проявляют растения – антигипоксанты (см. раздел фитотерапия ИБС), кроме того эти свойство характерны для следующих групп биологически активных веществ: **флавоноиды** — одна из многочисленных групп фенольных соединений, которые еще называют полифенолами или биофлавоноидами. Флавоноиды присутствуют в растениях в форме гликозидов. Главной частью молекулы фенолов являются гидроксильные группы, которые легко вступают в реакции окисления, что способствует восстановлению реагируемых веществ. На этом основана их антиоксидантная активность, которую сейчас считают одной из важнейших в механизме действия лекарств, при лечении атеросклероза, рака, ишемической и гипертонической болезни. Для них свойственна и Р-витаминная активность, т.е. способность влиять на проницаемость сосудистой стенки. Флавоноиды обладают радиопротекторным, гепатопротекторным, желчегонным и другими действиями. Токсичность их минимальна. Они более активны в присутствии аскорбиновой кислоты, предохраняя ее от окисления и часто в растениях часто находятся вместе. **Дубильные вещества (танины)** - полифенолы с высокой молекулярной массой. Для некоторых из них (катехины, лейкоантацианы) установлена Р-витаминная активность, радиопротекторное и противосклеротическое действие. **Витамины** - особое значение имеют витаминсодержащие растения: черная смородина, первоцвет весенний, облепиха, шиповник, рябина обыкновенная и черноплодная, калина, клюква, брусника, черника, календула, крапива, земляника. Холин - липотропное вещество, способное предотвращать и предупреждать развитие атеросклеротических изменений. **Лигнаны** - это группа природных фенольных веществ, производных фенилпропанового ряда, которые обладают специфичность действия на организм, являясь адаптогенными и тонизирующими средствами. Для некоторых лигнанов лимоника китайского, элеутерокка колючего обнаружена антиоксидантная активность. Жители Приморья и Приамурья для лечения атеросклероза используют корневища с корнями элеутерококка колючего, в котором содержатся гликозиды, эфирное масло, флавоноиды, смолы, пектины, свободные сахара и полисахариды. Используют отвар, настойку или жидкий экстракт элеутерококка. Жидкий экстракт выпускается фармацевтической промышленностью и реализуется через аптечную сеть. Настойку готовят так: 160-200 г сухих корней заливают 1 л водки, настаивают 2 недели, ежедневно взбалтывая, после этого настойку процеживают и принимают по 15-20 кап 2-3 раза в день. **Фитоэкдизоны** - природные фенольных соединения фенилпропанового ряда, способ-

ствуют угнетению синтеза эндогенного холестерина и повышение его выведения. Фитоэкдизоны содержатся в левзее сафлоровидной. Применяют жидкий экстракт по 15-20 кап 2-3 раза в день. **Антраценпроизводные и их гликозиды** – для некоторых производных антрахинонов, также свойственна антиоксидантная активность. Например, **зверобой продырявленный** - для медицинских целей используют траву растения. Зверобой богат антраценовыми производными, флавоноидами, рутином, каротиноидами. В небольшом количестве в нем содержатся эфирные масла, никотиновая и аскорбиновая кислота, много дубильных соединений и смол, следы алкалоидов. В экспериментальных фармакологических исследованиях обнаружено гипохолестеринемическое действие, которое связывают с флаваноидами. Благодаря желчегонному действию зверобой способствует снижению уровня холестерина в крови. Рекомендуют принимать настой травы зверобоя из расчета 1 ст. л. на 1 стакан воды по 1/3 стакана 3 раза в день. Следует помнить, что зверобой оказывает вяжущее (закрепляющее) действие за счет большого содержания дубильных веществ.

В комплексной терапии атеросклероза используются лекарственные растения, обладающие желчегонным действием, так как они способствуют выведению излишнего холестерина. **Бессмертник песчаный** — для медицинских целей используют не полностью распустившиеся цветочные корзинки. Соцветия растения содержат флавоноидные соединения, горькие дубильные вещества, тритерпеновые сапонины, органические кислоты, каротиноиды, аскорбиновую кислоту, соли калия, кальция, железа и марганца. Настой из цветков бессмертника усиливают секрецию желчи, желудочного и панкреатического сока, повышают тонус желчного пузыря, оказывая спазмолитическое действие на гладкую мускулатуру сфинктеров желчного пузыря и желчевыводящих путей, изменяют вязкость и химический состав желчи в сторону повышения холато-холестеринового коэффициента. Антисклеротическое действие бессмертника объясняют усилением выделения холестерина с желчью. Принимают по 1/2-1/3 стакана в теплом виде за 15 минут до еды в течение 3-4 недель. Из растения получают готовый препарат, содержащим сумму флавоноидов бессмертника «**фламин**», который назначают по 1 таблетке 3 раза в день за 30 минут до еды. **Цикорий обыкновенный** - в медицинской практике используют корни растения, содержащие горькое вещество, пентозаны, холин, инулин. Препараты из цикория обладают желчегонным действием. Готовят отвар корней из расчета 10 г на 1 стакан кипятка, принимают по 1/2 стакана 3 раза в день.

Черда трехраздельная - лекарственным сырьем служит трава череды, которая содержит флавоноиды, дубильные вещества с большим содержанием фракций полифенолов, каротиноиды и каротин, аскорбиновую кислоту (максимальное содержание ее в период цветения). Комплекс флавоноидов обладает холеретическим действием, увеличивает показатель холато-холестеринового коэффициента желчи. В качестве желчегонного средства используют настои травы череды, которые принимают по 1 ст. л. 2-3 раза в день. **Пижма обыкновенная** - для медицинских целей используют цветочные корзинки, которые богаты эфирными маслами, горечами, дубильными веществами и флавоноидами. Для лечебных целей готовят настой пижмы, принимают по 1/3- 1/4 стакана 3 раза в день. Из цветков пижмы фармацевтической промышленностью получен препарат «**танацехол**» который назначают по 1 таблетке 3 раза в день за 30 минут до еды. **Кукурузные рыльца** - применяют настой кукурузных рылец по 1/2 стакана за 30 мин до еды или жидкий экстракт по 20-30 капель 2-3 раза в день перед едой 4-5 раз в день.

Таким образом, применение фитотерапии при лечении и профилактике заболеваний сердечно-сосудистой системы позволяет: добиться снижения массы тела, влияя на аппетит и прочие факторы накопления массы жира; усилить выделение с желчью биохимических предшественников холестерина и тормозить его синтез в печени; снизить всасывание холестерина в кишечнике; нормализовать обмен холестерина под влиянием витаминсодержащих трав; тормозить развитие атеросклероза благодаря использованию растений, обладающих антиоксидантной активностью; смягчить последствия стрессовых ситуаций благодаря применению седативных лекарственных растений.

ФИТОТЕРАПИЯ ГИПЕРТОНИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ

Основные направления фитотерапии: снятие нервно-психического перенапряжения, усталости, стабилизация работы сосудодвигательного центра. Этому способствует полноценный отдых, восстановление сна, психотерапия, применение лекарственных растений седативно-снотворного (успокаивающего) действия в сочетании с тонизирующими, которые назначают крайне осторожно; снижение артериального давления с использованием лекарственного растительного сырья различной направленности действия: обеспечивающих сниже-

ние частоты и силы сердечных сокращений или резерпиноподобного действия или мочегонного действия; ликвидация кислородной недостаточности; профилактика атеросклероза.

При подборе лекарственного растительного сырья (ЛРС) ориентируются на следующее их действие:

1) Успокаивающие ЛРС - их применение необходимо для уменьшения степени активации сердца нервной системой, для уменьшения несильных болевых ощущений и сбоя сердечного ритма при кардионеврозе, для ослабления спазмирующих нервных влияний на сосуды, для купирования спазма регионарных артерий сердца, мозга, конечностей, для снижения повышенной раздражимости и нормализации сна. Успокаивающим действием обладает ЛРС, содержащие различные группы БАВ: **эфирные масла** – корневища с корнями валерианы, цветки липы, трава душицы, трава Melissa лекарственная; листья мяты перечной, соплодия хмеля. Механизм успокаивающего действия **валерианы лекарственной** объясняют по-разному: одни считают, что угнетение мозга происходит вследствие влияния запаха и вкуса препаратов валерианы на окончания чувствительных нервов в полостях носа и рта, т.е. действие имеет рефлекторный характер, другие – прямое резорбтивное тормозящее действие валопатриатов и эфирных масел валерианы или в опосредованном через центральную нервную систему влиянии на проводящую систему сердца, блокировании ретикулярной формации головного мозга и торможении выработки адреналина и норадреналина, один из которых усиливает сердечный выброс, а другой увеличивает периферическое сопротивление сосудов. **Хмель обыкновенный** – содержит эфирные масла, сесквитерпеновые гликозиды, горечи, флавоноиды и др. Применяется как успокаивающее и мочегонное средство в виде настоя по 1/2-1/3 стакана 3 раза в день до еды; **монотерпеновые гликозиды** – корневище с корнями пиона уклоняющегося. **Пион уклоняющийся** - корни пиона содержат сахара, танины, крахмал, алкалоиды, эфирное масло, в состав которого входит монотерпеновый гликозид пеонифлорин. Имеются также салициловая и бензойная кислоты, гликозид салицин. Применяют настойку пиона - по 20-30 капель 3 раза в день. Курс лечения 30-40 дней. Настойка пиона выпускается фармацевтической промышленностью во флаконах по 200 мл;

флавоноиды – трава пустырника, плоды и цветки боярышника. **Боярышник кроваво-красный** флавоноиды, гиперозид, кверцетин, кофейную и урсоловую кислоты. В эксперименте отмечено гипохолестеринемическое действие, по

данным ЭКГ, улучшается функциональное состояние сердечной мышцы и коронарное кровообращение. Наиболее часто используют настойку боярышника, которую назначают по 20 капель 3 раза в день, жидкий экстракт боярышника, который назначают по 30 капель в день в течение 25-30 дней и настой из цветков и плодов по 1/3 стакана 2-3 раза в день до еды. **Пустырник сердечный** - сапонины, дубильные вещества, эфирное масло, флавоноиды. Препараты пустырника обладают седативными свойствами, понижают артериальное давление, оказывают благоприятное влияние на углеводный и жировой обмен, снижают уровень глюкозы, молочной и пировиноградной кислот, холестерина, общих липидов крови. Пустырник применяют в виде настоек, экстрактов, настоев. Настой принимают по 1/3 стакана 2 раза в день за 1 час до еды. Нередко используют смесь валерианы и пустырника в равных соотношениях;

тритерпеновые сапонины – корневище с корнями синюхи голубой. **Синюха голубая** содержит тритерпеновые сапонины, обладающие успокаивающим действием. Применяют в виде отвара по 1/3 – 1/4 стакан 3 раза в день после еды; *алкалоиды* – трава **пассифлоры инкарнатной**. Растение содержит алкалоиды группы индола, оказывающие седативное действие на ЦНС. Применяют готовые препараты в виде жидкого экстракта, препарат новопассит.

Фармацевтической промышленностью выпускаются **комбинированные растительные препараты успокаивающего действия**:

Сбор успокоительный № 2 (Species sedativae № 2). *Состав*: листьев мяты перечной, листьев трилистника водяного – по 2 части, корневищ с корнями валерианы, шишек хмеля – по 1 части. Применяется как седативное при повышенной возбудимости, бессоннице. *Способ применения и дозы*: внутрь в виде настоя по 1/4-1/3 стакана 1-2 раза в день (после еды).

Сбор успокоительный №3 (Species sedativae №3). *Состав*: корневищ с корнями валерианы – 17%, травы донника – 8%, травы чабреца – 25%, травы душицы, травы пустырника – по 25%. Применяется как седативное, спазмолитическое, гипотензивное при нарушении сна, повышенной возбудимости, невралгии, мигрени, неврозах, вегетативно-сосудистая дистонии, гипертонической болезни. *Способ применения и дозы*: внутрь в виде настоя по 1/5-1/2 стакана за 30 мин до еды 4 раза в сутки. Курс лечения 10-14 дней.

«Валоседан» - комбинированный препарат, содержащий экстракт валерианы, настойки хмеля, боярышника, ревеня, барбитал натрия, спирт этиловый, воду очищенную. Назначают по 1 чайной ложке 2-3 раза в день за 30 мин как се-

длативное при невросах, невросоподобных состояниях. **«Персен»** - комбинированный препарат в виде таблеток, содержащий экстракт корневищ с корнями валерианы, экстракта листьев мяты перечной и экстракта травы мелиссы. Назначают внутрь по 2 таблетки 2-3 раза в день за час до еды как седативное, спазмолитическое при неврастении, вегето-сосудистой дистонии.

«Санасон» - комбинированный препарат в виде таблеток, содержащий экстракт корневищ с корнями валерианы и экстракт шишек хмеля. Назначают внутрь по 2-3 таблетки за час до сна как седативное, улучшающее сон при невросах, невросоподобных состояниях, бессоннице.

«Ново-пассит» - комбинированный препарат в виде раствора для приема внутрь, содержащий жидкие экстракты пассифлоры, зверобоя, валерианы, боярышника, бузины, хмеля, мелиссы и гвайфенезин. Применяют по 5 до 3 раза в день как седативное, анксиолитическое при чрезмерной возбудимости, неврастении, бессоннице, нейроциркуляторной дистонии.

«Доппельгерц Мелисса» – комплексный препарат в виде спиртового раствора, содержащий листья мелиссы, корни дягиля аптечного, коры корицы, мускатный орех, гвоздику, кору померанца, кожуру цитрусовых, этанол, вода. Применяют внутрь по 1-2 ч.л. на сахаре или растворяя с двойным количеством воды как седативное, кардиотоническое, спазмолитическое при повышенной возбудимости, раздражительности, вегето-сосудистой дистонии.

«Капли Зеленина» - комбинированный препарат в виде раствора для приема внутрь, содержащий настойки ландыша, валерианы, красавки, ментола. Применяют внутрь по 20-25 кап 2-3 раза в день как седативное, спазмолитическое при кардионеврозе;

- препараты на основе валерианы: настойки комплексные в сочетании с другими растениями успокаивающего и спазмолитического действия: **«валокордин»**, **«корвалол»**, **«валосердин»**, **«корвалдин»** - см. «Фитотерапия ИБС». **«Микстура Бехтерева»** - микстура готовится в аптеке ex tempore, содержит настой травы горичвета весеннего, натрия бромид, кодеина (или кодеина фосфата). Применяют внутрь за 30 мин до еды по 1 ст.ложке 3-4 раза в день как седативное, кардиотоническое при невросах, легкой форме недостаточности кровообращения.

Кроме того, в качестве успокаивающих средств применяют различные комплексные препараты: капли – ландышево-валериановые, ландышево-валериановые с адонизидом, ландышево-валериановые с адонизидом и бромидом.

дом натрия, ландышево-валериановые с бромидом натрия, ландышево-пустырниковые, настойка ландыша, валерианы, экстракт валерианы жидкий и густой, таблетки с экстрактом валерианы и других растений.

2) Тонизирующие ЛРС – это растения, содержащие лигнаны – корневище с корнями элеутерококка колючего, плоды и семена лимонника китайского; содержащие фенологликозиды – корень родиолы розовой; содержащие стероидные сапонины – корневище с корнями заманихи высокой, тритерпеновые сапонины – корни женьшеня (рекомендуется для людей старше 30 лет), аралии манчжурской; содержащие фитостеролы – корневище с корнями левзеи сафлоровидной, содержащие полисахаридные комплексы и другие группы БАВ – трава эхинацеи пурпурной, зверобоя продырявленного, череды трехраздельной. Данная группа растений выпускается фармацевтической промышленностью в основном в виде настоек или жидких экстрактов, применяемых по 15-20 капель настойки 2-3 раза в день, а также в виде готовых препаратов: «сапарал» - таблетки по 0,05 г, содержащие сумму аммонийных солей аралозидов А,В,С, полученных из корней аралии манчжурской (сп.Б)- внутрь по 0,05 г 2-3 раза в день после еды (утром и днем). Курс лечения 15-30 дней; после 1-2 недель перерыва проводят повторные курсы лечения, назначая препарат по 0,05-0,1 г в день в течение 10-15 дней. Для профилактических целей назначают по 0,05-0,1 г в день. Применяют как тонизирующее, адаптогенное при астенических и астенодепрессивных состояниях; «сафинор» – таблетки по 0,65 г, содержащие инозина 0,2 г, сапарала 0,02г, фловерина 0,05 г, калия оротата 0,25 г- внутрь по 1 таблетке 3-4 раза в сутки (до еды). Применяют как тонизирующее при астеноневротических состояниях и вегетативной дистонии.; «деприм» – таблетки, содержащие стандартизированный экстракт зверобоя с 0,3 мг чистого гиперина – внутрь по 1 таблетке 3 раза в день до еды, курс лечения 2-4 недели. Применяют как общетонизирующее, адаптогенное при легких формах невротических депрессий, астении, психоэмоциональные расстройства; «экдистен» – природное соединение, выделенное из корневищ с корнями левзеи сафлоровидной – таблетки по 0,005 г по 1-2 таблетки 3 раза в день, курс лечения 15-20 дней (при необходимости может быть повторен после 1-2 нед перерыва). Применяют как тонизирующее при астенических и астенодепрессивных состояниях.

3) Гипотензивные ЛРС различной направленности действия: лекарственные растения со свойствами бета-адреноблокаторов, обеспечивающих снижение частоты и силы сердечных сокращений, содержащие: флавоноиды -

трава сушеницы топяной (настой); эфирные масла группы сесквитерпенов - цветки арники горной (настойка); алкалоиды - листья барбариса обыкновенного (настойка); лекарственные растения с резерпиноподобными свойствами, умеренно расширяющими сосуды, содержащие: алкалоиды – корни раувольфии х, трава барвинка малого (препараты «винканор», «винкапан», «кавинтон», «девинкан», «винкамин»): **“Винканор”** – очищенная сумма хлористоводородных солей, выделенных из травы барвинка малого – таблетки, покрытые оболочкой по 0,02 г внутрь по 1-2 таблетки 3 раза в день, при необходимости – до 2 таблеток 4 раза в день, курс лечения 10-30 дней. Применяется как гипотензивное, седативное, спазмолитическое, сосудорасширяющее при начальных формах гипертонической болезни, нарушения мозгового кровообращения, состояния после ишемического инсульта; **“Винкапан”** (Болгария) - сумма алкалоидов, выделенных из травы барвинка малого – таблетки по 0,01 г внутрь по 1 таблетке 2-3 раза в день. Применяется как гипотензивное, седативное, спазмолитическое, сосудорасширяющее при начальных формах гипертонической болезни, спазмы сосудов мозга; флавоноиды - трава астрагала шерстистоцветкового (настой), корни шлемника байкальского (настойка), плоды рябины черноплодной (сок, настой, таблетки); тритерпеновые сапонины - трава астрагала шерстистоцветкового (настой). Растение обладает успокаивающим, гипотензивным, сосудорасширяющим, кардиотоническим свойствами. Применяется при начальных стадиях гипертонической болезни; лекарственные растения мочегонного действия - широко применяют при заболеваниях ССС, сопровождающихся повышенным артериальным давлением. Растительные средства уступают синтетическим препаратам, но лучше переносятся при длительном приеме, могут сочетаться с ними и позволяют уменьшить их дозировку. Достоинствами растительных диуретиков являются: выведение из организма токсических веществ, особенно азотистых шлаков (цветки василька, кукурузные рыльца, листья толокнянки, брусники, березы); восполнение потерь калия (трава петрушки, грыжника, листья березы, абрикосовый, персиковый, айвовые соки); растительные и калийсберегающие диуретики потенцируют эффективность и повышают безопасность сердечных гликозидов. Диуретики обеспечивают снижение объема циркулирующей крови, уменьшают венозное давление и венозный застой. При этом разгружается малый круг кровообращения, что способствует улучшению функций сердца и легких, уменьшению гипоксии и одышки. Чаще всего применяют лекарственные растения мочегонного действия в составе гипотензивных сбо-

ров, содержащие: *флавоноиды* – трава хвоща полевого (настой), трава спорыша или горца птичьего (настой), цветки василька (настой); *эфирные масла* – листья и почки березы (настой), плоды можжевельника (настой); *тритерпеновые сапонины* – лист почечного чая (настой), трава хвоща полевого (настой); *простые фенольные соединения (гликозид арбутин)* – листья брусники обыкновенной (отвар), листья толокнянки обыкновенной (отвар), листья бадана толстолистного (настой).

4) ЛР – антигипоксанты – для ликвидации кислородной недостаточности (см. «Фитотерпия ИБС»).

5) Антиатеросклеротические ЛРС – для профилактики атеросклероза см. «Фитотерапия атеросклероза»

При лечении гипертонической болезни особое внимание следует обратить на **диету**, которая должна быть направлена на снижение калорийности пищи и содержания в ней натрия хлорида, увеличение количества витаминов и калия, обеспечение снижения уровня холестерина. Оптимально введение в рацион салатов из зеленых частей растений (шпинат, петрушка, салат, лук, чеснок, молодые листья первоцвета, крапивы) и соков, обладающих мочегонным и антигипоксическим действием (сок черноплодной рябины, виноградный, абрикосовый, персиковый, тыквенный, арбузный, грушевый, березовый, морковный, огуречный). Для профилактики и лечения гипертонической болезни 1-2 стадии используют плоды и сок рябины черноплодной. Сок – по 50 мл 3 раза в день за 30 минут до еды курсами по 2-4 недели. Плоды – по 100 г 3 раза в день за 30 минут до еды. Ванны при артериальной гипертензии и атеросклерозе принимают преимущественно как успокаивающие, противовоспалительные, сосудорасширяющие и улучшающие обмен веществ средства. Рекомендуются ванны из душицы, мяты, чабреца, листьев березы, сушеницы топяной, Melissa, донника, зверобоя, хвой сосны, шишек хмеля, пустырника, хвоща в различных сочетаниях. При приеме ванн наблюдается эффект, присущий арома- и аэрофитотерапии, что усиливает основной эффект. Принимают их только под наблюдением врача. Следует начинать с 5-7 минут, но не более 15-20 мин, т.к. в дальнейшем ванна расслабляет и снижает жизненный тонус. Из этого следует, что при повышенной возбудимости длительные ванны показаны больным. Курс фитобальнеотерапии - 12-15 процедур, ежедневно или через день.

Лечебные ванны принимают теплыми 33-38⁰С (ножные и общие) 10-15мин. Травы: лист березы, трава душицы, цветки липы, шишки хмеля, трава

сушеницы, листья шалфея, трава чабреца(300-400 грамм на полную ванну). Курс 15-20 ванн (3-4 раза в неделю). При дистонии полезен контрастный душ. Лучше принимать его сразу после сна, но можно и вечером. Процедура должна длиться 3-5 мин. Необходимо постепенно уменьшать температуру воды для контрастного обливания.

ФИТОТЕРАПИЯ АРИТМИЙ

Для лечения аритмий используются *антиаритмические средства*, среди которых выделяют группу препаратов, получаемых из растений: *содержащие флавоноиды* - из плодов или цветков боярышника (настойка, жидкий экстракт, «кардиплант» - капсулы форте, содержащие сухой экстракт из листьев и плодов боярышника внутрь по 1-2 капсулы 3 раза в день. Применяют как кардиотоническое, адаптогенное средство при сердечной недостаточности, умеренно выраженных нарушениях работы сердца; *содержащие алкалоиды группы индола* – «аймалин» - выделенный из корней раувольфии змеиной таблетки по 0,05 г внутрь 3-4 раза в день или 2,5% раствор в ампулах для в\в или в\м введения. Применяют при различных видах нарушений сердечного ритма, в том числе аритмии, вызванные дигиталисной интоксикацией; пароксизмальная тахикардия; *содержащие дитерпеновые алкалоиды* – «аллапинин» - смесь алкалоидов из травы аконита белоустого в таблетках по 0,025 г внутрь каждые 8 час за 30 мин до еды или 0,5% раствор в ампулах по 1 мл для в\м и в\в введения. Применяют при наджелудочковой и желудочковой экстрасистолии, пароксизмах, мерцании и трепетании предсердий, аритмии на фоне инфаркта миокарда; *содержащие алкалоиды группы хинолина* - «хинидина сульфат», выделенный из коры хинного дерева - в таблетках по 0,1 и 0,2 г внутрь по 2-3 таблетки каждые 2-3 часа. Применяют при пароксизмальной тахикардии, приступах и профилактике рецидивов мерцательной аритмии, экстрасистолии, желудочковой тахикардии. Вышеуказанные препараты следует принимать с осторожностью под наблюдением врача, так как они имеют побочные действия и противопоказания.

Для профилактики и лечения аритмий следует употреблять в пищу следующие продукты: сырье, богатое кальцием, витаминами, микроэлементами, нормализующими сердечный ритм (листовую капусту, редис, репу, морковь,

свеклу, ботву овощей, фасоль, орехи, апельсины, яблоки, курагу, урюк, абрикосы, персики, вишню, черешню, клюкву, бруснику, сельдерей, мяту и другую зелень, молоко и молочные продукты за исключением масла); продукты моря, которые благодаря большому содержанию в них калия и магния являются полезными природными средствами; чеснок – он усиливает сердечные сокращения и замедляет сердечный ритм. Аритмия хорошо лечится кратковременным голоданием 1 раз в неделю в течение 5-6 недель.

ФИТОТЕРАПИЯ СЕРДЕЧНОЙ НЕДОСТАТОЧНОСТИ

На начальном этапе эффективно применение лекарственных растений, не содержащих сердечных гликозидов, но обладающих кардиотоническим, антигипоксическим, седативным и мочегонным действиями.

На следующем этапе необходимо применение сердечных гликозидов.

Сердечные гликозиды - это гетерозиды растительного происхождения, производные циклопентанпергидрофенантрена, имеющие в 17 положении ненасыщенное лактонное кольцо, обладающие избирательным действием на сердечную мышцу, поэтому они и получили свое название. Лечебные свойства растений, содержащих сердечные гликозиды, были известны еще в Древнем Египте и Древнем Риме. Семена строфанты (*Strophanthus sp.*), орешки олеандра (*Nerium oleander L.*) использовались африканскими племенами для изготовления ядов для стрел. В русской народной медицине нашли свое применение ландыш, горицвет.

Изучение фармакологических свойств этих и других источников сердечных гликозидов позволило ввести их в практику научной медицины.

Равноценные синтетические заменители сердечных гликозидов пока не найдены. Поэтому растения до сих пор являются единственными источниками получения этих уникальных лекарственных веществ. В малых (терапевтических) дозах сердечные гликозиды ускоряют и усиливают систолу, удлиняют диастолу, улучшают питание сердечной мышцы (миокарда), понижают возбудимость проводящей системы сердца, замедляют ритм сердечных сокращений, то есть оказывают *кардиотоническое действие*. **В больших токсических дозах** они являются сердечными ядами, так как вызывают фибрилляцию желудочков, вследствие которой может наступить остановка сердца в фазе сис-

толы. В связи с этим, *лекарственное растительное сырье, содержащее данную группу веществ, не используется для приготовления в домашних условиях настоев и отваров, а служит источником получения индивидуальных препаратов, галеновых, новогаленовых, выпускаемых фармацевтической промышленностью!* Это необходимо помнить практикующим врачам и назначать готовые препараты!

Под влиянием сердечных гликозидов улучшаются процессы переноса сахаров через клеточную мембрану, активизируются тканевые процессы в миокарде, улучшается усвоение им аденозинтрифосфорной кислоты, восстанавливается тонус ослабленной сердечной мышцы, усиливаются ее сокращения, замедляется частота сердечных сокращений. Сердечные гликозиды представляют собой сильнодействующие средства, в токсических дозах

Сердечные гликозиды содержат многие растения и их делят на две группы: А) *содержащие карденолиды* – это растения рода наперстянок (крупноцветковая, пурпурная, ржавая, реснитчатая, шерстистая) лекарственным растительным сырьем служат листья; трава желтушника раскидистого, трава горичвета весеннего, трава, листья и цветки ландыша майского, семя строфанта Комбе, корневища с корнями кендыря коноплевого, кора обвойника греческого; Б) *содержащие буфاديенолиды* - это морской лук и корневище морозника кавказского (рис.21).

Лекарственное растительное сырье, содержащее сердечные гликозиды и их препараты применяют как **кардиотонические средства**: для профилактики и лечения хронической сердечной недостаточности любого происхождения; для лечения острой сердечной недостаточности; для снятия аритмий, особенно возникающих на фоне тахикардии; при нарушениях коронарного кровотока.

Выбор препарата для терапевтического применения зависит не только от активности сердечных гликозидов, но и быстроты наступления эффекта и продолжительности действия, что в значительной степени зависит от их физико-химических свойств, а также от способов введения препарата. Продолжительность действия препаратов сердечных гликозидов зависит от прочности связывания с белками, скорости разрушения и выведения из организма. Эти факторы определяют способность препаратов сердечных гликозидов накапливаться (кумуляировать) в организме.

Сердечные гликозиды с учетом скорости наступления эффекта, его продолжительности и силы действия делят на три группы:

1. Сильного, быстрого и сравнительно кратковременного действия (группа строфанта). Действие характерно для гидрофильных карденолидов строфанта. Они мало растворимы в липидах и плохо всасываются в кишечнике, поэтому их применяют парентерально. Сердечные гликозиды растворяются в плазме крови, адсорбируются миокардом, выводятся из организма с мочой. Действие на сердце развивается быстро (через 5-10 мин.), максимум достигается через 25-30 мин., прекращение действия - через 2-3 дня. Карденолиды этой группы не кумулируют в организме. Применяются для лечения острой сердечной недостаточности. **Являются препаратами скорой помощи:** препараты строфанта («**строфантин К**» (сп.А) – 0,025% раствор для инъекций в ампулах по 1 мл для в\в или в\м введения при разведении в 10-20 мл 5%, 20% или 40% раствора глюкозы или изотонического раствора натрия хлорида; «**строфангина ацетат**» (сп.А) – 0,05% раствор для инъекций в ампулах по 1 мл для в\в введения при разведении в 10-20 мл 40% раствора глюкозы или изотонического раствора натрия хлорида); препараты ландыша («**коргликон**» (сп.Б) - 0,06% раствор для инъекций в ампулах по 1 мл для в\в введения при разведении в 10-20 мл 20% и 40% раствора глюкозы);

2. Медленного, сильного и длительного действия (группа наперстянки). Действие характерно для липофильных карденолидов наперстянки. Они хорошо растворяются в липидах, поэтому хорошо всасываются в кишечнике, поступают в печень, выделяются с желчью и вновь реабсорбируются в желудочно-кишечном тракте, откуда с кровью поступают в сердце и адсорбируются миокардом. Действие на сердце развивается медленно (через 2-3 часа после приема) достигает максимума через 8-12 час, прекращается через 2-3 недели. СГ этой группы кумулируют в организме.

Данную группу препаратов применяют для лечения хронической сердечной недостаточности, она включает препараты наперстянок: наперстянки крупноцветковой – («**дигитоксин**» (сп.А) – гликозид, получаемый из листьев наперстянки крупноцветковой (Рис.22) и пурпурной в таблетках внутрь по 0,0001 г (0,1 мг) , иногда назначают в виде свечей ректально);

наперстянки пурпурной - («**кордигит**» (сп.Б) – новогаленовый препарат, содержащий сумму гликозидов в таблетках по 0,8 мг в первый день по 2-3 таблетки, со второго дня по 1-1\2 таблетки в сутки, в свечах по 0,0012 г ректально по 1 свече 1-2 раза в день, препарат принимают длительно); наперстянки ржавой – («**дигален-нео**»(сп.Б) новогаленовый препарат для приема внутрь в виде

капель по 10-15 кап 2-3 раза в день или в ампулах по 1 мл для инъекций подкожно); наперстянки реснитчатой – («дигоксин»(сп.А) – в таблетках по 0,25 и 0,1 мг (для детей) в первый день 4-5 раз в день, в последующие дни 1-3 раз в сутки или в ампулах 0,025% раствор 1 мл в\в);

3. Средней силы и продолжительности действия (препараты наперстянки шерстистой, горицвета, ландыша). Занимают промежуточное положение. Эта группа включает препараты (наперстянки шерстистой): наперстянки шерстистой («ланатозид С»)(сп.А) - драже по 0,00025 г для приема внутрь по 1 драже 2-3 раза в день; «лантозид» (сп.Б) - новогаленовый препарат, содержащий 70% раствор суммы гликозидов в склянках по 15 мл для приема внутрь по 15-20 кап 2-3 раза в день). Карденолиды наперстянки шерстистой достаточно хорошо растворяются как в липидах, так и в воде, способны кумулировать, но выводятся из организма значительно быстрее сердечных гликозидов наперстянки пурпуровой. При приеме внутрь кардиотонический эффект наступает через 1-2 часа и достигает максимума в течение 8 часов. При внутривенном введении действие развивается через 15-30 минут и достигает максимума через 2-3 часа. Используются для лечения хронической и острой сердечной недостаточности. Сердечные гликозиды горицвета и ландыша применяются преимущественно при сравнительно легких формах сердечной недостаточности кровообращения как самостоятельные средства или в составе комплексных препаратов как успокаивающие средства при неврозах, вегетодистониях и др: «Адонизид» (сп.Б) - новогаленовый препарат внутрь за 30 мин до еды взрослым по 20-40 кап 2-3 раза в день; «Адонизид сухой» (сп.Б) - таблетки по 0,00075 г , содержащие экстракт из травы горицвета весеннего, внутрь взрослым по 1 таблетке 2-4 раза в день; «Адонис- бром» - таблетки покрытые оболочкой, содержащие экстракт горицвета сухой 1:1 0,25 г (или 2:1 0,125 г) и калия бромида 0,25 г, внутрь взрослым по 1 таблетке 3 раза в день; «Микстура Бехтерева» - микстура готовится в аптеке ex tempore, содержит настой травы горицвета весеннего, натрия бромида, кодеина (или кодеина фосфата), внутрь за 30 мин до еды взрослым по 20-40 кап 2-3 раза в день).

= кроме того, различные комплексные препараты: капли – ландышево-валериановые, ландышево-валериановые с адонизидом, ландышево-валериановые с адонизидом и бромидом натрия, ландышево-валериановые с бромидом натрия, ландышево-пустырниковые, настойка ландыша, капли Зеленина (настойки ландыша, валерианы, красавки, ментол)

= комплексный препарат из травы желтушника свежей – «кардиовален» - комплексный препарат в состав которого входят: сок желтушника раскидистого, адонизид концентрированный, настойка из свежих корневищ с корнями валерианы, экстракт боярышника жидкий, камфора, натрия бромид, спирт, хлорбутанола гидрат).

Препараты сердечных гликозидов противопоказаны при выраженной брадикардии, атрио-вентрикулярной блокаде различной степени; использование при стенокардии и инфаркте миокарда возможно лишь при наличии сердечной недостаточности. В связи с токсичностью, при кумуляции и передозировке сердечных гликозидов могут возникать **осложнения**: нарушение сердечного ритма; расстройство деятельности желудочно-кишечного тракта (рвота, диспепсия); нарушения со стороны ЦНС (головные боли, беспокойство, бессонница, депрессивные явления, нарушения зрения).

При появлении побочных эффектов действия сердечных гликозидов в качестве антидотов используют растворы дубильных веществ.

IV. ФИТОТЕРАПИЯ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ СИСТЕМЫ ПИЩЕВАРЕНИЯ

ФИТОТЕРАПИЯ ХРОНИЧЕСКИХ ГАСТРИТОВ

Основу фитотерапии в стадии обострения хронического гастрита составляют растения, понижающие кислотность желудочного сока, обладающие противовоспалительным и обезболивающим эффектом. Они могут выступать как основной компонент лечения (лучше в виде растительного сбора), так и в дополнение к медикаментозным средствам (предпочтительно в виде моно трав).

Понижают кислотность желудочного сока: *растения, содержащие полисахариды* – корни алтея, семена льна, корневища с корнями девясила, цветки липы корни лопуха (отвары);

растения, содержащие эфирные масла – цветки ромашки, листья березы, мяты, корневища с корнями валерианы, трава полыни обыкновенной (чернобыльника) (настои, отвары); *растения, содержащие флавоноиды* - корневища с корнями синюхи голубой, трава сушеницы, корни солодки, трава зверобоя (настои, отвары). **Для снятия болевого синдрома и спазма гладкомышечных волокон органов ЖКТ** применяются *растения, содержащие эфирные масла* – корневище с корнями валерианы, листья мяты, трава пустырника, цветки ромашки, корни солодки, плоды тмина, фенхеля, укропа. Эффективно применение препаратов на основе алкалоидов. Но, мы намеренно не рассматриваем группу сильнодействующих алкалоидсодержащих растений, в виду весьма вариабельного содержания в них действующих веществ, дозировать эти растения очень трудно и небезопасно, поэтому лучше пользоваться уже готовыми препаратами из этих лекарственных растений, например, из красавки обыкновенной получают экстракт и на его основе многочисленные комбинированные препараты, рекомендуемые при заболеваниях желудочно-кишечного тракта (бекарбон, бесалол, бепасал, беллалгин). При выраженных клинических проявлениях обязательным является назначение **растений, обладающих обволакивающим, смягчительным и противовоспалительным действием.** Наиболее для этих целей подходят корни алтея и семена льна. Они достаточно быстро снимают эпигастральные боли, субъективно улучшают самочувствие больных, назнача-

ются в дополнение к основным лечебным средствам и могут применяться при обострении хронического гастрита любого типа.

Корни алтея лекарственного. 1 ст.л. корней залить 1 стаканом кипяченой воды, настоять 6-8 часов. Принимать по 2 ст.л. до и после еды через 1-2 часа (после фазы активного пищеварения), обязательно перед сном. Аналогично готовится настой из семени льна. При выраженном воспалении слизистой оболочки желудка и эрозивных процессах эффективно применение растений с **вяжущими свойствами**. Традиционно к этой группе относят *растения, содержащие дубильные вещества* – кора дуба, корневище лапчатки, корневище горца змеиного, бадана, кровохлебки, ольховые. Они имеют свои особенности применения: курс лечения этими лекарственными растениями не должен составлять более 10 – 14 дней во избежание отрицательного воздействия на слизистую кишечника, нежелательно их применение в составе сборов (из-за осаждения других действующих веществ), не рекомендуется их использование при хронических запорах. Кора дуба содержит наибольшее количество танина и других дубящих веществ, поэтому мы не рекомендуем применение внутрь в данном случае. Для лечения заболеваний пищеварительной системы в арсенале врача есть немало других, более щадящих и «мягких» растений с вяжущим эффектом, например, трава зверобоя.

В фазе обострения можно рекомендовать следующие сборы: *Трава зверобоя 10,0 г, Цветки календулы 30,0 г, Цветки ромашки аптечной 40,0 г, Трава тысячелистника 20,0 г.* 1 ст.л. сбора залить 2 стаканами кипятка тепло укрыть, настоять 30 – 40 минут, процедить. Принимать в теплом виде по 1/2 стакана 4-5 раз в день. При остром гастрите аллергической природы в сборы могут быть добавлены "антиаллергические" растения: корень солодки, трава череды.

Листья мяты перечной 20,0 г, Трава тысячелистника 20,0 г, Цветки ромашки аптечной 40,0 г, Корень солодки 20,0 г. Способ приготовления и применения такой же, как и у предыдущего сбора.

Один из примеров растительного сбора, традиционно используемого при острых гастритах в народной медицине Украины: *Трава речешка 50,0 г, Трава зверобоя 50,0 г, Трава тысячелистника 30,0 г, Цветки ромашки 30,0 г.* 2 – 4 ст.л. сбора залить 1,0 л кипятка, тепло укрыть, настоять 30 – 40 минут, процедить. Пить в теплом виде по 1/2 стакана за 20 минут до еды и через 1 час после еды.

Другим вариантом может служить сбор, который мы наиболее часто используем в своей практике: *Плоды фенхеля 50,0 г, Трава зверобоя 50,0 г, Трава тысячелистника 20,0 г, Цветки липы 30,0 г, Листья иван-чая 50,0 г. 2 – 4 ст.л. сбора залить 1,0 л кипятка, тепло укрыть, настоять 30 – 40 минут, процедить. Пить в теплом виде по 1/2 стакана за 20 минут до еды и через 1 час после еды.* В данную пропись, помимо растений, понижающих кислотность (зверобой, фенхель), введены цветки липы, обладающие обволакивающими свойствами и корригирующие вкус сбора, делающие его более приятным для употребления. Большая весовая составляющая плодов фенхеля в сборе дает спазмолитический эффект, а наличие тысячелистника и иван-чая обеспечивает мощный противовоспалительный блок. Все растения в прописи сочетаются и потенцируют положительное влияние друг друга на воспалительный процесс.

Слизистая оболочка желудка при остром воспалении может полностью восстановиться за 2 – 3 суток при условии строжайшей щадящей диеты, а еще лучше – голода. Приведенный выше растительный сбор можно принимать на фоне полного голодания в теплом виде глотками каждый час.

Более «мягким» вяжущим эффектом обладает смесь из листьев иван-чая и лещины: *Листья лещины (орешника) 50,0 г, Листья иван-чая 50,0 г. Смешать 2 – 4 ст.л. сбора залить 0,5 – 1,0 л кипятка в термос, настоять ночь, утром процедить. Пить первый стакан утром натощак горячим, остальное – в 3 – 4 приема, через 1 час после еды.* Рекомендуются длительный непрерывный прием данного настоя (до 1 месяца и более). Противопоказанием к применению этого сбора является только стойкий запор. Эти растения можно считать универсальными при любых заболеваниях желудочно-кишечного тракта, сопровождающихся воспалением.

Лечение хронических гастритов **в период ремиссии** должно проводиться длительно и планомерно, с заменой лекарственных растительных сборов каждые 1,5 – 2 месяца, соответственно объективным данным врачебного осмотра и жалобам пациента. Обязательно следует учитывать степень атрофии слизистой оболочки желудка и кислотность желудочного сока. **При гипоацидном гастрите**, после устранения острых явлений акцент делается на растения, стимулирующие желудочную секрецию и образование желчи. Для этих целей эффективно применять: *растения, содержащие эфирные масла и горечи* – корневище аира, трава полыни горькой, тысячелистника обыкновенного, золототысячника зонтичного, листья вахты трехлистной, корень одуванчика, плоды аниса, тмина,

фенхеля, укропа (настои, отвары); *растения, содержащие флавоноиды* - цветки бессмертника, василька (настои); *растения, содержащие слизи* – листья подорожника, семена льна, корни алтея лекарственного (настои); *Сбор для возбуждения аппетита* - травы полыни горькой – 8 частей, травы тысячелистника – 2 части.

Одновременно используются растения с выраженным **противовоспалительным и регенерирующим действием** – цветки ромашки и календулы, корневище с корнями девясила, семена льна, листья подорожника, трава сушеницы, корни солодки.

Вне фазы обострения желателно широкое использование овощных, фруктовых и ягодных соков. Они являются прекрасными сокогонными средствами, и за счет органических кислот сами создают в желудке кислую среду, необходимую для действия пепсина.

При хроническом гастрите с пониженной кислотностью и для возбуждения аппетита применяют сборы: *Трава полыни горькой 25,0 г, Корневища аира болотного 25,0 г, Листья вахты трехлистной 25,0 г, Плоды тмина обыкновенного 25,0. Принимать по 1/3 стакана настоя за 15-20 мин до еды. Трава полыни горькой 50,0 г, Листья вахты трехлистной 50,0 г. Принимать по 1/3 стакана настоя за 15-20 мин до еды. Трава полыни горькой 25,0 г, Листья вахты трехлистной 25,0 г, Трава золототысячника зонтичного 25,0 г, Корни одуванчика лекарственного 25,0 г. Принимать по 1/3 стакана настоя за 15-20 мин до еды. Трава полыни горькой 40,0 г, Трава тысячелистника обыкновенного 20,0 г, Корни одуванчика лекарственного 20,0 г. Принимать по 1/3 стакана настоя за 15-20 мин до еды. Плоды фенхеля обыкновенного 25,0 г, Корни алтея лекарственного 25,0 г, Цветки ромашки аптечной 25,0 г, Корни солодки голой 25,0 г. Принимать по 1/2-1/3 стакана настоя 3 раза в день за 30 мин до еды. Листья мяты перечной 4ч, Трава сушеницы топяной 3 ч, Трава горца птичьего 3 ч, Трава тысячелистника обыкновенного 3 ч, Цветки ромашки аптечной 2 ч, Плоды укропа огородного 2ч, Корневища с корнями валерианы лекарственной 2 ч, Соплодия хмеля обыкновенного 2 ч. 10 г сбора залить 1 л кипятка, настаивать в теплом месте (в термосе) 10-12 ч. Принимать утром натощак 200 мл, остальное количество в течение дня по 200 мл.*

Приводим один из вариантов травяного сбора при хроническом гипацидном гастрите в фазе ремиссии: *Трава сушеницы топяной 50,0 г, Трава тысячелистника 30,0 г, Листья подорожника 30,0 г, Трава зверобоя 30,0 г, Корне-*

вища аура 20,0 г, Листья вахты трехлистной 20,0 г. Смешать. 1 ст.л. сбора залить 0,5 л кипятка, тепло укрыть, настоять 40 минут, процедить. Пить по 100 – 150 мл за 30 минут до еды 3 – 4 раза в день. Сбор показан при хронических гастритах с начинающейся атрофией слизистой оболочки желудка.

При хроническом ахилическом гастрите из-за полной утраты секреторной способности желудочными железами прием сокогонных трав неэффективен. Более рационально использование желчегонных трав, лекарственных растений с противовоспалительным действием и стимулирующих регенерацию слизистой оболочки. Одновременно необходимо проводить заместительную терапию соляной кислотой и пищеварительными ферментами. **Лечение хронического гиперацидного гастрита** значительно отличается от приведенных выше гипоацидных состояний. Считается, что гиперсекреция желез слизистой оболочки желудка связана с повышенной реактивностью центров головного мозга и усиливается в стрессовых ситуациях, поэтому немаловажное место в фитотерапии гиперацидного гастрита *отводится растениям с успокаивающим действием*, как в составе сборов, так и в виде лечебных ванн (пустырник, ромашка, валериана, донник, хмель), а также растениям, обладающим мощными регенерирующими свойствами (сушеница, тысячелистник, ромашка, календула, шиповник). Для подавления секреции пищеварительных желез эффективно применять: *растения, содержащие полисахариды* – корни алтея, корневища с корнями девясила, корни лопуха (отвары); *растения, содержащие эфирные масла* – корневища с корнями валерианы, листья березы, мяты, (настои, отвары); *растения, содержащие флавоноиды* - корневища с корнями синюхи голубой, трава сушеницы, корни солодки, трава зверобоя (настои, отвары). Для уменьшения остаточной гиперсекреции и защиты слизистой оболочки лечебный настой принимается после фазы активного пищеварения в желудке - каждый раз через 1 час после еды, утром натощак и на ночь для сглаживания голодной секреции, по 100 – 150 мл. **При гастрите с повышенной секреторной функцией** применяют следующие сборы:

♦ *Трава зверобоя продырявленного (трава) 40,0 г, Трава сушеницы болотной 40,0 г, Корневище с корнями девясила высокого 40,0 г, Трава горца птичьего 20,0 г, Трава тысячелистника обыкновенного 15,0 г, Листья мяты перечной 10,0 г, Плоды тмина обыкновенного 10,0 г. Настой принимать по 1/2 стакана 4 раза в день через 1 ч после еды.*

♦ Цветки липы 20,0 г, Семена льна посевного 20,0 г, Корни солодки голой 20,0 г, Корневища аира болотного 20,0 г, Листья мяты перечной 20,0 г, Плоды фенхеля обыкновенного 20,0. Настой принимать по 2-3 стакана за 1 ч до еды.

♦ Корни алтея лекарственного 10,0 г, Цветки ромашки аптечной 10,0 г, Цветки календулы лекарственной 10,0 г, Корни солодки голой 10,0 г, Трава зверобоя продырявленного 10,0 г, Трава тысячелистника обыкновенного 10,0 г, Трава пустырника пятилопастного 10,0 г, Трава сушеницы топяной 10,0 г. Принимать по 1/3-1/2 стакана настоя 3 раза в день за 30 мин до еды при хронических гастритах с нормо- или гиперсекрецией. Пример одного из вариантов растительного сбора, обладающего мягким седативным эффектом, улучшающего пищеварение, ускоряющего регенерацию слизистой оболочки желудка: Трава сушеницы 50,0 г, Трава тысячелистника 30,0 г, Соплодия хмеля 20,0 г, Корневища с корнями валерианы 50,0 г, Цветки ромашки 30,0 г, Цветки календулы 30,0 г, Плоды шиповника 100,0 г. 2 ст.л. сбора залить 0,5 л кипятка, тепло укрыть, настоять 1 час, процедить. Принимать через 1 час после еды по 1/2-1/3 стакана, утром натощак и на ночь для сглаживания голодной секреции.

В период ремиссии показаны также короткими курсами (в среднем по 2 недели) различные масляные экстракты – шиповника, облепихи, календулы, зверобоя, тыквы, льняное масло и т.д. При хронических гастритах эффективно применять препараты растительного происхождения: **«Бефунгин»**, представляющий экстракт, полученный из грибных наростов березового гриба чаги. Применяют при хронических гастритах, атонии ЖКТ внутрь 3 чайные ложки препарата разводят в 150 мл теплой кипяченой воды и принимают по 1 столовой ложке за 30 мин до еды 3 раза в день. Курс лечения 3-5 мес. При необходимости проводят повторные курсы с перерывами 7-10 дней. **«Алантон»** - таблетки, содержащие сумму сесквитерпеновых лактонов, выделенных из корневищ с корнями девясила высокого. Применяют при эрозивных гастритах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки внутрь по 1 таблетке за 30 мин до еды 3-4 раза в день. Курс лечения 4 –8 недель. **«Алцид Б»** - таблетки, содержащие экстракт солодки 0,35 г, экстракт ромашки 0,05 г, кору крушины 0,03 г, плод кориандра 0,02 г, плод фенхеля 0,01 г, натрия карбонат основной 0,2 г, алюминия гидроокись 0,1 г, висмута нитрат основной 0,1 г. Применяют при гиперацидных гастритах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки по 1-2 таблетки за 0,5-1 час до еды 3 раза в день. **«Бекарбон»** - таблетки, содержащие экстракт красавки 0,01 г, гидрокарбоната натрия 0,3 г. Применяют

при повышенной кислотности желудочного сока, спазмах кишечника внутрь по 1 таблетке за 30 мин до еды 2-3 раза в день. «Беллалгин» - таблетки, содержащие экстракт красавки 0,015 г, анальгин, анестезин по 0,25 г, натрия гидрокарбонат 0,1 г. Применяют при заболеваниях ЖКТ, сопровождающихся повышенной кислотностью, спазмами гладкой мускулатуры, болями по 1 таблетке 2-3 раза в день (после еды).

ФИТОТЕРАПИЯ ГАСТРОЭЗОФАГЕАЛЬНОЙ РЕФЛЮКСНОЙ БОЛЕЗНИ (ГЭРБ)

Фитотерапия в лечении ГРЭБ играет лишь вспомогательную роль и должна быть направлена на уменьшение воспалительных явлений, регенерацию слизистой пищевода и устранение рефлюкса. Именно нормализация перистальтики верхних отделов желудочно-кишечного тракта и устранение рефлюкса являются основой эффективного лечения многих неприятных симптомов, сопровождающих ГЭРБ. В данном случае хорошо назначать лекарственные растения, содержащие слизи, обладающие смягчительным, обволакивающим действием: алтей лекарственный, лен посевной и мать-и-мачеха, а также антисептического действия, содержащие эфирные масла и флавоноиды: ромашка аптечная, шалфей лекарственный, аир болотный, девясил высокий, зверобой продырявленный.

В народной медицине с неизменной эффективностью используются два растения – корневища с корнями дягиля лекарственного и трава смолевки обыкновенной. Причем дягиль лекарственный более предпочтителен при изначально пониженной секреции желудочного сока и гипоацидных состояниях, а смолевка – при повышенной секреции. Действие этих растений обусловлено не только высокими противовоспалительными свойствами, но в первую очередь воздействием на вегетативную нервную систему. *Корневища с корнями дягиля лекарственного – 1ч.л. на стакан кипятка, тепло укрыть, настоять 30 – 40 минут, процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день, за 10 – 15 минут до еды. Курс лечения – 2 недели.*

Таким же способом можно употреблять и настой смолевки, но дозировку сухой травы увеличить до 1 столовой ложки на стакан кипятка. Не потерял сво-

ей актуальности и прием порошка из корневищ аира, который выступает в качестве антацида и обезболивающего.

Приводим пример более эффективного травяного сбора: *Корневища с корнями дягиля 30,0 г, Трава зверобоя 50,0 г, Цветки липы 25,0 г, Корневища аира 20,0 г, Цветки ромашки 30,0 г, Плоды фенхеля 50,0 г. Смешать. 2 ст.л. сбора залить 0,5 л кипятка, тепло укрыть, настоять 40 минут, процедить. В период обострения принимать глотками в течение дня по принципу «понемногу и часто». В период ремиссии этот настой лучше употреблять за полчаса до еды или через 1 час после еды. Ощутимо снижает секрецию, устраняет рефлюкс, обладает выраженным противовоспалительным действием.*

ФИТОТЕРАПИЯ ЯЗВЕННОЙ БОЛЕЗНИ ЖЕЛУДКА И ДВЕНАДЦАТИПЕРСТНОЙ КИШКИ

Фитотерапия больных язвенной болезнью должна быть комплексной и осуществляться по следующим направлениям: улучшение функций центральной нервной системы; восстановление равновесия между факторами «агрессии» и «защиты»; устранение воспаления; нормализация моторной и секреторной функций желудочно-кишечного тракта; активизация регенерации и дифференцировки клеток; коррекция дисбактериоза; нормализация функций иммунной системы.

Для улучшения функций центральной нервной системы и устранения нервно-психического перенапряжения применяют лекарственное растительное сырье *с седативно-снотворными свойствами* (в виде настоев: корневище с корнями валерианы, траву пустырника, листья мяты перечной, цветки липы, траву мелиссы лекарственной и др.) в сочетании с *тонизирующими* лекарственными растительными средствами (водные извлечения растений-адаптогенов: элеутерококка, (женьшеня, аралии высокой, родиолы розовой, левзеи сафроловидной, лимонника китайского и др.). При назначении спиртосодержащих препаратов этой группы, целесообразно суточную норму экстракта или настойки добавлять к суточной дозе настоя (отвара) лекарственного растительного сбора.

Для восстановления равновесия между факторами «агрессии» и «защиты» на первом этапе лечения, в фазе обострения ЯБ, используют *растительные гастропротекторы с обволакивающими, антацидными, антисекреторными*

свойствами и болеутоляющим действием. Они защищают слизистую оболочку желудка от повреждения, усиливают продукцию защитной слизи, восстанавливают ее структуру, нормализуют моторику желудочно-кишечного тракта, способствуют снижению остроты диспептических явлений, предупреждают рефлюкс – заброс, благоприятно влияют на регенерацию клеток эпителия слизистой оболочки. Для этих целей могут быть использованы следующие виды лекарственного растительного сырья: корни алтея, семена льна, листья подорожника большого, цветки липы, листья мать-и-мачехи, трава череды, содержащие полисахариды и слизи, которые обладают противовоспалительным, смягчительным, обволакивающим слизистую оболочку действием и адсорбируют на своей поверхности избыток раздражающих факторов; траву горца птичьего, череды, сушеницы, листья подорожника, цветки календулы, корни солодки, содержащие флавоноиды, фенолокислоты, кремнийорганические кислоты, микроэлементы, которые стабилизируют мембраны клеток, обеспечивают «антиоксидантную защиту», увеличивают активность защитной слизи и восстанавливают местные иммунологические реакции; корневище аира, корневище с корнями девясила, цветки ромашки, плоды фенхеля и укропа, листья мяты перечной, содержащие эфирные масла, которые оказывают противовоспалительное, антимикробное, болеутоляющее, спазмолитическое, противовирусное действие.

Кроме того, водные извлечения из лекарственного растительного сырья проявляют выраженный *антигипоксический* эффект, ликвидируют кислородную недостаточность, нормализуют микроциркуляцию и снижают выраженность воспалительного процесса в тканях желудка и двенадцатиперстной кишки. Так, противовоспалительная терапия может быть также реализована с помощью *растений-антигипоксантов*: календулы лекарственной, сушеницы топяной, облепихи крушиновидной, шиповника коричневого, крапивы двудомной, смородины черной, земляники лесной, рябины обыкновенной, калины обыкновенной и др. *Противоинфекционная и «антихеликобактерная» терапия* обеспечивается применением лекарственного растительного сырья, обладающего широким спектром противомикробной активности. Для этого могут быть использованы водные извлечения из растительного сырья, содержащие: эфирные масла – листья шалфея, корневище аира, цветки арники горной, листья березы, корневища с корнями девясила высокого, цветки липы, листья мяты перечной и др.; дубильные вещества – корневище с корнями кровохлебки лекарственной, кора дуба, плоды черемухи и черники, соплодия ольхи, корневище лапчатки и

др.; растительные антибиотики: усниновая кислота из цетрарии исландской, лишайники, иманин из зверобоя продырявленного, гордецин из злаковых (пропущенные зерновки овса, пшеницы, ржи, ячменя).

Эти же растения можно с успехом применять также для коррекции дисбактериоза, так как они обладают широким спектром противомикробной активности и способствуют сохранению сапрофитной флоры. Это их главное преимущество перед антибиотиками и синтетическими противомикробными препаратами. Причем комплекс биологически активных веществ каждого растения обычно дает дополнительные эффекты, благодаря чему обеспечивают реализацию других направлений терапии.

В стадии затухающего или невыраженного обострения возможно широкое применение лекарственных растений и препаратов из них, обладающих заживляющими свойствами, что приводит к скорейшему рубцеванию и минимизации осложнений язвенной болезни. Стимуляция процессов регенерации слизистой оболочки достигается назначением *растительных гастропротекторов с репаративным эффектом* в сочетании со стимулирующим действием на секрецию пищеварительных желез, а это может быть обеспечено применением лекарственного растительного сырья, содержащего каротиноиды, эфирные и жирные масла. К данной группе можно отнести следующие виды сырья: траву зверобоя, сушеницы, череды, листья подорожника большого, цветки календулы, плоды шиповника, облепихи, рябины обыкновенной и др. Указанные растения являются источниками получения масел (облепиховое, масло шиповника) и масляных экстрактов (из сушеницы, зверобоя, календулы, шиповника – «Каротолин» и др.), которые также используют для эффективной стимуляции репаративных процессов. Эффективно в этом плане применение препаратов растительного происхождения: «Алантон» - таблетки, содержащие сумму сесквитерпеновых лактонов, выделенных из корневищ и корней девясила высокого и оказывающие противовоспалительное действие, уменьшающих протеолитическую активность желудочного сока, усиливающих образование мукополисахаридов в слизистой оболочке желудка. Совместим с антацидами и спазмолитиками. Назначают внутрь по 1 таб. за 30 мин до еды 3-4 раза в день. Курс лечения 4-8 нед. «Алцид Б» (состав указан выше) - таблетки, оказывающие антацидное, противоязвенное, вяжущее, адсорбирующее, антисептическое, слабительное действия. Назначают внутрь по 1-2 таблетки за 0,5-1 ч до еды 3 раза в день (таблетки следует разжевывать). Из-за содержания висмута может окра-

шивать кал в темный цвет. **«Бесалол»** - таблетки, содержащие экстракт красавки 0,01 г, фенолсалицилат 0,3 г и оказывающие спазмолитическое, антисептическое, холиноблокирующее действие. Назначают внутрь по 1 таблетке 2-3 раза в день. **«Викаир»** - таблетки, содержащие порошок корневищ аира и коры крушины (измельченных) по 0,025 г, висмута нитрата основного 0,35 г, магния карбоната основного 0,4 г, натрия и оказывающие антацидное, вяжущее, противовоспалительное, слабительное действие. Назначают внутрь по 1-2 таблетки через 1-1,5 ч после еды 3 раза в день. Запивают небольшим количеством воды. Курс лечения 1-3 мес. **«Викалин»** - таблетки, содержащие порошок корневищ аира и коры крушины по 0,025 г, рутина и келлина по 0,005 г, висмута нитрата основного 0,35 г, магния карбоната основного 0,4 г, натрия гидрокарбоната 0,2 г, и оказывающие антацидное, вяжущее, противовоспалительное, спазмолитическое, слабительное действия. Назначают внутрь по 1-2 таблетки 3 раза в день (после еды). Запивают небольшим количеством воды. Курс лечения 1-3 мес., во время которого необходимо соблюдать диету. **«Калефлон»** - таблетки, содержащие очищенный экстракт из цветков календулы лекарственной и оказывающие противовоспалительное, стимулирующее репаративные процессы действие. Можно назначать с антацидными и спазмолитическими средствами внутрь по 0,1-0,2 г 2 раза в день (после еды). Курс лечения 3-6 недель. **«Плантаглюцид»** - препарат, получаемый из листьев подорожника большого, содержит полисахариды и оказывает спазмолитическое, противовоспалительное действие. Противопоказания - гиперацидный гастрит, язвенная болезнь желудка с повышенной кислотностью. Назначают внутрь в виде гранул по ½-1 чайной ложке, растворенных в ¼ стакана теплой воды за 2—30 мин до еды 2-3 раза в день. Курс лечения 3-4 нед, Для профилактики рецидивов принимают по 1 чайной ложке 1-2 раза в день в течение 1-2 мес. **«Тыквеол»** - жирное масло, получаемое из семян тыквы обыкновенной, содержащее каротиноиды, токоферолы, фосфолипиды, стерины, фосфатиды, флавоноиды, витамины В₁, В₂, С, Р, РР, насыщенные, ненасыщенные и полиненасыщенные жирные кислоты – пальмитиновую, стеариновую, олеиновую, линолевую, линоленовую, арахидоновую. Оказывает желчегонное, противоязвенное, антисептическое, гепатопротекторное; антиатеро-склеротическое действия. Назначают внутрь, по 1 чайной ложке за 30 мин до еды 3-4 раза в день. Курс лечения 1-3 мес.

Современную фитотерапию язвенной болезни невозможно представить без препаратов солодки голой. Примечательно, что корни солодки голой со-

держат два основных класса биологически активных веществ: тритерпеновые сапонины (доминирует глицирризиновая кислота) и флавоноиды (ликвиритин, ликвиритигенин, ликуразид и др.), которые оказывают специфическое действие при терапии язвенной болезни, ускоряя процесс регенерации и ингибируют образование свободных радикалов – токсичных продуктов перекисного окисления липидов. Флавоноиды корней солодки являются лекарственной субстанцией для производства противоязвенных препаратов: «**Ликвиритон**» - таблетки, содержащие сумму флавоноидов из корней солодки голой и солодки уральской и оказывающие спазмолитическое, противовоспалительное действие. Назначают внутрь по 1 таб. за 30 мин до еды 3-4 раза в день. Курс лечения 20-30 дней. «**Флакарбин**» - гранулы, содержащие в 100 г – ликуразида и кверцетина по 2 г, натрия карбоксиметицеллюлозы и пектина по 10 г, глюкозы 76 г и оказывающие противовоспалительное, спазмолитическое действие, обладающие капилляроукрепляющей и послабляющей активностью. Назначают внутрь по 1/2 чайной ложки перед едой 3 раза в день, запивают теплой водой (1/2 стакана); курс лечения 3 – 4 нед. «**Карбенексолон**» (синонимы: биогастрон, дуогастрон)- синтезирован из глицирризиновой кислоты, содержащейся в корнях солодки – стимулирует выработку защитной слизи, повышает устойчивость слизистой оболочки к действию соляной кислоты, предупреждает преждевременное слущивание эпителия, стимулирует размножение и дифференцировку клеток снижает пептическую активность желудочного сока. Назначают по 1 таб 3 раза в день в течение первой недели, а затем по 1/2 таб. 3 раза в день последующие 5 недель. В качестве репаративных можно использовать соки растений, например, капусты, картофеля и др., а также другие витаминные препараты, обладающие антиоксидантными и капилляроукрепляющими свойствами: В₁ (тиамин), В₂ (рибофлавин), В₆ (пиридоксин), С (аскорбиновая кислота), Р (рутин, аскорутин, кверцетин, диквертин). Особая роль принадлежит витамину U (от лат. U - язва), обладающему антиаллергическими свойствами за счет инактивации гистамина, содержащемуся в капустном соке и получаемому синтетически в виде метилметионинсульфония хлорида. Восстановление функций иммунной системы играет важную роль в терапии язвенной болезни. Для этих целей можно использовать *растительные иммунопротекторы* - цинксодержащие (листья алоэ древовидного, цветки арники горной, листья земляники лесной, траву Melissa лекарственной, листья шалфея лекарственного и др.); кремнийсодержащие (траву горца птичьего); полисахаридсодержащие (траву череды, эхинацеи и др.).

Несмотря на наличие, достаточно большого ассортимента лекарственных растений, которые могут применяться для лечения язвенной болезни желудка, наиболее целесообразным и перспективным считаем применение растительных композиций (сборов), так как усложнение комплекса биологически активных веществ, приводит к потенцированию фармакологических эффектов. Лекарственные растения при их правильном сочетании позволяют составить оптимальные комбинации для больного с учетом индивидуальных особенностей течения заболевания, которые могут применяться как в стационарных, так и амбулаторных условиях, что позволяет снизить выраженность воспалительного процесса, активизировать регенерацию клеток эпителия слизистой оболочки желудка, способствовать сокращению сроков лечения и продлению ремиссии заболевания. Среди сборов, рекомендуемых для лечения язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, есть сбор, разрешенный для применения в медицинской практике на территории России с реализацией через аптечную сеть – это **«Сбор желудочно-кишечный» (Species gastrointestinales): Цветки ромашки аптечной, Листья мяты перечной, Плоды укропа, Корневища аира, Корни солодки по 20,0 г. 1 столовая ложка сбора на 1 стакан кипятка, настоять 20 минут. Принимать в теплом виде по 1/3 стакана за 30 мин до еды 3 раза в день или по 1/2 – 1 стакану (фильтр-пакет).**

В периоды обострения болезни в комплексной терапии и для предотвращения рецидивов в фазу ремиссии могут быть эффективны следующие сборы: *Цветки ромашки аптечной 20,0 г, Трава сушеницы топяной 20,0 г, Трава тысячелистника обыкновенного 10,0 г, Листья подорожника большого 20,0 г, Плоды шиповника 10,0 г. 10 г сбора залить 500 мл кипятка, настаивать 4 – 5 ч, принимать по 100 мл 3 раза в день до еды. Корни солодки голой 20,0 г, Корневища аира болотного 20,0 г, Листья мяты перечной 20,0 г, Трава тысячелистника обыкновенного 20,0 г, Трава зверобоя продырявленного 10,0 г, Плоды тмина обыкновенного 10,0 г, Листья подорожника большого 40,0 г. 10 г сбора залить 400 мл теплой воды, настаивать в термосе 10-13 ч, принимать по 100 мл 3-4 раза в день после еды. Корни алтея лекарственного 10,0 г, Цветки ромашки аптечной 10,0 г, Цветки календулы лекарственной 10,0 г, Корни солодки голой 10,0 г, Трава зверобоя продырявленного 10,0 г, Цветки бессмертника песчаного 10,0 г, Трава тысячелистника обыкновенного 10,0 г, Трава пустырника пятилопастного 10,0 г, Трава сушеницы топяной 10,0 г. 10 г сбора залить 500 мл*

кипятка, настаивать 4 – 5 ч. Принимать по 1/3-1/2 стакана настоя 3 раза в день за 30 мин до еды.

Кроме того, эффективно применение следующих сборов:

◆ Кора крушины 30,0 г, Листья крапивы 30,0 г, Листья мяты перечной 20,0г, Корневища аира 10,0 г, Корневища с корнями валерианы 10,0 г. 2 столовые ложки сбора залить 2 стаканами кипятка, кипятить 10 мин, охладить, процедить. Принимать по 1/2 стакана утром и вечером.

◆ Цветки ромашки 20,0 г, Трава тысячелистника 20,0 г, Трава сушеницы топяной 20,0 г, Корневища лапчатки 10,0 г, Корневища аира 10,0 г. 1 столовая ложка сбора на 1 стакан кипятка, настоять 20 минут. Принимать в теплом виде по 1/2 стакана 4 раза в день за 30 мин до еды.

◆ Корневища с корнями валерианы, Листья мяты перечной, Цветки ромашки, Корни солодки, Плоды тмина или фенхеля по 10,0 г. 2 чайные ложки сбора на 1 стакан кипятка, настоять 20 минут. Принимать в теплом виде по 1/2 стакана утром и вечером.

◆ Плоды фенхеля, Корни алтея, Цветки ромашки Корневища с корнями девясила, Цветки календулы Корни солодки по 10,0 г. 2 чайные ложки сбора на 1 стакан кипятка. Пить вечером по стакану за 30 минут до еды.

На кафедре фармакогнозии БГМУ Пупыкиной К.А. с соавторами разработан «Сбор лекарственных растений для профилактики и комплексного лечения язвенной болезни желудка» (патент № 2007123053), состоящий из десяти видов лекарственного растительного сырья, рациональность выбора которых подтверждена в ходе доклинических исследований и успешного использования на клинических кафедрах БГМУ. При составлении композиции сбора выбор растительных компонентов осуществляли с учетом основных направлений патогенетической терапии и способности растений активно усиливать продукцию защитной слизи, восстанавливать структуру слизистой оболочки желудка, активизировать регенерацию клеток эпителия слизистой и соответственно стимулировать защитные факторы. В состав сбора при лечении язвенной болезни желудка вводили также компоненты улучшающие обмен веществ: тканевой, жировой, углеводный, белковый, водно-солевой (девясил, крапива, пустырник, подорожник большой, солодка), антитоксические (пустырник, горец птичий, крапива), антигипоксические (рябина обыкновенная, сушеница, ромашка).

Существенным дополнением к лечению ЯБЖ и двенадцатиперстной кишки может быть применение настоя из сбора с выраженным регенераторным

действием: *Трава сушеницы 50,0 г, Трава тысячелистника 30,0 г, Цветки календулы 30,0 г, Корневища аира 20,0 г, Цветки липы 30,0 г, Трава зверобоя 50,0 г.* 2 столовые ложки сбора залить 0,5 л кипятка, тепло укрыть, настоять 30 минут, процедить. Принимать по 100 мл за полчаса до еды, 3-4 раза в день. Курс – до 1,5 месяцев. В данном рецепте цветки липы введены в состав сбора не только как обволакивающее средство, но и как мощный антиоксидант.

Одним из методов лечения язвы желудка является метод «переката» с применением чая из ромашки. Он называется так потому, что пациент буквально перекачивается с боку на бок для того, чтобы биологически активные вещества ромашки могли бы достигнуть всех частей желудка. Для этого готовят крепкий чай из трех чайных ложек цветков ромашки на стакан кипятка. Этот чай пьется утром теплым, еще лежа в постели, натошак. После этого пациент переворачивается с боку на спину, со спины на другой бок и затем на живот, оставаясь в каждом положении по 10 минут. Затем на живот ставится теплый компресс из настоя ромашки. С ним пациент должен оставаться в кровати еще полчаса. Эту процедуру нужно постараться проделывать в течение 10 дней каждое утро. Курс лечения методом «переката» можно проводить и с помощью сбора из цветков ромашки и листьев мяты, взятых в равных пропорциях. При достижении ремиссии в течение язвенной болезни необходимо назначение длительных курсов фитотерапии по 1-1,5 месяца, не менее четырех в год, причем акцент должен быть сделан на сборы, корригирующие вегетативные нарушения и обладающие стресспротективным действием. Народная медицина рекомендует для этих целей применение таких растений, как валериана, пустырник, мята, иван-чай, дягиль, девясил, репешок, душица, подорожник, тысячелистник. На данном этапе, можно предложить чередование небольших по составу сборов из этих растений: *Корневища с корнями валерианы 10,0 г, Трава тысячелистника 5,0 г Листья мяты перечной 5,0 г, Плоды тмина или фенхеля 5,0 г.* Смешать. 1 чайную ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 15 – 20 минут, процедить. Выпить в теплом виде, за 10 – 15 минут до еды. Пить по 1 стакану утром и вечером.

Выраженное стресспротективное действие оказывает сбор: *Трава душицы, Листья иван-чая поровну.* 1 столовая ложка сбора на 1 стакан кипятка, настоять 30 минут, процедить. Выпить за 1 – 2 приема в течение дня.

На протяжении курса лечения небольшими глотками следует принимать один из ниже перечисленных сборов: *Цветки ромашки 20,0 г, Листья мяты*

20,0 г, Листья мяты 20,0 г, Корень дудника 15,0 г, Плоды тмина 10,0 г, Плоды фенхеля 10,0 г, Трава полыни горькой 5,0 г. 1 столовая ложка сбора на 1 стакан кипятка, настоять 30 минут, процедить. Выпить за 1 – 2 приема в течение дня.

Эта смесь действует благотворно и при нарушениях, связанных с деятельностью нервной системы, благодаря наличию в них листьев мелиссы. *Трава тысячелистника 20,0 г, Листья мяты 20,0 г, Трава зверобоя 20,0 г Листья мелиссы 20,0 г.* 1 столовая ложка сбора на 2 стакана кипятка, настоять 30 минут, процедить. Выпить за 3 – 4 приема в течение дня.

Особое значение в терапии язвенной болезни имеет соблюдение режима питания. Питание должно быть дробным, частым (6-8 раз в день), что обеспечивает проявление ее буферных свойств, а также полноценным, сбалансированным химически и механически щадящим.

ФИТОТЕРАПИЯ ХРОНИЧЕСКИХ ПАНКРЕАТИТОВ

По мнению Пастушенкова Л.В., положительное влияние в фазу обострения оказывают лекарственные растения, обладающие *цитопротективными, антацидными и противовоспалительными свойствами* (аир, липа, сушеница болотная) в сочетании со *спазмолитиками* (мята, мелисса лекарственная, укроп). Для борьбы с болевым синдромом, особенно ночными болями, применяются *растения с болеутоляющим и спазмолитическим действием*. Полезными оказываются растения с обволакивающими и умеренно вяжущими свойствами (семя льна, корни алтея, цветки ромашки). По мере стихания обострения используют и другие растения с *репаративным действием* – зверобой, золототысячник, земляника лесная, календула, смородина черная и др. Важную роль играют растительные иммунокорректоры (зверобой, солодка, девясил, эхинацея пурпурная и др.). Большое признание в практической медицине нашли препараты из расторопши пятнистой (силимарин, полученный из плодов и оказывающий мембраностабилизирующее, антиоксидантное, репаративное действие). Стимулируют регенерацию и оказывают противовоспалительный эффект при панкреатите извлечения из следующих видов лекарственного растительного сырья: листьев березы, цветков календулы, семян льна, корней солодки, травы

сушеницы топяной, цветков фиалки, травы хвоща. Они проявляют умеренный или выраженный *антигипоксический эффект* и корректируют напряженный энергетический обмен в поджелудочной железе. К 2-3 растениям из этой группы рекомендуется добавлять лекарственные растения с выраженным *седативным и спазмолитическим действием*: валериану лекарственную, пустырник, липу, хмель обыкновенный, мяту и др. В фазу затухающего обострения рекомендуют использовать отвары и настои лекарственных растений с вяжущим, противовоспалительным, закрепляющим, ветрогонным действием из лапчатки, девясила, аира, крапивы, ромашки, дуба и др., а с профилактической целью поливитаминные настои растений, настои с противовоспалительным, спазмолитическим, сахароснижающим, седативным действием. *В фазе ремиссии*, особое внимание уделяют устранению дискинезии желчевыводящих путей, воспаления желчного пузыря и коррекции дисбактериоза. В случае развития недостаточности инсулярного аппарата, включают в сборы растения с выраженным гипогликемическим действием, например фасоль обыкновенную, чернику, бруснику и др.

Для снижения секреторной активности рекомендуют сбор: *Трава фиалки трехцветной, Трава хвоща полевого, Листья брусники обыкновенной, Листья березы повислой, Листья ортосифона тычиночного по 20,0 г. Принимать по 1/3 стакана настоя 3 раза в день за 30 мин до еды.*

При выраженном болевом синдроме сбор: *Трава зверобоя продырявленного, Трава сушеницы топяной, Трава пустырника пятилопастного, Листья мяты перечной, Цветки ромашки аптечной по 20,0 г. Принимать по 1/3 стакана настоя 3 раза в день за 30 мин до еды.*

В качестве успокаивающего, спазмолитического, болеутоляющего, антимикробного, способствующего желчеобразованию, рекомендуют следующий сбор: *Плоды укропа огородного, Листья мяты перечной по 30,0 г, Плоды боярышника, Цветки бессмертника песчаного по 20,0 г, Цветки ромашки 10,0 г. Настой принимают по 1/2 стакана 3 раза в день через 1 ч. после еды.*

В качестве противорецидивного лечения рекомендуется использовать следующие сборы: 1) *плоды фенхеля, кукурузные рыльца, корни одуванчика, трава горца птичьего, трава зверобоя, трава фиалки в равных соотношениях. Принимают по 200 мл 3 раза в день до еды.*

2) *листья мяты, листья крапивы по 20,0 г, кора крушины 30,0 г,*

корневища аира, корневища с корнями валерианы лекарственной по 10,0 г. Принимают по 200 мл 3 раза в день до еды; 3) *цветки ромашки, трава зверобоя, трава сушеницы топяной, листья мяты, корневища с корнями девясила в равных соотношениях.* Принимают по 1 ст. ложке 3 раза в день за 15 мин. до еды. 4) *цветки ромашки, листья мяты, цветки бессмертника песчаного, плоды шиповника, корневища лапчатки в равных соотношениях.* Принимать по 1-2 ст. ложки 3 раза в день после еды. 5) *корни лопуха, трава сушеницы, корневища с корнями девясила, цветки ромашки, цветки календулы.* Принимать по 1-2 ст. ложки за 15-20 мин. до еды 3 раза в день. 6) *трава зверобоя, трава сушеницы топяной, трава хвоща, трава череды, листья шалфея в равных соотношениях.* Принимать по 1/3 – 1/2 стакана настоя за 30 мин. до еды 3 раза в день при ХП.

Следует иметь в виду, что крайняя осторожность требуется при использовании стимуляторов секреции пищеварительных желез, таких, как зверобой, одуванчик лекарственный, трилистник водяной, полынь горькая и др., поскольку они могут нарушить неустойчивое при панкреатите равновесие между активаторами и ингибиторами ферментов ПЖ и спровоцировать тем самым обострение. Сложным является вопрос использования при ХП растений с желчегонным действием для стимуляции секреции панкреатических ферментов (бессмертник песчаный, мята, зверобой и др.), как рекомендуют Ладынина Е.А. и Зинченко Т.В., так как усиление оттока желчи может привести к ее забросу по общему протоку в панкреатическую железу и спровоцировать усиление секреторной активности и обострение панкреатита.

На кафедре фармакогнозии БГМУ Плехановой Т.И., Пупыкиной К.А. с соавторами разработаны сборы для профилактики и комплексного лечения хронического панкреатита в фазу обострения «Гепатопанкреафит-О» и в фазу ремиссии «Гепатопанкреафит-Р» (патенты № 2178304 и №2193411). Правильность выбора составных компонентов сборов с прогнозируемым лечебным действием подтверждена в ходе доклинических исследований и успешного использования сборов в клинических условиях кафедр БГМУ. При составлении сборов для лечения хронического панкреатита учитывали особенности его течения в различные фазы заболевания, развитие экзокринной, а затем эндокринной недостаточности поджелудочной железы, поражения печени, наличие возможных осложнений. Это определяло направленность действия сборов и, следовательно, необходимые виды фармакологической активности растительных компонентов.

При этом учитывали, что в подострой стадии заболевания недопустимо введение в сбор растений, обладающих желчегонным действием, поскольку усиление желчеобразования в условиях спазма сфинктера Одди может привести к холепанкреатическому рефлюксу, внутриводочной гипертензии и спровоцировать обострение заболевания. При составлении сбора для применения в фазу ремиссии учитывали, что в этой фазе воспалительный процесс в поджелудочной железе еще не завершен, а в условиях нарушенной микроциркуляции репарация ацинарной ткани происходит медленно. Поэтому на месте воспаления формируется фиброзная ткань, что приводит к недостаточности функции поджелудочной железы. В фазе ремиссии показаны растения со слабым желчегонным действием (календула, девясил). При этом отдается предпочтение холекинетическому действию, особенно при дискинезиях желчевыводящих путей, так как желчь способствует перевариванию жиров за счет активации липазы, что улучшает внешнесекреторную функцию поджелудочной железы.

Эффективно в состав сборов, кроме растений специфического действия вводить компоненты антитоксического действия (горец птичий, пустырник, крапива), антигипоксического (сушеница, календула, шиповник, крапива и др.) и корректирующие метаболические нарушения, а именно: регулирующие водно-солевой обмен и кислотно-щелочное равновесие, тормозящие образование холестерина (солодка, лопух, пустырник); нормализующие показатели углеводного обмена (эхинацея, девясил), липидного обмена (солодка, пустырник, подорожник, крапива); являющиеся источником ценных микроэлементов: селен, серебро, кобальт, цинк, хром, стронций, железо и др. (эхинацея).

ФИТОТЕРАПИЯ ЗАБОЛЕВАНИЙ ГЕПАТОБИЛИАРНОЙ СИСТЕМЫ

Важную роль в лечении заболеваний гепатобилиарной системы играют желчегонные средства. Выделяют 3 группы растительных желчегонных средств:

1. Холеретики: *истинные* - стимулируют образование желчи, желчных кислот: корневище аира, корни барбариса, лопуха, листья мяты, березы, цветки бессмертника, пижмы, календулы, трава володушки золотистой, горца птичьего, золототысячника, полыни, плоды кориандра, кукурузные рыльца (настой и

жидкий экстракт), желчегонные сборы: **Сбор желчегонный №1 (Species cholagogae)**. Цветки бессмертника песчаного – 4 части, Листья трилистника водяного – 3 части, Листья мяты перечной – 2 части, Плоды кориандра – 2 части. Внутрь в виде отвара по 1\2 стакана за 30 мин до еды 3 раза в день.

Сбор желчегонный №2 (Species cholagogae №2). Цветки бессмертника песчаного – 4 части, Трава тысячелистника, Листья мяты перечной, Плоды кориандра - по 2 части. Внутрь в виде отвара по 1\2 стакана за 30 мин до еды 3 раза в день. Курс лечения 2-4 недели.

Сбор желчегонный №3 (Species cholagogae №3). Цветки ромашки аптечной, Листья мяты перечной, Цветки ноготков, Трава тысячелистника – по 23%, Цветки пижмы – 8%. Внутрь в виде отвара по 1\3 - 1\2 стакана 3 раза в день в течении 2-4 недель.

«Аллохол» - таблетки, содержащие желчь сгущенную 0,08 г, экстракт чеснока густого 0,04 г, экстракт крапивы густого 0,005 г, уголь активированный 0,025 г, вспомогательные вещества до общей массы 0,21 г. Назначают внутрь после еды: взрослым по 1-2 таблетки 3-4 раза в день. Курс лечения 3-4 нед. При обострении заболеваний по 1 таблетке 2-3 раза в день (1-2 мес.). Детям до 7 лет по 1 таблетке, старше 7 лет по 2 таблетки 3 раза в день. Курс лечения 3-4 нед. При необходимости курс лечения повторяют 2-3 раза с перерывом 3 мес.

«Берберина бисульфат» - таблетки, содержащие алкалоид берберин, полученный из корней барбариса обыкновенного. Назначают внутрь по 0,005-0,01 г 3 раза в день (перед едой). Курс лечения 2-4 нед.

«Танацехол» - таблетки, содержащие сумму флавоноидов из цветков пижмы обыкновенной. Назначают внутрь по 2 таблетки 3-4 раза в день (после еды). Курс лечения 30 дней.

«Холагогум» - капсулы, содержащие экстракт чистотела 0,04 г, экстракта куркумы 0,02 г, экстракта шпината 0,05 г, масла мяты перечной 0,005 г, масла куркумы 0,005 г, фосфолипидов 0,1 г. Назначают в первую неделю по 2 капсулы, в дальнейшем по 1 капсуле 3 раза в день во время или после еды. В тяжелых случаях по 2 капсулы 3 раза в день в течении 2 нед или более.

«Холагол» - суммарный препарат, содержащий красящего вещества корневища куркумы 0,0225 г, коры крушины 0,009 г, магния салицилата 0,18 г, эфирного масла 5,535 г, спирта 0,8 г, масла оливкового до 10 г. Назначают внутрь по 5 капель (на сахаре) за 30 мин до еды 3 раза в день, при приступах желчной колики однократно 20 капель. При диспепсических явлениях принимают во время или после еды.

«Холафлуке» - 100 г растворимого чая содержат 37,5 г обезвоженного экстракта следующего состава: листьев шпината 10,5 г, плодов чертополоха 4,5 г, травы лапчатки гуси-

ной 12,5 г, травы чистотела 40,5 г, травы тысячелистника 12,0 г, корня лакричника 43,5 г, корня ревеня 15,0 г, корня и травы одуванчика 12,0 г, экстракта корневища куркумы 0,4 г, экстракта алоэ 1,2 г, масла куркумы 0,076 г. Назначают внутрь утром натощак или перед едой по 1 чашке чая 3 раза в день. «**Холосас**» - сироп, приготовленный из сгущенного водного экстракта плодов шиповника собачьего (*Rosa canina* L.), сем. розоцветных (*Rosaceae*) и сахара. Назначают взрослым по 1 чайной ложке, детям по 1/4 – 1/2 чайной ложки 2-3 раза в день. «**Флакумин**» - таблетки, содержащие сумму флавоноловых агликонов, получаемая из листьев скумпии кожевенной. Назначают внутрь по 0,02-0,04 г (1-2 таблетки) за 30 мин до еды 2-3 раза в день. Курс лечения 3-4 нед. «**Фламин**» - таблетки, содержащие экстракт (сумма флавоноидов) из цветков бессмертника песчаного. Назначают внутрь взрослым по 1 таблетке за 30 мин до еды 3 раза в день с небольшим количеством воды. Курс лечения 10-40 дней.

♦ *гидрохолеретики* усиливают желчеотделение за счет водного компонента: валериана лекарственная, препараты валерианы, минеральные воды.

2. Холекинетики – повышают тонус желчного пузыря, расслабляют желчевыводящие протоки, сфинктер Одди, ликвидируют застой желчи в желчном пузыре и усиливают процесс его опорожнения: растительные масла (кукурузное, оливковое, подсолнечное); корневище аир, корни барбариса, одуванчика, цветки бессмертника, василька, календулы, ромашки, листья вахты трехлистной, трава горца птичьего, тысячелистника, плоды кориандра, шиповника.

3. Холеспазмолитики – расслабляют гладкие мышцы желчного пузыря, желчевыводящих протоков, то есть устраняют спазм: цветки арники, календулы, корневище с корнями валерианы, девясила, трава зверобоя, сушеницы, листья мяты перечной, комбинированные препараты: «**Холагол**». «**Конвафлавин**» - суммарный флавоноидный препарат из травы ландыша, содержащий кейозид, гиперозид, кварцетин и др. Назначают внутрь по 0,02 г 3 раза в день (до еды). Курс лечения 3-4 нед (при необходимости его повторяют). «**Флакумин**» Высокая эффективность препаратов растительного происхождения обусловлена комплексом биологически активных веществ. Установлена связь холеретических свойств с наличием флавоноидов, эфирных масел, смолистых и других веществ. Механизм их действия сложен и связан по-видимому с непосредственной стимуляцией секреторной функции гепатоцитов; с повышением осмотического градиента между желчью, кровью и усилением фильтрации в желчные протоки воды и электролитов; со стимуляцией рецепторов слизистой

оболочки тонкого кишечника, которая способствует активации аутокринной системы регуляции и усилению образования желчи. Извлечения из лекарственных растений, богатых ионами магния, могут стимулировать секрецию холецистокинина клетками эпителия двенадцатиперстной кишки. Этим влиянием может быть обусловлено холекинетическое действие препаратов на основе арники, бессмертника, шиповника, фенхеля. Рефлекторное усиление выброса холецистокинина вызывают горечи (вахта, одуванчик, тысячелистник и др.). Сочетанное применение растений с разными механизмами холекинетического действия позволяет добиться весьма выраженного эффекта. Кроме желчегонного действия у большинства растений присутствуют противомикробные, противовоспалительные и антигипоксические свойства, некоторые из них являются эффективными гепатопротекторами.

ФИТОТЕРАПИЯ ГЕПАТИТОВ

Предупреждают дистрофические процессы в печени лекарственные растительные *средства гепатопротекторного действия* – это цветки бессмертника и препарат на его основе «Фламин»; препараты на основе плодов расторопши пятнистой:

«**Легалон**» (синонимы силимарин, карсил) - драже или суспензия, содержащая флавоноиды из плодов расторопши пятнистой. Назначают внутрь, не разжевывая, с небольшим количеством воды. При тяжелых поражениях печени назначают легалон-140 по 1 капсуле 3 раза в день, затем по 1 капсуле 2 раза в день. В менее тяжелых случаях и для поддерживающей терапии назначают легалон-70 по 1- 2 драже, в дальнейшем по 1 драже 3 раза в день. Суспензию принимают в начале лечения и в тяжелых случаях по 1 мерной ложке (по 10 мл. содержащих около 100 мг силимарина) 4 раза в день. Для поддерживающей терапии – по 1 мерной ложке, затем по 1/2 мерной ложки 3 раза в день. «**Силибор**» - препарат, содержащий сумму флавоноидов из плодов расторопши пятнистой. Назначают внутрь по 0,06-0,08 г 3 раза в день (до еды). Курс лечения 1- 2 мес (до 3-6). Курс лечения можно повторить через 1-3 мес. «**Гепатофальк планта**» - 1 капсула содержит экстракт из плодов расторопши пятнистой 140 мг, экстракт чистотела большого 100 мг, экстракт турмелика яванского 25 мг. Назначают внутрь, перед едой, запивая небольшим количеством жидкости. В

начале лечения или в тяжелых случаях назначают по 2 капсулы 3 раза в сутки (не более 2 нед.). Для поддерживающего лечения или в легких случаях по 1 капсуле 3 раза в сутки. Курс лечения 1-3 мес., повторный через 1-3 мес. Кроме того, в качестве гепатопротекторов применяются препараты растительного происхождения: «Ливомин» - комплекс растительных экстрактов холеретического, холагогенного и желудочного действия, а также минеральные вещества, стимулирующие функцию печени (всего 23 растительных экстракта и 7 минеральных веществ). Применяют внутрь по 2-3 таблетки 3-4 раза в день (после еды). Курс лечения не менее 6 нед. «Билигнин» - модифицированный лигнин, получаемый из древесины растений. Связывает желчные кислоты в кишечнике, уменьшает их обратное всасывание и способствует их выведению с калом. Применяют внутрь в виде порошка по 5-10 г (1-2 чайные ложки) за 30-40 мин до еды 3 раза в день, запивая водой. Курс лечения от 7 дней до 3 мес. «Тыквеол» - жирное масло, получаемое из семян тыквы обыкновенной. Применяют при гепатите, жировой дистрофии печени, циррозе печени, холецистохолангите, дискинезия желчевыводящих путей и др. внутрь, по 1 чайной ложке за 30 мин до еды 3-4 раза в день. Курс лечения 1-3 мес. В патогенезе некоторых форм гепатитов существенную роль играет аутоиммунный компонент. В таких случаях оправдано применение растительных средств *антиаллергического действия* (травы череды, фиалки, корней солодки, листьев березы). Больным, перенесшим вирусный гепатит, показана длительная фитотерапия, поэтому необходимо подбирать сборы лекарственных растений, несколько прописей, которые следует чередовать каждые 1,5-2 месяца.

При гепатитах рекомендуют сбор: *Цветки бессмертника песчаного 20,0 г, Кукурузные рыльца и столбики 10,0 г, Цветки ромашки аптечной 20,0 г, Корни одуванчика лекарственного 10,0 г Плоды фенхеля обыкновенного 10,0 г, Трава полыни горькой 10,0 г, Цветки календулы лекарственной 10,0 г, Листья мяты перечной 10,0 г. Принимать по 1/3-1/2 стакана настоя 3 раза в день за 30 мин до еды.*

ФИТОТЕРАПИЯ ДИСФУНКЦИЙ ЖЕЛЧЕВЫВОДЯЩИХ ПУТЕЙ

При гиперкинетической форме применяют «Холосас» по 1 чайной ложке 2-3 раза в день за 30 мин до еды, настой кукурузных рылец по 1-2 столовые ложки через 3 ч, настойку из листьев барбариса по 15-20 капель 2-3 раза в день за 15-30 мин до еды, также показаны сборы: *Листья вахты трехлистной, Трава полыни горькой, Листья мяты перечной поровну. Настой принимать в теплом виде по 1/3 стакана за 30 мин до еды. Цветки календулы, Цветки ромашки аптечной по 10,0 г, Цветки липы 20,0 г. Настой принимать в теплом виде по 1/3 стакана за 30 мин до еды.* При гипокинетической форме дисфункции назначают препараты общетонизирующего действия (элеутерококк, лимонник китайский, родиолу розовую в виде жидких экстрактов по 10-15 кап на 1/2 стакана воды в первой половине дня) и холецистокинетические желчегонные средства: экстракт бессмертника сухой назначают по 1 г 3 раза в день курсами по 2-3 недели с 5-7-дневными перерывами при повторных курсах; настой цветков бессмертника песчаного принимать за 30 мин до еды по следующей схеме: 1-й день - 1/3 стакана; 2-й день - 1/3 стакана 2 раза; 3-й день - 1/3 стакана 3 раза; 4-й день - 1/2 стакана 3 раза; 5-й день по 1/2 стакана 2 раза и 6-й день по 1/2 стакана 1 раз. При необходимости прием настоя повторяют через 7 дней. Рекомендуют сборы: *Цветки бессмертника песчаного, Корни одуванчика лекарственного, Листья вахты трехлистной поровну. Настой принимают по 1/4 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды. Цветки ромашки аптечной, Трава золотысячника зонтичного по 10,0 г Корневище аира болотного, Трава зверобоя продырявленного по 30,0 г. Настой принимают по 1/3 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.*

ФИТОТЕРАПИЯ ХРОНИЧЕСКОГО НЕКАЛЬКУЛЕЗНОГО ХОЛЕЦИСТИТА

Для преодоления резистентности патогенных микроорганизмов целесообразно одновременное применение нескольких лекарственных растений, содержащих различные биологически активные вещества, так как некоторые растения наряду с противомикробной активностью обладают гепатопротекторны-

ми свойствами, что значительно повышает безопасность лечения. Эффективны следующие виды лекарственного растительного сырья и препараты на их основе: корневище аира болотного, «Аллохол», «Берберина бисульфат», цветки бессмертника песчаного (сухой экстракт, «Фламин»), желудочные капли, «Гепатофальк планта», «Конвафлавин», кукурузные рыльца и столбики (настой и жидкий экстракт), листья мяты перечной, корни одуванчика, желчегонные сборы № 1 - №3, «Танацехол», «Флакумин», «Холагол», «Холафлукс», «Холосас». Эффективны сборы: *Трава горца птичьего 10,0 г, Цветки календулы, Кукурузные рыльца и столбики по 20,0 г. Настой принимать по 1/2 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды. Корни одуванчика лекарственного, Цветки бессмертника песчаного, Цветки ромашки аптечной, Трава золототысячника зонтичного, Листья вахты трехлистной по 10,0 г, Трава зверобоя продырявленного 20,0 г. Настой принимать по 1/2 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.* При холецистите и холангите с выраженным спазмом рекомендуются сборы: *Листья мяты перечной 20,0 г, Трава полыни горькой 20,0 г, Корневища с корнями валерианы лекарственной 20,0 г, Трава зверобоя продырявленного 30,0 г, Соплодия хмеля обыкновенного 10,0 г. Настой принимать утром и вечером по 1 стакану настоя 2-3 раза в день за 30 мин до еды. Трава зверобоя продырявленного 25,0 г, Корни одуванчика лекарственного 15,0 г, Цветки бессмертника песчаного 15,0 г, Листья вахты трехлистной 15,0г, Цветки ромашки аптечной 15,0 г. Принимать по 1 стакану настоя 2 раза в день за 30 мин до еды.*

ФИТОТЕРАПИЯ ЖЕЛЧНОКАМЕННОЙ БОЛЕЗНИ

Эффективно применение *холеретических* фитопрепаратов (см. выше), а также лекарственных растений *холелитического действия*, т.е. предупреждающих камнеобразование в печени и способствующих разрушению камней: корни барбариса, цветки бессмертника, кукурузные рыльца и столбики и др., а также препаратов на их основе: «Берберина бисульфат»; «Фламин»; «Олиметин» - комплексный препарат, содержащий в 1 г масла мяты перечной 0,017 г, масла терпентинного очищенного 0,0341 г, масла айрного 0,025 г, масла оливкового 0,9205 г, серы очищенной 0,0034 г. Назначают для профилактики и лечения желчнокаменной болезни внутрь по 2 капсулы 3-5 раз в день (до еды, при изжоге – после еды). С профилактической целью после отхождения кон-

крементов – по 1 капсуле в день в течение длительного времени; «Розанол» - препарат на основе розового масла, оказывает спазмолитическое действие. Назначают внутрь по 2-3 капсулы за 30 мин до еды 3 раза в день. Курс лечения 2-4 нед.; «Уролесан» - раствор, содержащий масла пихтового 8 г, масла мяты перечной 2 г, масла касторового 11 г, экстракта семян моркови дикой 23 г, экстракта шишек хмеля 33 г, экстракта травы душицы обыкновенной 23 г. Назначают внутрь по 8-10 капель на сахаре 3 раза в день (перед едой). Курс лечения от 5 дней до 7 мес.; при почечной и печеночной коликах – по 15-20 капель на прием; «Холагол». В растительные композиции включают лекарственные растения, оказывающие желчегонное, противовоспалительное, антиспастическое, антимикробное действие. Рекомендуют следующие сборы: *Цветки бессмертника песчаного 20,0 г, Трава сушеницы топяной 40,0 г Цветки ромашки аптечной 20,0 г, Листья подорожника большого 20,0 г, Плоды шиповника собачьего 30,0 г, Листья мяты перечной 20,0 г. 2 столовые ложки сбора залить 500 мл кипятка, настоять 1 ч, процедить. Принимать по 100 мл 3-4 раза в день до еды. Кора крушины ольховидной 10,0 г, Плоды фенхеля обыкновенного 10,0г, Трава тысячелистника обыкновенного 10,0 г, Цветки бессмертника песчаного 20,0 г, Листья мяты перечной 20,0 г, Цветки календулы 20,0 г. 10 г сбора залить 400 мл кипятка, охладить, настоять 1 ч, процедить. Принимать по 100 мл 2 раза в день до еды. Трава зверобоя продырявленного 20,0 г, Трава горца птичьего 30,0 г, Цветки бессмертника песчаного 40,0 г, Цветки ромашки аптечной 10,0 г, Кора крушины ольховидной 10,0 г. 10 г сбора залить 400 мл кипятка, охладить, настоять 1 ч, процедить. Принимать по 100 мл 3-4 раза в день до еды. Плоды тмина обыкновенного 10,0 г, Кора крушины ольховидной 30,0 г, Корни алтея лекарственного 30,0 г, Листья мяты перечной 30,0 г, Листья шалфея лекарственного 30,0 г. 10 г сбора залить 400 мл кипятка, охладить, настоять 1 ч, процедить. Принимать по 100 мл 3-4 раза в день до еды.*

ФИТОТЕРАПИЯ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ КИШЕЧНИКА

В лечении больных с хроническими заболеваниями кишечника используют лекарственные растения определенного фармакологического действия.

1) Для снятия воспалительного процесса применяют: растения, содержащие дубильные вещества – кора дуба, корневище лапчатки, корневище гор-

ца змеиноного, бадана, кровохлебки, ольховые шишки; *растения, содержащие эфирные масла* – цветки ромашки аптечной и безъязычковой; *растения, содержащие слизи* – корни алтея, листья подорожника, цветки липы. 2) Для нормализации моторной функции и регуляции деятельности ЖКТ: *растения, содержащие полисахариды* – корневища с корнями девясила, корни одуванчика, лопуха, трава сушеницы; *растения, содержащие эфирные масла* – листья березы, мяты, трава мелиссы; *растения, содержащие флавоноиды* – трава горца птичьего, цветки пижмы;

Сбор желудочно-кишечный - цветков ромашки, листьев мяты перечной, плодов укропа, корневищ аира, корней солодки – по 20%. *Сбор желудочный №3* - коры крушины, листьев крапивы – по 30%, листьев мяты перечной - 20%, корневищ аира, корневищ с корнями валерианы – по 10%. 3) Для снятия спазма гладкомышечных волокон органов ЖКТ: *растения, содержащие алкалоиды* – листья красавки, трава чистотела (комбинированные препараты); *растения, содержащие эфирные масла* – корневище с корнями валерианы, листья мяты, трава пустырника, цветки ромашки, корни солодки, плоды тмина, фенхеля, укропа. 4) При необходимости стабилизации работы ЦНС применяют: *растения, содержащие эфирные масла* – корневища с корнями валерианы, листья мяты перечной, цветки липы, трава душицы, трава мелиссы, соплодия хмеля (настои, настойки и комбинированные препараты); *растения, содержащие флавоноиды* – трава пустырника (настои, настойка); *растения, содержащие тритерпеновые сапонины* – корневище с корнями синюхи голубой (отвар). *Сбор успокоительный №2*: листьев мяты перечной, трилистника водяного по 2 ч, корневище с корнями валерианы, шишек хмеля по 1 ч. *Сбор успокоительный №3*: корневища с корнями валерианы 17%, травы донника 8%, чабреца 25%, душицы, пустырника по 25% . 5) Для иммунокоррекции: *растения, содержащие фенольные соединения и сапонины* – корни солодки, корневища с корнями синюхи голубой, трава эхинацеи пурпурной; *растения, содержащие биогенные стимуляторы* – сок алоэ, каланхоэ, препарат «биосед» из очитка большого.

ФИТОТЕРАПИЯ ДИАРЕИ

При поносах предпочтение отдают вяжущим, обволакивающим, успокоительным, противовоспалительным, спазмолитическим растительным средствам:

растения, содержащие дубильные вещества – кора дуба, корневище лапчатки, корневище горца змеиноного, бадана, ольховые шишки, трава зверобоя, плоды черемухи, черники, корневище с корнями кровохлебки лекарственной, листья шалфея, корневище щавеля конского. Из этих видов растительного сырья готовят в основном отвары; *растения, содержащие слизи* – семена льна, корни алтея, листья подорожника, цветки липы.

ФИТОТЕРАПИЯ ПРИ ЗАПОРАХ

При запорах используют слабительные средства и усиливающие перистальтику кишечника, которые можно разделить на 3 группы: ***А – химически раздражающие рецепторы слизистой кишечника, содержащие антрагликозиды (слабительный эффект через 8-12 часов)*** – кора крушины, плоды жостера, листья сенны, корень ревеня тангутского, корневище щавеля конского. ***Б – средства, увеличивающие объем и разжижающие содержимое, ограничивающие всасывание в кишечнике*** – семя льна, подорожника блошного, слоевища ламинарии. ***В – средства, механически облегчающие продвижение кишечного содержимого*** – растительные масла (касторовое, подсолнечное, кукурузное, оливковое).

Кроме того, в официальной медицине используют слабительные сборы, которые можно приобрести в аптеках: **«Сбор слабительный №1»**. *Кора крушины ольховидной 3 части, Листья крапивы двудомной 2 части, Трава тысячелистника обыкновенного 1 часть. Принимать в виде настоя по 1/2 -1 стакану на ночь.* **«Сбор слабительный №2»** *Листья сенны 3 части, Кора крушины ольховидной, Плоды жостера - по 2 части, Плоды аниса, Корни солодки - по 1 части. Принимать в виде настоя по 1/2 -1 стакану на ночь.*

Кроме лекарственных растений и сборов на практике широко применяются готовые лекарственные растительные средства: **«Агиолакс»** - гранулы, содержащие семена подорожника блошного, плоды сенны остролистной, экстракт ромашки, слизистые вещества, сахарозу. Применяют при запорах, геморрое, трещинах заднего прохода, проктит и др. Назначают внутрь, не разжевывая по 1 чайной ложке через 30-60 мин после приема пищи, запивая стаканом воды. При запорах вечером после еды, утром – натощак по 1 чайной ложке; при необходимости каждые 6 ч по 1 чайной ложке в течении 1-3 дней. **«Антрасеннин»** -

сухой очищенный экстракт из листьев сенны (кассии) остролистной, вызывает усиление перистальтики нижних отделов кишечника. Применяют внутрь по 1-2 таблетки перед ужином. Суточная доза 3 таблетки на прием. **«Сенаде»** - препарат, содержащий сумму антраценпроизводных (главным образом Сеннозиды А и В), из листьев сенны (кассии) остролистной. Внутрь по 1 таблетке на ночь, через несколько дней по 2-3 таблетки (при отсутствии эффекта дозу увеличивают); детям 4-12 лет - 1-2 таблетки. **«Сенадексин»** - экстракт из листьев сенны (кассии) остролистной или узколистной. По действию и показаниям близок к препаратам **«Антрасеннин»** и **«Сенаде»**. По 1 таблетке (до 2 -3 таблеток) перед сном. **«Депурафлукс»** - 25 г растворимого чая содержат 11,014 г обезвоженного экстракта следующего состава: кора крушины 18 г, плод аниса 5 г, плод тмина 3,7 г, плод кориандра 6 г, плод фенхеля 3,5 г, листья мяты перечной 1,5 г, листья сенны 15 г, трава золототысячника 0,4 г, трава хвоща 24 г. Принимают внутрь натощак по 1 чашке (чайную ложку заливают горячей водой) 1 раз в день. Эффект проявляется через 8-10 часов. **«Калифиг»** - сироп, содержащий сенны экстракт 2,5 мг, гвоздичное масло, мяты перечной масло, сенны масло, инжир экстракт. Назначают внутрь взрослым по 1-2 столовые ложки; детям от 1 года до 3 лет по 1/2 – 1 чайной ложке, от 3 до 6 лет по 1-2 чайной ложки, от 6 до 15 лет по 2-3 чайной ложки (перед сном). **«Кафиол»** - комбинированный препарат, содержащий листьев 0,7 г, плодов сенны 0,3 г, мякоти плодов сливы 2,2 г, плодов инжира 4,4 г, масла вазелинового 0,84 г. В вечерние часы, однократно или курсами (10-14 дней). Доза 1/2 -1 брикет на прием; при упорных запорах 1,5-2 брикета (в 2 приема). Брикет нужно разжевать. Высшая суточная доза 6 брикетов. **«Ламинарид»** - суммарный препарат, получаемый из морской капусты, содержит смесь полисахаридов с белковым компонентом и соли альгиновых кислот. Внутрь по 5-10 г (1-2 чайные ложки) после еды 1-3 раза в день. Запивают 1/4 – 1/2 стакана воды. **«Рамнил»** - сухой стандартизованный препарат из коры крушины ольховидной. Принимают внутрь по 1-2 таблетки перед сном. **«Ревеня таблетки»** - 1 таблетка содержит 0,3 или 0,5 г мелкоизмельченного корня ревеня тангутского. Внутрь по 1 таблетке на ночь. **«Регулакс»** - 1 кубик содержит порошка листьев сенны 0,71 г и плодов сенны 0,3 г, инжирную пасту, сливовый мусс, сорбит, сорбиновую кислоту, инертный сахар, ароматическое вещество. Принимают внутрь по 1/2 -1 кубик перед сном. **«Сбор желудочный»** - коры крушины и листьев крапивы по 30 %, листьев мяты перечной 20 %, корневищ айра и корневищ с корнями валерианы по 10 %. Внутрь при запорах

(спастических). в виде настоя по 1/2 стакана утром и вечером. **«Сложный лакричный порошок»** - листьев сенны в порошке и корня солодки по 20 частей, плодов фенхеля в порошке и серы очищенной по 10 частей, сахара в порошке 40 частей. Внутрь взрослым по 1 – 2 чайной ложки, детям – 1/4 – 1/2 чайной ложки 1 – 3 раза, размешав в воде.

ФИТОТЕРАПИЯ ПРИ МЕТЕОРИЗМЕ

При метеоризме эффективны лекарственные растения *спазмолитического действия и улучшающие отхождение газов: растения, содержащие эфирные масла* – цветки ромашки аптечной, листья мяты, плоды тмина, кориандра, фенхеля, укропа (настои, отвары). Применяется **«Сбор ветрогонный»**. *Листья мяты перечной, Плоды фенхеля по 34%, Корневища с корнями валерианы 32%. Применяют внутрь в виде настоя по 1/4-1/2 стакана утром и вечером.*

ФИТОТЕРАПИЯ ПРИ СИГМОИДИТЕ, ГЕМОРРОЕ, ТРЕЩИНЕ ПРЯМОЙ КИШКИ

При сигмоидите, геморрое, трещинах прямой кишки применяют:

1) *лекарственные растения противогемморoidalного действия, содержащие флавоноиды* - корни стальника, трава горца почечуйного, перечного (настои, настойки). **«Сбор противогемморoidalный»**. *Листья сенны, Трава тысячелистника, Кора крушины, Плоды кориандра, Корни солодки – по 20,0 г. Внутрь в виде настоя по 1/2 – 1 стакану на ночь.*

2) *Растения кровоостанавливающего, противовоспалительного действия, содержащие дубильные вещества* – кора дуба, корневище лапчатки, корневище горца змеиного, бадана, корневище с корнями кровохлебки, ольховые шишки, трава зверобоя и, *содержащие витамин К* – трава пастушьей сумки, трава тысячелистника, листья крапивы, кора калины. Наряду с лекарственными настоями и отварами эффективно применение лечебных клизм с водными извлечениями из растений аналогичного действия: из алтея, бадана, горца змеиного, зверобоя, календулы, дуба, кровохлебки, семян льна, шалфея, ромашки, эвкалипта.

ФИТОТЕРАПИЯ ПРИ ДИСБАКТЕРИОЗЕ КИШЕЧНИКА

Противомикробный эффект лекарственных растений связан с содержащимися в них летучими эфирными маслами, различными фенольными соединениями: трава зверобоя, череды, тысячелистника, душицы; листья крапивы, шалфея, подорожника, эвкалипта, березы; цветки ромашки и календулы; корневище лапчатки, бадана и др. Аналогичное действие оказывают и препараты, полученные из растений, - настойка календулы, полыни, зверобоя, препараты растительного происхождения: **«Ромазулан»** - жидкость, содержащая экстракт ромашки аптечной и эфирное масло ромашки, эмульгатор твин-80, разводят ½ ч.л. в 1 стакане горячей воды, принимают внутрь 3 раза в день по 1/3 стакана за 30-40 мин до еды; **«Ротокан»** - спиртовой раствор смеси экстрактов ромашки, тысячелистника, календулы, разводят ½ ч.л. в 1 стакане горячей воды, принимают внутрь 3 раза в день по 1/3 стакана за 30-40 мин до еды; **«Хлорофиллипт»** - 1% спиртовой раствор, содержащий смесь хлорофиллов, находящихся в листьях эвкалипта, разводят 5 мл раствора в 30 мл воды и принимают внутрь ежедневно 3 раза в день за 40 мин до еды при носительстве стафилококков в кишечнике.

Выраженное *антибактериальное действие* проявляется также у многих продуктов растительного происхождения, применяемых в пищу, например: свежий сок из плодов брусники подавляет рост грибов рода *Candida*; гранатовый сок задерживает рост бактерий рода *Shigella*; плоды и листья земляники лесной наиболее эффективны в отношении стафилококка; плоды клюквы оказывают бактерицидное действие на гнилостные бактерии; плоды и листья малины обладают антибактериальными свойствами в отношении стафилококков; сок, водные настои свежих и высушенных плодов смородины черной действуют на золотистый стафилококк и вульгарный протей; плоды черники имеют наибольшую антибактериальную активность по отношению к стафилококку; плоды шиповника оказывают губительное действие грамположительные бактерии, причем активность повышается при добавлении аскорбиновой кислоты; яблоки проявляют бактериостатическое действие.

При обнаружении в посевах кала грибов целесообразны лекарственные растения с *фунгицидным и фунгистатическим действием*: мята перечная, шалфей, фиалка трехцветная, корневище аира болотного, цветки ромашки, соплодия ольхи, березовые почки, тысячелистник обыкновенный и другие.

Для уменьшения и устранения спазма гладкомышечных волокон органов желудочно-кишечного тракта назначают растения, обладающие *спазмолитическим действием*, характерным для эфирных масел, кумаринов, накапливающихся преимущественно в семействах зонтичных и губоцветных: плоды укропа, аниса, тмина, фенхеля, кориандра, которые, кроме того, обуславливают ветрогонное действие, улучшая отхождение газов и устраняя болезненное вздутие живота, а также мята перечная, мелисса лекарственная и др.

С целью уменьшения воспалительных явлений используют растения, обладающие *противовоспалительным действием*, содержащие различные фенольные соединения, непосредственно связывающие свободные радикалы и предотвращающих повреждение клеточных мембран эпителия. К таким растениям относятся ромашка аптечная, солодка голая, зверобой продырявленный, синюха голубая и др. Эти растения, кроме того, содержат эфирные масла, фитостерины, которые по своему механизму близки к нестероидным противовоспалительным средствам, кортикостероидам и тормозят образование в тканях некоторых простагландинов и лейкотриенов.

При наличии диарейного синдрома показаны растения, обладающих *вяжущими и обволакивающими свойствами*. Вяжущее действие характерно для дубильных веществ (кора дуба, корневище кровохлебки, щавеля конского, горца змеиноного, плоды черники, черемухи и др.), которые вызывают необратимое свертывание покрывающих слизистую оболочку белков и, как следствие, образование плотной пленки, защищающей нормальную и поврежденную слизистую оболочку от раздражения и внедрения патогенных бактерий. Также под влиянием этих веществ уменьшаются продукция слизи, потери воды и солей, воспаленная слизистая несколько стягивается, суживаются поверхностные мелкие сосуды. Обволакивающий эффект обеспечивается растениями, содержащими большое количество слизиобразующих полисахаридов, которые набухают в воде и образуют коллоидный раствор. К таким растениям относятся корень алтея, семена льна и др.

При запоре применяются растения, содержащие антрагликозиды, оказывающие *слабительное действие*: листья сенны, корень ревеня тангутского, кора крушины, плоды жостера и др. Легкое слабительное действие оказывают вещества, способные адсорбировать воду и набухать - полисахариды (семя льна, ламинария, семена подорожника блошного). Однако рекомендовать эти средства для постоянного приема нежелательно, так как они вызывают атрофию слизи-

стой оболочки, привыкание и «отучают» кишечник работать самостоятельно, приводя к вторичному хроническому запору.

При наличии соответствующих показаний (особенно при язвенных процессах) рекомендуют *растения, активирующие процессы репарации слизистых оболочек* органов желудочно-кишечного тракта (листья подорожника большого, трава череды, плоды шиповника, алоэ, плоды облепихи, цветки календулы, корневище девясила и др.).

Для стимуляции иммунных процессов в организме применяют *растительные иммунокорректоры и витаминосодержащие лекарственные растения* (бруснику, крапиву, малину, рябину, смородину, шиповник, листья крапивы, траву зверобоя, эхинацеи).

При вовлечении в воспалительный процесс прямой кишки можно рекомендовать лечебные микроклизмы объемом 30 – 50 мл с отваром коры дуба, настоев цветков ромашки, отваром травы лабазника и корня горца змеиного.

При дисбактериозе рекомендуются следующие сборы: *Трава зверобоя продырявленного 20,0, Корневище с корнями кровохлебки лекарственной 10,0, Плоды шиповника коричневого 20,0, Трава тысячелистника обыкновенного 10,0, Листья крапивы двудомной 10,0, Корневище с корнями аира болотного 20,0, Листья мяты перечной 10,0. Принимать по 1/3 – 1/2 стакана настоя или отвара 3 раза в день. Цветки календулы лекарственной 20,0, Трава череды трехраздельной 20,0, Плоды шиповника коричневого 10,0, Трава тысячелистника обыкновенного 10,0, Листья крапивы двудомной 10,0, Листья шалфея лекарственного 10,0, Корневище с корнями аира болотного 10,0, Листья мяты перечной 10,0. Принимать по 1/3 – 1/2 стакана настоя 3 раза в день.*

На кафедре фармакогнозии БГМУ Пупыкиной К.А. с соавторами разработан «Сбор лекарственных растений для профилактики и комплексного лечения дисбактериоза кишечника» (патент № 2007123054), состоящий из девяти видов лекарственного растительного сырья, выбор которых подтвержден положительными результатами доклинических и клинических исследований. При составлении сбора учитывали, что фитотерапия может быть эффективно использована для санации от условно патогенной микрофлоры и сохранения, стимуляции сапрофитной микрофлоры. Биологически активные вещества отобранных растений взаимодействуют с воспаленной слизистой кишечника, способствуют восстановлению и регенерации слизистого слоя, вызывают уплотнение протоплазмы, за счет денатурации белков, находящихся в слизи и тканевом

экссудате и образование плотной пленки, защищающей нормальную и поврежденную слизистую оболочку от раздражения и внедрения патогенных бактерий.

Таким образом, фитотерапия может успешно применяться для профилактики, комплексного лечения дисбактериоза кишечника и подготавливать условия для дальнейшей селективной стимуляции, направленной на активацию процессов роста и размножения нормальной постоянной микрофлоры.

ЗАДАНИЯ ДЛЯ КОНТРОЛЯ

Пульмонология

Задача № 1. Больной, 48 лет страдает хронической обструктивной болезнью 10 лет (курит 15 лет). Последнее обострение в течение 14 дней, беспокоит кашель с мокротой, по утрам приступы затруднённого дыхания, не смотря на курс лечения ингаляцией беродуала, приёма лазолвана.

1. Назначить обследование.
2. Составить план лечебно – профилактических мероприятий.

Задача № 2. Больная 32 лет, страдает бронхиальной астмой 3 степени (5 лет), отмечает ухудшение состояния в период цветения деревьев. Врач назначил ингаляции симбикорта по 1 ингаляции 2 раза в день. На фоне ремиссии бронхиальной астмы после перенесённого острого вирусного заболевания длительное время сохраняется кашель со скудной мокротой.

1. Назначить планы лечения и профилактики бронхиальной астмы.
2. Составить фитосбор для повышения иммунитета.

Тесты.

1. Какими свойствами обладает данный сбор:

Алтей лекарственный 40,0

Мать – и – мачеха 40,0

1 ст.л. смеси долить 200,0мл кипятка, настоять 30 мин, процедить. Принимать по ½ стакана 2-3 раза. Рекомендуется как средство:

- а) бронхорасширяющее;
- б) отхаркивающее;
- в) гипотензивное.

2. Какими свойствами обладает данный сбор:

Подорожник большой, листья 30,0

Солодка голая, корни 30,0

Мать – и – мачеха обыкновенная, листья 40,0

2 ст.л. заварить 200,0 мл кипятка настоять 30-40 мин, принимать по ½ стакана через каждые 3 часа, рекомендуется как средство:

- а) бронхорасширяющее;
- б) антиаритмическое;
- в) противовоспалительное.

3. Какими свойствами обладает данный сбор:

Липа, цветы 50,0

Малина обыкновенная, плоды 50,0

2 ст. смеси заварить 400,0 мл кипятка, 5-7 мин кипятить, пить отвар горячим по ½ стакана 3р/день, рекомендуется как средство:

- а) жаропонижающее;
- б) противовоспалительное;
- в) обезболивающее.

4. Какими свойствами обладает данный сбор:

Шиповник коричневый, плоды 15,0

Радиола розовая, корни 20,0

Земляника лесная, корни 20,0

Рекомендуется как средство:

- а) иммуномодулирующее;
- б) жаропонижающее;
- в) бронхорасширяющее.

5. Десенсибилизирующее действие оказывает:

- а) череда трёхраздельная;
- б) календула лекарственная;
- в) душица обыкновенная.

6. Жаропонижающее действие оказывает:

- а) рябина черноплодная;
- б) малина обыкновенная, плоды;
- в) боярышник кроваво-красный, плоды.

7. Иммуномодулирующее действие оказывает:

- а) душица обыкновенная;
- б) алтей лекарственный;
- в) солодка голая.

8. Отхаркивающее действие оказывает:

- а) фиалка душистая;
- б) душица обыкновенная;
- в) липа, цветы.

9. Какими свойствами обладает данный сбор:

Смородина чёрная, плоды

Брусника обыкновенная, плоды

Морковь посевная, корнеплоды

Обладают действием:

- а) жаропонижающим;
- б) витаминным;
- в) бронхорасширяющим.

10. Мумие применяется в качестве:

- а) стимулятора иммунитета;
- б) жаропонижающего;
- в) бронхорасширяющего.

11. Корневище и корни девясила применяются в качестве:

- а) потогонного;
- б) антиаритмического;
- в) отхаркивающего.

12. В качестве стимулятора дыхательного центра применяют:

- а) плоды лимонника китайского;
- б) плоды рябины черноплодной;
- в) плоды шиповника коричневого.

13. Общеукрепляющим действием обладает:

- а) трава хвоща полевого;
- б) трава сушеницы болотной;
- в) корни аралии маньчжурской.

14. При повышенном кашлевом рефлексе и бронхообструктивном синдроме назначают:

- а) трава чабреца;
- б) почки сосны;
- в) почки берёзы.

15. В состав грудного эликсира входит:

- а) корень истода;
- б) корень солодки;
- в) трава термопсиса.

Кардиология

Задача № 1. Пациент К. 38 лет, впервые обратился к участковому врачу. Отмечает, что иногда беспокоят головные боли в затылочной области, подташнивание. После приема таблетки папазола и анальгина все проходит. Других

жалоб не предъявляет. При обследовании: состояние удовлетворительное, кожные покровы чистые, физиологичной окраски, отеков нет. В легких дыхание везикулярное, хрипов нет. Было обнаружено повышение АД 160/90 мм.рт.ст., ЧСС 84 в мин. Живот при пальпации мягкий, безболезненный. Стул и диурез без особенностей. При изучении наследственности выявлена гипертоническая болезнь у матери. ЭКГ: синусовый ритм, ЧСС 84 в мин., ЭОС не отклонена.

1. Сформулируйте клинико-функциональный диагноз

2. Подобрать фитотерапию

Задача № 2. Больной С. 50 лет, руководитель предприятия, обратился к врачу с жалобами на боли в области сердца, появившиеся после стрессовой ситуации на работе. Боли носили давящий, сжимающий характер с радиацией в левую руку. Продолжались 2 минуты, купировались приемом нитроглицерина из аптечки на работе. Объективно: состояние относительно удовлетворительно, положение активное, кожные покровы физиологической окраски. Дыхание везикулярное, хрипов нет. АД 120/80, ЧСС 78 в мин. Живот мягкий, безболезненный, стул и диурез без особенностей. ЭКГ синусовый ритм, ЧСС 78 в мин. ЭОС не отклонена. Признаки ишемии миокарда не определяются.

1. Сформулируйте клинико-функциональный диагноз

2. Подобрать фитотерапию

Тесты.

1. Содержит много йода, микроэлементов, который влияет на липидный и белковый обмен и способствует снижению холестерина в крови:

- а) листья подорожника;
- б) корни одуванчика;
- в) морская капуста;
- г) корни диоскореи.

2. Препарат, получаемый из бобов какао, обладающий коронарорасширяющим действием:

- а) теofilлин;
- б) горичник горный;
- в) пастернак посевной;
- г) фловерин.

3. Препарат, содержащий сухой экстракт из листьев и цветков боярышника, назначаемый при сердечной недостаточности:

- а) кардиовален;
- б) корвалол;
- в) корвалдин;
- г) кадиплан.

4. Обеспечивают снижение миокарда в кислороде и повышение его доставки:

- а) антигипоксанты;
- б) антиангинальные растительные средства;
- в) дезагреганты;
- г) гипотензивные препараты.

5. Тормозят всасывание холестерина в кишечнике и стимулируют его выведение:

- а) пектины и клетчатка растений;
- б) слабительные;
- в) ангиопротекторы;
- г) антиоксидант.

6. Факторы риска развития атеросклероза:

- а) высокий уровень холестерина;
- б) курение, низкая двигательная активность;
- в) избыточная масса тела и стресс;
- г) все выше перечисленное.

7. Терапевтический эффект лечения препаратом «АММИ ЗУБНАЯ» наблюдается:

- а) на 1-2 день лечения;
- б) на 2-3 день лечения;
- в) на 3-4 день лечения;
- г) на 5-7 день лечения.

8. Витаминами группы В богаты следующие растения:

- а) плоды облепихи;
- б) плоды шиповника;
- в) плоды и семена тыквы;
- г) семена подсолнечника.

9. Препарат, содержащий настойку чеснока, настойку плодов боярышника, настойку омелы белой, назначаемый при атеросклерозе:

- а) Алисат;
- б) Алликор;
- в) Аллитера;
- г) Ультравит.

10. В качестве жиров лучше употреблять:

- а) растительные масла «подсолнечное, оливковое»;
- б) сливочное масло;
- в) маргарин;
- г) сало.

11. Исключите неверный вариант:

При комплексной терапии гипертонической болезни необходимо:

- а) снизить массу пациента;
- б) увеличить физическую активность;
- в) убедить пациента в необходимости избавления от курения;
- г) назначение гормональных контрацептивов женщине.

12. Успокаивающие лекарственные средства для снятия нервно-психического перенапряжения:

- а) эфирные масла, препараты пустырника;
- б) элеутерококк;
- в) лимонник китайский;
- г) корень женьшеня.

13. Эфирные масла, входящие в состав гипотензивных сборов, обладающие мочегонным действием:

- а) трава хвоща полевого, трава спорыша;
- б) листья и почки березы (настой), трава можжевельника (настой);
- в) листья брусники обыкновенной, листья толокнянки обыкновенной;
- г) листья бадана толстолистного (настой).

14. Для профилактики и лечения аритмии не следует употреблять:

- а) продукты, богатые кальцием, витаминами и микроэлементами;
- б) продукты моря;
- в) кофеин содержащие препараты;
- г) чеснок.

15. Для профилактики и лечения гипертонической болезни i-ii стадии используют:

- а) плоды и сок рябины черноплодной;
- б) лесные ягоды;
- в) вишню;
- г) черешню.

Гастроэнтерология

Задача № 1. Больной И., 45 лет, экономист. В анамнезе язвенная болезнь 12-перстной кишки, обострения редкие. Последнее обострение 2 года тому назад, по необходимости принимает противорецидивную терапию по требованию. Пришла к врачу на диспансерный осмотр. Жалоб нет. Объективно: общее состояние удовлетворительное. В легких дыхание везикулярное, ЧД – 20 в минуту, сердечные тоны ритмичные, ясные, АД 125/80 мм рт. ст., ЧСС – 75 ударов в минуту, язык чистый, влажный, живот мягкий безболезненный, печень по краю реберной дуги, стул, диурез без особенностей.

1. Сформулируйте клинико-функциональный диагноз.
2. Назначьте фитосборы, способствующие поддержанию ремиссии заболевания
3. Определите группу диспансерного наблюдения.

Задача № 2. Больной М., 43 года, математик, поступил в клинику с жалобами на постоянные боли в эпигастральной области, усиливающиеся через 1,5 часа после приема пищи, ощущение полноты в желудке, изжогу, тошноту, неустойчивый стул, общую слабость. Болен в течение 2-х недель, принимал алмагель, анестезин, но продолжал работу, хотя улучшения не было. Обратился в поликлинику.

Объективно: кожные покровы и видимые слизистые бледноваты. Пульс 84 удара в минуту, АД – 125/80 мм рт. ст. Язык влажный, слегка обложен беловатым налетом. Живот подвздут. При поверхностной пальпации отмечается мышечная защита и определяется болезненность в пилородуоденальной области. Печень по краю реберной дуги, безболезненна. Сон нарушен из-за болей. Больной тревожен.

1. Поставьте развернутый клинико-функциональный диагноз.
2. После проведения курса медикаментозной терапии назначьте фитопрепараты, обладающие противовоспалительным действием. Выпишите рецепты.
3. Определите группу диспансерного наблюдения.

Тесты.

1. Перечислите растения, обладающие свойством понижения уровня кислотности

1. Цветки липы;
2. Корневище с корнями девясила;
3. Трава зверобоя;
4. Трава сушеницы;
5. Корень солодки;
6. Трава мать-и-мачехи.

2. Перечислите растения, обладающие свойством купировать боли, снять спазм гладких мышц

1. Корень солодки;
2. Плоды тмина;
3. Плоды укропа;
4. Цветы ромашки;
5. Листья мяты;
6. Лист подорожника.

3. Растения, противовоспалительные, обволакивающие, кроме

1. Корни алтея;
2. Семена льна;
3. Плоды шиповника;
4. Трава зверобоя;
5. Лист подорожника.

4. При гипоацидном гастрите назначают:

1. Трава полыни горькой;
2. Листья вахты трехлистной;
3. Корень одуванчика;
4. Плоды аниса;
5. Трава полыни горькой;
6. Плоды шиповника.

5. С противовоспалительным и регенерирующим действиями растения:

1. Корневище с корнями девясила;
2. Семена льна;
3. Листья подорожника;
4. Трава сушеницы;
5. Корень солодки;
6. Лист мяты.

6. Растения с успокаивающим действием:

1. Пустырник;
2. Валериана;
3. Донник;
4. Хмель;
5. Ромашка;
6. Черемуха.

7. Противовоспалительная и «антихеликобактерная» терапия обеспечивается применением:

1. Листья шалфея;
2. Корневище аира;
3. Лишайники;
4. Соплодия ольхи;
5. Корневище лапчатки;
6. Плоды калины;

8. Растительные антибиотики:

1. Усниновая кислота;
2. Лишайники;
3. Иманин;
4. Гордецин;
5. Кордицепс.

9. Растительные гастропротекторы с репаративным эффектом:

1. Трава череды;
2. Листья подорожника большого;
3. Плоды облепихи;
4. Плоды рябины обыкновенной;
5. Цветки календулы;
6. Горец змеиный.

10. Растительные иммунопротекторы:

1. Трава эхинацеи;
2. Листья алоэ древовидного;
3. Цветки арники горной;
4. Трава горца птичьего;
5. Трава Melissa лекарственной;
6. Почки березы.

11. Холеретики:

1. Корни барбариса;
2. Корни лопуха;
3. Трава володушки золотистой;
4. Цветки горца птичьего;
5. Листья березы;
6. Цветки ромашки.

12. Растения с антиаллергическим действием:

1. Трава череды;
2. Трава фиалки;
3. Корень солодки;
4. Листья березы;
5. Плоды калины;
6. Лист смородины.

13. Растения с противовоспалительным эффектом при заболеваниях кишечника:

1. Кора дуба;
2. Корневище лапчатки;
3. Корневище горца змеиного;
4. Корневище кровохлебки;
5. Ольховые шишки;
6. Шишки хмеля.

14. Растения с противомикробным действием при дисбактериозе кишечника:

1. Листья эвкалипта;
2. Трава тысячелистника;
3. Цветки ромашки;
4. Трава душицы;
5. Листья шалфея;
6. Лист одуванчика.

15. Растения со слабительным действием:

1. Листья сены;
2. Корень ревеня тангутского;
3. Кора крушины;
4. Плоды жостера;
5. Семя льна;
6. Семена тмина.

ОТВЕТЫ

Пульмонология.

Ответ к задаче № 1:

1) Для исключения туберкулёза, рака лёгких выполнить анализы : общий анализ крови, общий анализ мочи, на ВК, атипичные клетки, ЭКГ,ФВД, рентгенография грудной клетки в 2-ух проекциях.

2) План лечения: отказ от курения; спирива по 1 ингаляции 1 раз в сутки 10 дней;

3) грудной сбор по 1 ст.л.4-5 раз/день

4) лечебная гимнастика и массаж грудной клетки;

Ответ к задаче № 2:

1. План лечения и профилактики.

2. Элиминационная диета

3. Базисная терапия ингаляцией симбикорта.

4. При ухудшении показателей ФВД - программа «Смарт»

5. Корень истода в виде отвара 20,0: 200,0 по 1 ст.л 5 раз в день за 1 час до еды.

Ответы на тесты: 1. Б; 2. В; 3. А; 4. А; 5. А; 6. Б; 7. В; 8. А; 9. Б; 10. А; 11. В; 12. А; 13. В; 14. А; 15. Б.

Кардиология.

Ответ на задачу № 1:

1. Гипертоническая болезнь стадия I, степень II, группа риска

2. Основные направления фитотерапии:

1) Успокаивающие ЛРС для снятия нервно-психического перенапряжения и усталости:

-хмель обыкновенный в виде настоя по 1/2-1/3 стакана 3 раза в день до еды;

-пустырник сердечный. Настой принимают по 1/3 стакана 2 раза в день за 1 час до еды;

-сбор успокоительный №3 «Корень валерианы, травы донника, чабрец, душица, пустырник;

2) Лекарственные средства мочегонного действия:

-эфирные масла (листья и почки березы, можжевельник)

-простые фенольные соединения (листья брусники отвар)

-флавоноиды(трава хвоща полевого(настой), трава спорыша)

3) Антисклеротитические ЛРС:

-плоды и сок рябины черноплодной. Сок- по 50 мл. 3 раза в день до еды 2-4 недели. Плоды – по 100 г. 3 раза в день за 30 мин. до еды.

Ответ на задачу № 2:

1. ИБС. Впервые возникшая стенокардия. НК 0.

2. Фитотерапия применяется как вспомогательный метод на ранних стадиях:

1) антиангинальные растительные средства-настойка боярышника 20 капель за 30 мин. до еды 2-3 раза в день.

2) антигипоксанты (флавоноиды, каротиноиды с витаминами и микроэлементами- сбор витаминный №1 «Плоды шиповника, плоды рябины» в виде настоя по ½ стакана 4 раза в день).

3) ангиопротекторы (листья гинкго двулопастного)

-танакан 40 мг по 1 таб. 3 раза в день во время еды.

4) антиатеросклеротическая диета. Пектиновые вещества (яблоки, клюква, смородина, крыжовник). Морская капуста по 1 чайной ложке на стакан воды 2 раза в день 5-6 недель.

Ответы на тесты: 1. В; 2. А; 3. Г; 4. Б; 5. А; 6.Г; 7.Г; 8. Г; 9. Г; 10. А; 11. Г; 12. А; 13. Б; 14. В; 15. А.

Гастроэнтерология.

Ответ на задачу № 1.

1. Хроническая язвенная болезнь ДПК, редкорезидивирующее течение, ст.ремиссии.

2. Необходимо назначение длительных курсов фитотерапии по 1-1,5 месяца, не менее четырех в год, причем акцент должен быть сделан на сборы, корригирующие вегетативные нарушения и обладающие стресспротективным действием. Выраженное стресспротективное действие оказывает сбор: Трава душицы. Листья иван-чая поровну. 1 столовая ложка сбора на 1 стакан кипятка, настоять 30 минут, процедить. Выпить за 1 – 2 приема в течение дня. На протяжении курса лечения небольшими глотками следует принимать один из ниже перечисленных сборов: Цветки ромашки 20,0 г. Листья Melissa 20,0 г. Листья мяты 20,0 г. Корень дудника 15,0 г. Плоды тмина 10,0 г. Плоды фенхеля 10,0 г. Трава полыни горькой 5,0 г. 1 столовая ложка сбора на 1 стакан кипятка, настоять 30 минут, процедить. Выпить за 1 – 2 приема в течение дня.

3. 3-я группа

Ответ на задачу № 2.

1. Хроническая язвенная болезнь двенадцатиперстной кишки

2. Восстановление равновесия между факторами «агрессии» и «защиты», устранение воспаления, нормализация моторной и секреторной функций желудочно-кишечного тракта. ** Корни алтея, семена льна, листья подорожника большого, цветки липы, листья мать-и-мачехи, трава череды. Активизация регенерации и дифференцировки клеток. ** Трава сушеницы 50,0 г. Трава тысячелистника 30,0 г. Цветки календулы 30,0 г. Корневища аира 20,0 г. Цветки липы 30,0 г. Трава зверобоя 50,0 г. 2 столовые ложки сбора залить 0,5 л кипятка, тепло укрыть, настоять 30 минут, процедить. Принимать по 100 мл за полчаса до еды, 3-4 раза в день. Курс – до 1,5 месяцев. Коррекция дисбактериоза. ** Корневище с корнями кровохлебки лекарственной, кора дуба, плоды черемухи и черники, соплодия ольхи или корневище лапчатки. Нормализация функций иммунной системы. ** цинксодержащие (листья алоэ древовидного, цветки арники горной, листья земляники лесной, траву мелиссы лекарственной, листья шалфея лекарственного и др.); ** кремнийсодержащие (траву горца птичьего); полисахаридсодержащие (траву череды, эхинацеи и др.).

3. 3 диспансерная группа

Ответы на тесты: 1. 1,2,3,4,5; 2. 1,2,3,4,5; 3. 1,2,3,4; 4. 1,2,3,4,5; 5. 1,2,3,4,5; 6. 1,2,3,4,5; 7. 1,2,3,4,5; 8. 1,2,3,4; 9. 1,2,3,4,5; 10. 1,2,3,4,5; 11. 1,2,3,4,5; 12. 1,2,3,4; 13. 1,2,3,4,5; 14. 1,2,3,4,5; 15. 1,2,3,4,5

ЛИТЕРАТУРА

1. Авцын, А.П. Микроэлементозы человека / А.П. Авцын, А.А. Жаворонков, М.А. Риш, Л.С. Строчкова. – М., 1991. – 496 с.
2. Биологически активные вещества растительного происхождения / Б.Н. Головкин [и др.]. – М.: Наука, 2001.
3. Битюцкий, Н.П. Необходимые микроэлементы растений / Н.П. Битюцкий. – СПб., 2005. – 256 с.
4. Губанов, И.А. Иллюстрированный определитель растений Средней России / И.А. Губанов [и др.]. – Том 3: Покрытосеменные (двудольные: раздельнолепестные). – М.: Товарищество научных изданий КМК, Институт технологических исследований, 2004. – 520 с.
5. Ефимов, С.Н. Разработка лекарственного растительного сбора как основы для создания антимуtagenного фитосредства: дис. ... канд. фарм. наук. – Томск, 2004. – 155 с.
6. Корулькин, Д.Ю. Природные флавоноиды / Д.Ю. Корулькин, Ж.А. Абилов, Р.А. Музыкакина, Т.А. Толстикова; Рос. акад. наук, Сиб. отд., Новосиб. ин-т органической химии. – Новосибирск: Академическое изд-во «Гео», 2007. – 232 с.
7. Краткое руководство по лечению опухолевых заболеваний / под ред. М.М. Боядзиса, П.Ф. Лебоуица, Дж.Н. Фрейма, Т. Фоджо; пер. с англ. под ред. С.А. Тюляндина, И.В. Поддубной. – М.: Практическая медицина, 2009. – 984 с.
8. Куркин, В.А. Фармакогнозия: учебник для студентов фармацевтических вузов / В. А. Куркин. – Самара: ООО «Оффт», ГОУ ВПО «СамГМУ», 2004. – 1180 с.
9. Куркин, В.А. Фенилпропаноиды лекарственных растений / В.А. Куркин, Е.В. Запесочная, В.Н. Авдеева. – Самара: изд-во СГМУ, 2005.
10. Пальцев, А.И. Фитотерапия хронического описторхоза / А.И. Пальцев, С.А. Дарянина. – Новосибирск: изд-во СО РАН, филиал «Гео», 2004. – 142 с.
11. Растения в комплексной терапии опухолей / Е.Д. Гольдберг [и др.]. – М.: изд-во РАМН, 2008. – 232 с.
12. Реестр лекарственных средств России 2007.

13. Самылина, И.А. Фармакогнозия. Атлас: учебное пособие: в 2 т. / И.А. Самылина, О.Г. Аносова. – // М.: ГЭОТАР – Медиа, 2007.
14. Скальный, А. В. Микроэлементы для вашего здоровья / А. В. Скальный. – М.: ОНИКС 21 век, 2004. – 320 с.
15. Скальный, А.В. Химические элементы в физиологии и экологии человека / А. В. Скальный. – М., 2004. – 215 с.
16. «Лекарственные растения при заболеваниях органов дыхания» //Составители: д.м.н., проф. Низамутдинова Р.С., к.ф.н., доц. Пупыкина К.А., д.м.н., проф. Крюкова А.Я., Акирова Р.Ю., Костарев О.В., д.б.н. Фархутдинов Р.Г. - Уфа: Изд-во «Травы Башкирии», 2007. - 56 с.
17. «Фитотерапия сердечно-сосудистых заболеваний» //Составители: д.м.н., доц. Игнатьева Т.П., к.фарм.н., доц. Пупыкина К.А., д.м.н., проф. Крюкова А.Я., Костарев О.В., д.б.н., с.н.с. Фархутдинов Р.Г. - Уфа: Изд-во «Травы Башкирии», 2007. - 56 с.
18. Фитотерапия при заболеваниях системы пищеварения./Крюкова А.Я., Пупыкина К.А., Кудашкина Н.В., Павлова Г.А., Мирсаева Ф.З., Курамшина О.А., Тувалева Л.С., Костарев О.В., Фархутдинов Р.Г. - Уфа: «Травы Башкирии», 2008. - 108 с.

Крюкова Антонина Яковлевна
Кудашкина Наталья Владимировна
Пупыкина Кира Александровна
Сахаутдинова Гюльнар Муратовна
Низамутдинова Розалия Сабирьяновна
Хасанова С. Р.
Тувалева Лия Салимьяновна
Курамшина Ольга Анатольевна
Фархутдинов Р. Г.
Кофанова Юлия Анатольевна
Габбасова Лилия Вадимовна

Фитотерапия в амбулаторно-поликлинической практике

Учебное пособие для студентов

Лицензия № 0177 от 10.06.96 г.

Подписано к печати 08.06.2012 г.

Отпечатано на ризографе с готового оригинал-макета,
представленного авторами.

Формат 60x84 ¹/₁₆. Усл.-печ. л. 7,2 Уч.-изд. л. 7,2.

Тираж 71 экз. Заказ № 82.

450000, г. Уфа, ул. Ленина, 3,
ГБОУ ВПО БГМУ Минздрава России