

Фитосредства в программах восстановительного лечения

С.Н. Турищев
ММА им. И.М. Сеченова

В статье представлены ключевые определены информационная база и теоретические основы фитотерапии. Сфокусировано внимание на объектах лечебного действия фитотерапевтических средств и их использования в восстановительной медицине в программах оздоровления. Рассмотрены перспективы развития фитотерапии.

Ключевые слова: фитотерапия и реабилитология

Фитотерапия — лечение растениями (от греч. *phyton* — растение и *therapeia* — лечение). Фитотерапию можно определить как совокупность лечебных мероприятий с использованием лекарственных средств из растений.

В современной фитотерапии, как самостоятельной дисциплине, можно выделить несколько основных составляющих, которые определяют ее развитие.

Фармакогнозия изучает лекарственные растения, а также продукты первичной переработки растительного и животного происхождения. Фармакогнозия — комплекс научных данных о растениях и лекарственных формах из них.

Фитофармакология изучает взаимодействие растений и извлечений из них с живыми организмами. Фитофармакология — важнейшая научная составляющая фитотерапии, которая делает ее доказательной, научной дисциплиной. Знание фармакотерапевтических свойств растений позволяет обоснованно использовать растения в лечении различных заболеваний.

Сведения об этиологии и патогенезе болезней помогают выбрать биологически целесообразный вариант воздействия фитосредством. Должны приниматься во внимание все новейшие достижения патоморфологии и патофизиологии, формирующие точное представление о болезни [2].

Весьма важными являются сведения о нейротропной, иммунотропной, гормональной гепатопротекторной, антиоксидантной, антигипоксантной активности химических соединений, содержащихся в растениях [1, 5, 6]. Множество химических соединений, одновременно воздействуя на организм, индуцируют взаимодействующие биохимические каскады — это сложное явление, которое можно назвать «феноменом фармакологических сетей» [5].

Рассматривая возможности и перспективы применения фитосредств в восстановительном лечении, можно выделить несколько основных направлений.

Вопреки сложившемуся мнению, фитотерапия способна помочь не только при легких нарушениях здоровья. Полноценный клинический мониторинг достоверно подтверждает роль фитосредств в достижении лечебного эффекта.

Фитотерапия в реабилитации тяжелых больных. Накоплен опыт применения фитосредств в восстановительном лечении лиц, перенесших инфаркт миокарда, инсульт, черепно-мозговые травмы, переломы костей, радикальные операции на органах желудочно-кишечного тракта, мочевыделительной системы, женской половой сферы. В значительном числе случаев фитотерапия способна адекватно заменить или дополнить медикаментозное лечение.

Фитотерапия в санаторно-курортном деле. Фитотерапия востребована во многих санаториях, пансионатах и домах отдыха, но есть значительный резерв: специализированные фитопрограммы, чаще включать фитосредства в комплексное лечение, шире применять наружно.

Для большинства людей фитотерапия ассоциируется, прежде всего, с высушенными и расфасованными растениями, которые нужно заваривать и принимать внутрь, однако этим способы презентации фитосредств не исчерпываются.

Лечебные растирания. Издревле человечество использовало нанесение различных растительных масел, жиров, биологических жидкостей на поверхность тела, прежде всего в больные места, для оздоровления, лечения кожных болезней, невралгий, суставных и мышечных болей, ран. Применение фитосредств с косметической целью — это лечение и оздоровление кожи, так как лучше всего выглядит именно здоровая кожа. Большинство мазей и кремов содержат извлечения из мяты, эвкалипта, календулы, конского каштана, алоэ и др. В качестве растираний часто используют спиртовые настойки мяты, чабреца, эвкалипта, полыни. Мы сообщали о синтезе точечного массажа и фитотерапии — фармакопрессуре — втирании извлечений из растений в биологически активные точки [4]. Здесь и механическое раздражение и фармакологическое воздействие, модифицирующее рефлекторное влияние на внутренние органы. Получены обнадеживающие результаты при лечении невралгий, миалгий, дисциркуляторных явлений.

Ванны с лекарственными растениями. Широко используются ванны хвойные, березовые, с чередой, полыню, календулой, крапивой и др. При умелом подборе растений достигается ощутимый местный и общий, системный лечебный эффект.

Лечебные клизмы обладают как общим, так и местным действием на патологические процессы. Применяют растительные масла, масляные извлечения, экстракты, отвары и настои из растений. Особенно эффективны клизмы при эрозивных, язвенных, хронических воспалительных процессах. Известны случаи успешного лечения полипов толстой кишки.

Использование фитосредств для полосканий, орошения полостей рта, носа, уха, половых органов, а также для ингаляций. Мягкий, но ощутимый лечебный эффект растений в этих случаях давно признан: используют шалфей, календулу, ромашку, эвкалипт, бадан, кору дуба и др. В ряде случаев отмечено, что композиции из лекарственных растений оказываются эффективнее отдельных растений. Своего часа ждут и уже проходят испытания лекарственные растения пока не фармакопейные, но давно

использующиеся в народе, эффективные при вирусных, грибковых, бактериальных инфекциях.

Соки растений. Вполне обоснованно к сокам проявляют все больший интерес. Соки сохраняют исходный фармакологический потенциал растений. От яблочного, томатного, апельсинового все чаще переходят к сокам из дикорастущих растений - можно прогнозировать успехи на этом направлении.

Ароматерапия рассматривается как одна из разновидностей фитотерапии. Витающие в воздухе молекулы химических соединений не только радуют обоняние, но и лечат, проникая в дыхательные пути, действуя на кожу. И здесь нас учит природа: целебное воздействие соснового леса, эвкалиптовой рощи и липовой аллеи. Осознание факта активного фармакологического воздействия при использовании этого метода (за счет запуска биохимических каскадов при воздействии на рецепторы), повышает интерес к методу. Технологии ароматерапии интенсивно развиваются: от ароматизации закрытых капсул до целых зданий. Оправдано включение ароматерапии в комплексные программы восстановительного лечения. Возможно, со временем ароматерапия станет одним из самых массовых (по охвату количества людей) методом оздоровления, профилактики и лечения.

Таким образом, осмысленное применение полного арсенала фитотерапии позволит существенно повысить эффективность реабилитационно-восстановительных мероприятий.

Во всем мире отчетливо превалирует тенденция преимущественного использования натуральных методов и средств восстановления здоровья. Каждый человек неповторим и поэтому должен найти свою систему оздоровления. Практика показывает, что идти нужно от простых методов лечения и оздоровления - к сложным; нельзя увлекаться экстравагантностью и экзотичностью; не следует форсировать сроки, нагрузки, дозы при проведении оздоровительных и лечебных мероприятий.

Старение организма человека предполагает, прежде всего, инволюцию гормональной сферы, развитие атеросклероза, повышение удельного веса склеротически измененных тканей, возможно развитие диабета, снижение функциональных возможностей нервной и иммунной систем, снижение противоопухолевой резистентности. Один из эффективных путей профилактики старения и болезней – предоставление организму в нужное время и в нужных количествах необходимых для его функционирования и самовосстановления химических соединений. Предупреждение развития патологических процессов путем рационального приема в виде пищи и напитков безвредных растений - это фитопрофилактика. При уже сложившихся заболеваниях эффективны лечебные композиции из растений. Наиболее распространенные профилактические травяные чаи, в соответствии с теорией старения: поливитаминные, регулирующие обменные процессы, антисклеротические, сер-

дечно-сосудистые, антидиабетические, регулирующие состояние нервной системы, противовоспалительные, антимикробные, противоопухолевые и др., в зависимости от особенностей пациентов (табл.).

Распространено применение растений с профилактической и лечебной целью, как поливитаминных средств. Причем можно использовать не только фрукты и овощи, но также извлечения из дикорастущих растений. Борьба с диабетом должна предусматриваться в лечении пациентов пожилого возраста. Лекарственные растения регулируют углеводный обмен, оказывают инсулиноподобное действие и способствуют снижению сахара в крови. Антисклеротическое действие растений обусловлено присутствием веществ, способных снижать уровень холестерина в крови и усиливать выведение с желчью предшественников его синтеза в печени. Важным моментом является укрепление прочности сосудистой стенки за счет флавоноидов, витамина Р и токоферола (витамина Е). Успокаивающее действие (психоседативное) необходимо для уменьшения степени активации сердца нервной системой, нормализации сна, уменьшения несильных болевых ощущений и сбоя сердечного ритма при нероциркуляторной дистонии, ослабления спазмирующих нервных влияний на сосуды, купирования спазма артерий сердца, мозга, конечностей. Защита слабеющего с возрастом организма от инфекций является серьезной задачей, поскольку любой инфекционно-воспалительный процесс трудно переносится и оставляет последствия. Известно, что с возрастом существенно возрастает риск опухолевых заболеваний. Многие овощи, фрукты, растения, имеющие репутацию «противоопухоле-

Таблица

Популярные растения, применяемые в оздоровительных программах

Фармакотерапевтическое действие	Растения, обеспечивающие нужные фармакологические эффекты
Поливитаминное	Арония, боярышник, брусника, гранат, крапива, лопух большой, мать-и-мачеха, медуница, одуванчик, первоцвет, подорожник, рябина, смородина, хвощ полевой, черемша, шиповник.
Антидиабетическое	Адаптогены, барвинок малый, бузина черная, галега, девясил, земляника, капуста, крапива, лавровый лист, лопух, лук, одуванчик, тыква, фасоль, цикорий, черника.
Антисклеротическое	Арбуз, бессмертник, боярышник, горец птичий, гречиха, диоскорея nipпонская, календула, клевер, крапива, лен, липа, лопух, лук, морская капуста, одуванчик, омела белая, рута душистая, тысячелистник, черемша, чеснок, якорцы.
Психоседативное	Боярышник, валериана, душица, Иван-чай, липа, Melissa, мята, омела белая, патриния, пион уклоняющийся, пустырник, ромашка, синюха голубая, сушеница, таволга, тимьян обыкновенный, тимьян ползучий.
Противоинфекционное	Аир, бадан, береза, брусника, горец змеинный, дуб, зверобой, календула, хвоя, шалфей, эвкалипт.
Противоопухолевое	Аир, береза, девясил, зверобой, земляника, каланхоэ, календула, калина, капуста, лопух, лук, морковь, облепиха, очиток, подорожник, редька, свекла, смородина, хрен, чеснок, чистотел.
Общеукрепляющее	Адаптогены, арония, аир, береза, боярышник, брусника, девясил, зверобой, календула, калина, лук, таволга, чеснок, шиповник.

вых», оказывают общеукрепляющее и профилактическое в отношении рака действие.

Индивидуализация подбора фитосредств позволяет достигнуть лучших результатов, однако это не исключает применение универсальных композиций в больших группах пациентов. Для этого целесообразно по возможности выделить типичные миксты заболеваний, характерные для данного контингента. Успешно апробированы композиции для больных с преимущественной манифестацией инфекционно-воспалительных заболеваний легких и бронхов, органов мочевого выделения, заболеваний опорно-двигательного аппарата, сердца и сосудов, печени.

Фитотерапию лучше сочетать, как минимум, с лечебной физкультурой и специальной диетой. Лечение фитосредствами осуществляется курсами, со сменой композиций и компонентов - есть растения выбора, но нет незаменимых. При фитотерапии возможен кратковременный результат, стабилизация, что само по себе важно, но наиболее перспективны комплексные программы. Фитосредства — оптимальные инструменты долгосрочных программ. При рациональной фитотерапии оздоровление в той или иной степени достигается практически всегда.

Ретроспективный анализ и простое моделирование становления медицины позволяет осознать, что именно фитотерапия является древнейшим методом врачевания. Но любые данные со временем устаревают или теряют свою значимость, так как изменяется природа, сам человек, изменяются критерии успешности. Обязательное условие развития фитотерапии, как и любого другого направления медицины, — интерпретация накопленного опыта с позиций современной науки. Нельзя прогнозировать и разрабатывать новые, эффективные средства и методы лечения без учета достижений молекулярной и наномедицины [1]. Можно обозначить несколько направлений, имеющих ключевое, фундаментальное значение для продуктивного развития фитотерапии: целевая интерпретация теории саморегулирующихся биосистем

и концепции воздействия в «режиме меню»; полномасштабная расшифровка и реализация в составлении лечебных программ биологических феноменов сохранения самости, комплементарности, конкуренции и взаимодействия биоструктур; биококтейли в молекулярной и наномедицине; БАВ как активные и пассивные биозонды; биоматериалы из растений в трансплантологии и заместительной терапии; энергетическая и пластическая миссия биоматериалов; локальная и точечная доставка биоматериалов; фитосредства как системные и межсистемные биорегуляторы и биомодификаторы. Стратегический ресурс фитотерапии заключается в преодолении тенденций псевдосамообытности и изоляционизма и максимальной интеграции в среду новейших научных достижений.

Таким образом, фитотерапия - сложнейшее, наукоемкое направление. Кто в полной мере использует природный фармакологический потенциал, кто найдет рациональный алгоритм использования фитосредств, тот найдет ключ к осязательному повышению продолжительности и качества жизни.

Литература

1. Введение в молекулярную медицину. / Под ред. М.А. Пальцева. — М.: Медицина. — 2004. — 496 с.
2. Саркисов Д.С., Пальцев М.А., Хитров Н.К. Общая патология человека: Учебник (2-е изд., перераб. и доп.) — М.: Медицина. — 1997. — 608 с.
3. Сергеев П.В., Шимановский Н.Л., Петров В.И. Рецепторы физиологически активных веществ. — Волгоград: Семь ветров. — 1999. — 640 с.
4. Турицев С.Н. Фармакопрессура как метод лечения. // Врач. — 1997. — № 6. — С. 36.
5. Турицев С.Н. Современная фитотерапия. — М.: ГЭОТАР-Медиа. — 2007. — 448 с.
6. Фитозергономика. / Под ред. Гродзинского А.М. — Киев: Наук. Думка. — 1989. — 296 с.

Медико-биологические аспекты антистарения

А.Т. Арутюнов*, П.С. Турзин**

*Главное медицинское управление УД Президента РФ
**ФГУ «Учебно-научный медицинский центр» УД Президента РФ

В настоящее время уделяется много внимания проблеме антистарения. Получены определенные результаты, разработаны инновационные профилактические и восстановительные реабилитационные программы. Планируется подготовка целевой ведомственной программы в этой области.

Ключевые слова: антистарение и геронтология и гериатрия

Продление длительности жизни всех слоев населения и, прежде всего, ее активного периода является, безусловно, одной из самых важных и актуальных медико-биологических и социально-психологических проблем современной науки, имеющей важное государственное значение. В настоящее время к этой научно-практической проблеме привлечено внимание представителей различных направлений науки и практики, государственных и общественных организаций и учреждений, как в нашей стране, так и за рубежом.

Данная проблема нашла свое отражение в следующих научных медико-биологических направлениях: геронтология, гериатрия, ювенология, в последнее время появилось новое — антистарение [2, 14, 16, 18, 20].

Геронтология — это наука, изучающая старение живых организмов, в том числе и человека.

Гериатрия — это раздел клинической медицины, изучающий особенности заболеваний у людей пожилого и старческого возраста и разрабатывающий методы их лечения и профилактики.