

О ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТИ ВКЛЮЧЕНИЯ ФИТОТЕРАПИИ В РЕГЛАМЕНТ ЛЕЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВРАЧА ОБЩЕЙ ПРАКТИКИ

В.Ф. Богоявленский, Р.М. Газизов

Кафедра терапии и семейной медицины (зав. — доц. Р.М. Газизов) Казанской медицинской академии последипломного образования

В настоящее время происходит постепенный переход отечественного здравоохранения на новый метод медицинского обслуживания по регламенту семейного врача (врача общей практики). По мнению куратора этого вида деятельности чл.-корр. РАМН проф. И.Н. Денисова, необходима коренная перестройка программы высшего и среднего медицинского образования с максимальным привлечением внимания к созданию доктрины здорового образа жизни в пределах семьи, коллектива и общества в целом.

В последние годы сложился утилитарный подход к способам лечения больных. Ведущее место заняла классическая фармакология, ориентированная на терапию больных преимущественно синтетическими лекарственными средствами — патентованными таблетками и инъекционными препаратами [2]. В связи с этим более 20 лет назад выдающийся терапевт академик Б.Е. Вотчал предупреждал врачей о том, что люди сейчас живут в эпоху относительно безопасной хирургии и крайне опасной химической терапии, при которой больным назначаются весьма токсичные синтетические препараты, обладающие наряду с высокой эффективностью множеством побочных действий. Поэтому знаменитый фармакотерапевт, основатель современной клинической фармакологии предпочитал использовать в повседневной практике такие лекарственные растения, как горичвет весенний (адонис), валериану, майский ландыш, боярышник и др. [1].

Сейчас классическая фармакология (химиотерапия) сместила на второй план в ряд нетрадиционной терапии, народной медицины лечение лекарственными травами. Фитотерапией занялись всевозможные “народные целители”. Если на счастье больного последние являются образованными и компетентными людьми, то они достигают удивительных результатов, рекламируемых падкой до сенсаций прессой. Так возникла

конкуренция между “научной” и “народной” медициной, приносящая большую прибыль околomedicalным коммерсантам — “травознатцам”, всевозможным экстрактсам и просто проходимцам. В такой ситуации страдающей стороной становятся жаждающие исцеления пациенты, отчаявшиеся в “безрезультативности” врачебной химиотерапии и часто попадающие в руки шарлатанов. Лишь в единичных медицинских вузах России предпринимаются попытки научного подхода к обучению будущих врачей основам фитотерапии [4].

Между тем более 5 тысяч лет назад китайский врач Иан-Ти предпринял попытку изучить и систематизировать полезные растения Востока. В рукописях Шу описано около 1500 растений, обладающих лечебными свойствами. Пян-Чиао (V век до н.э.) лечил в основном растениями. Гиппократ, Диоскорид, Арнольд из Виллановы [6] применяли более 300 растений. Позднее в “Каноне врачебной науки” Абу Али Ибн Сина (Авиценна) рекомендовал использовать до 900 растений для лечения болезней сердца, легких, печени, желудка и кишечника. В современных фармакопеех различных стран среди многочисленных лекарственных патентованных препаратов растительное сырье занимает от 25 (США) до 80% (КНР). И в нашей стране в реестр Российской фармакопеи включено 280 представителей флоры. Однако программа официальной фармакотерапии игнорирует эти факты!

Расхождение между победной судьбой классической фармакологии и прозябанием современной фитотерапии можно понять, так как в стабильных учебных программах медицинских институтов (академий, университетов) как на лечебном, так и на педиатрическом факультетах не предусматривается преподавание основ фитотерапии внутренних заболеваний. Этот дефект образования трудно объяснить только объективными причинами, ибо, как уже отмечалось выше, значительное количество

лекарственных растений включено в состав отечественной фармакопеи наравне с химиотерапевтическими средствами. Следует вспомнить, что более 70% всех химиотерапевтических препаратов тоже создано в результате выделения активных веществ (алкалоидов, гликозидов, антибиотиков и др.) из лекарственных растений. Так, наиболее тяжелые заболевания сердца, приводящие к его декомпенсации, успешно лечатся сердечными гликозидами, выделенными из травы наперстянки или цветков ландыша серебристого. Алкалоид атропин получен из травы белладонны (ночной красавки), антибиотик иманин — из травы зверобоя, алкалоид морфин — из мака снотворного, алкалоид винкапан — из растения барвинок, противосклеротический аписат — из чеснока и др.

Возникшую нишу врачебной некомпетентности в вопросах фитотерапии книжный рынок заполнил изданием всевозможных примитивных “травников” и “лечебников”. Среди них, пожалуй, только книга В.П. Махлаюка [3] и справочник С.Я. Соколова [4] могут рассматриваться как квалифицированные руководства по фитотерапии, достойные изучения молодыми докторами.

Чуткие к запросам рынка многие зарубежные фирмы наводнили аптеки всевозможными “природными” комплектами (“Бронхикум”, Наттермановские чаи, сироп “Доктор МОМ”, экзотическая “Альфа 20С” и проч.). Они обладают хорошими лечебными свойствами и полностью состоят из обработанных лекарственных растений (чистотел, мята, солодка, душица, тимьян и проч.). К стыду нашей российской фармацевтической промышленности, необходимо подчеркнуть, что почти все ингредиенты упомянутых импортных лекарств, а именно лечебные растения, произрастают у нас в России и Татарстане. Они доступны любому жителю страны и когда-то заготавливались и экспортировались за рубеж. Они дешевле и более эффективны, чем представители импортной флоры.

Последнее утверждение не является голословным, так как доказано, что лекарственные растения наиболее эффективны, если они произрастают в местностях, являющихся зоной обитания данной группы людей, ибо их объединяет общность геолого-минералогических, гидрометеорологических и биоэнергетических условий.

Успех фитотерапии обеспечивается многочисленными слагаемыми: своевременным и правильным сбором лекарственных

трав, заготовкой и умелым хранением сырья и, наконец, квалифицированным изготовлением лекарственных форм из него (чай, настой, отвар, спиртовая настойка, масляный экстракт, порошки, таблетки, соки, свечи, мази и т.д.). В задачу врача входит соблюдение показаний и противопоказаний при назначении избранного лекарственного растения.

Приведем несколько любопытных и научно доказанных фактов. В соках свежих растений содержатся почти все вещества живого организма, присутствующие в полном природном балансе. Поэтому соки необходимо применять тотчас после приготовления, так как их длительное хранение сказывается на лечебных свойствах. Например, свежий сок сырого картофеля (отличное витаминное и послабляющее средство) является источником натурального витамина С (аскорбиновой кислоты). Если картофель был натерт не на металлической, а на индифферентной капроновой терке, то его свойства в связи с устранением контакта с металлом-окислителем сохраняются до одного часа. Вкус некоторых соков (свекольного, капустного) можно “облагородить” добавкой лимонного, клюквенного и брусничного соков. Некоторые натуральные соки (алоэ, подорожника и др.) легче переносятся желудком и кишечником, если их принимать с добавкой рисового отвара, овсяного киселя или меда.

Порошки и таблетки, изготовленные из лекарственных трав, удобны для приема и оказывают хороший лечебный эффект. Так, официальные таблетки от кашля состоят из спрессованного порошка травы термописа с добавлением гидрокарбоната натрия (чайной соды). Таблетки из корня ревеня являются прекрасным послабляющим средством. В наших условиях их может заменить высушенный и истолченный в порошок корень ревеня, собранный ранней весной или поздней осенью. Этот порошок принимают на ночь в виде взвеси в 1/2 стакана кипяченой воды, в которую насыпают примерно 1/3 чайной ложки порошка. В качестве заменителя аспирина — жаропонижающего и противовоспалительного средства — широко применяется порошок коры ивы (по 1,0 г 3—4 раза в день). Порошок травы тысячелистника издавна используется в виде присыпки для лечения кровоточащих ран и плохо заживающих трофических язв. Его гемостатическое действие подобно эффекту хлорида кальция. Популярно применение солодкового корня в качестве послабляющего и отхаркивающего средства.

Наличие фитонцидов и ароматические свойства растений используются с неизменным успехом. Так, фитонциды чеснока, лука, черемши общеизвестны. Свежесорванная и размятая веточка рябины, погруженная в стакан с водой на 30—50 минут, способна уже за первые 10 минут обеззаразить эту воду, благодаря своим активным фитонцидам. Многие растения, наряду с ароматическими эфирами, продуцируют "феромоны" — субстанции "приворотного зелья". К таким "фиточудодеям" относятся, например, цветки календулы, некоторые сорта розы, корневище валерианы, корень пастернака. Ароматы растений обладают различными свойствами: запахи шиповника, валерианы, герани, лимона, апельсина, мандарина, тимьяна и, особенно, ладана действуют на человека успокоительно, транквилизирующе. Аромат чая, натурального кофе, горького перца, гвоздики, пижмы, цветков и листьев винограда, наоборот, возбуждают деятельность центральной нервной системы.

Поскольку растения могут обладать специфическими лечебными свойствами и быть противопоказанными при ряде патологических процессов в организме человека, фитотерапию должны проводить высококомпетентные дипломированные специалисты — врачи. Только они могут и имеют право применять или отдельные лекарственные растения, или комбинации трав — сборы. В последнем случае воздействие каждого отдельно взятого фитосредства суммируется и создается новый, разносторонний лечебный эффект. Опыт показывает, что назначения одной какой-либо активной травы бывает достаточно для создания подготавливающего фона к проведению последующей химиотерапии.

Ниже перечисляются лекарственные травы, которые рекомендуется применять для фитотерапии заболеваний различных систем организма.

1. Бронхолегочные заболевания

Алоэ (листья); алтей лекарственный (корень); анис дикий — бедревец (плоды), багульник (цветки); бузина черная (цветки); вероника лекарственная (трава); горец птичий, спорыш, птичья гречиха; девясил — инула (корень); донник лекарственный (трава); календула — ноготки (цветки); копытень европейский (листья); медуница (трава); мак-самосейка (плоды, маковое семя); мать-и-мачеха (листья); мыльнянка лекарственная (трава); овес (цельное зерно); прополис — пчелиный клей; солодка голая (корень); сосновые почки; термопсис (трава);

тимьян — чабрец (трава); фиалка душистая (трава и цветки); фиалка трехцветная — Иван-да-Марья (цветки); фенхель (плоды); цитрария исландская (исландский мох); чистотел большой (трава и цветки); эфедра (трава).

Из листьев, травы и цветков перечисленных растений в домашних условиях можно приготовить чай или настой, которые делаются ежедневно и не подлежат более чем суточному хранению.

2. Нефроурологические заболевания

Береза (почки); брусника (листья и плоды); василек синий (цветки); вахта (листья); девясил (корень); дягиль (корень); лопух-репейник (корень); одуванчик (корень); петрушка (корень); почечный чай — ортосифон (трава); солодка голая (корень); толокнянка (листья); укроп огородный (плоды); череда трехраздельная (трава). Следует применять с осторожностью траву грызника, марену красильную, плоды можжевельника общественного, траву метельчатой полыни (чернобыля, вермута), траву хвоща полевого.

"Королем" лекарственных трав, предназначенных для лечения мочекаменной болезни, пиелонефритов, является почечный чай — ортосифон (не путать его с официальными почечными сборами, составленными из нескольких трав).

3. Заболевания печени и желчевыводящих путей

Аир болотный (корневище); барбарис (листья и корни, плоды); валериана лекарственная (корневище); береза (листья и почки); бессмертник песчаный (цветки); зверобой продырявленный (трава); крапива двудомная (трава); кукуруза обыкновенная (рыльца и столбики); мята перечная (трава); одуванчик лекарственный (корень); полынь горькая (трава); тмин обыкновенный (плоды); тысячелистник обыкновенный (трава); цикорий обыкновенный (корень); шиповник обыкновенный (плоды и корень). Из предлагаемого арсенала, как мы убедились на многолетнем опыте, наиболее эффективными желчегонными и противовоспалительными свойствами обладают спиртовая настойка майских листьев барбариса (богатая алкалоидом берберинем бисульфатом), водный настой бессмертника песчаного (содержит алкалоид фламин), водный настой или спиртовой экстракт кукурузных рыльцев и столбиков.

Свойства настойки барбариса поистине уникальны: помимо желчегонного и мочегонного эффекта, она способствует растворению и отхождению песка из желче-

выводящих и мочевых путей, уменьшает интенсивность проявлений сопутствующей аллергии, устраняет дискинезию гладкомышечных протоков, обладает кровоостанавливающими свойствами. Барбарис тысячами применяется в медицине Тибета. В отечественную научную медицину он внедрен казанскими исследователями — проф. К.А. Дрягиным и доц. В.А. Ломакиной.

4. Заболевания органов пищеварения

Фитотерапевтический арсенал при болезнях желудка, кишечника и поджелудочной железы насчитывает более сотни лекарственных растений, из которых наиболее часто применяются следующие: аир болотный (корень); александрийский лист (сена); алтей лекарственный (корень); береза (листья и почки); бессмертник песчаный (цветки, трава); валериана лекарственная (корневище); трифоль — вахта трехлистная (трава); горец змеиный (трава); дуб черешчатый (кора, листья, жёлуди); душица обыкновенная (трава); жостер слабительный (плоды); зверобой продырявленный (трава); золототысячник зонтичный (трава), кориандр обыкновенный (трава и плоды); крапива двудомная (трава); кровохлебка лекарственная (трава); крушина ломкая (кора); лапчатка прямостоячая (трава); клен обыкновенный (плоды, семя); мать-и-мачеха (листья); можжевельник обыкновенный (шишкоягоды); мята перечная (трава); одуванчик лекарственный (корень); ольха клейкая (шишки); петрушка огородная (корень и листья); подорожник (листья); полынь горькая (трава); ревеня тангутский (черешки весенних листьев и корни); ромашка аптечная (цветки); синюха голубая (трава); сушеница топяная (трава); тмин обыкновенный (плоды); тысячелистник (трава); укроп огородный и аптечный (плоды); черемуха (плоды); черника (листья и плоды); шалфей лекарственный (трава); шиповник (плоды).

5. Лечение запоров и геморроя

Эта проблема весьма актуальна для большинства больных, получающих интенсивную химиотерапию и находящихся на строгом постельном режиме, а также для престарелых пациентов. Более чем в половине случаев запоры сочетаются с геморроем. При запорах регулируют деятельность кишечника листья алоэ (общеизвестен его сухой сок — сабур); плоды аниса, плоды жостера, плоды инжира, цветки календулы, сок сырых клубней картофеля, трава кипрея (Иван-чай, копорский чай), плоды кориандра, кора крушины, курага, семя льна

посевного, мед, морковный сок, трава морской капусты, цветки пижмы, семена подорожника блошиного, черешки и корень ревеня, листья сенны, сок сырой столовой свеклы, плоды сливы, корень солодки, трава тысячелистника, плоды и зелень укропа огородного и аптечного, корень цикория, корень щавеля конского и другие.

Каждый врач в соответствии со своим опытом может использовать собственные излюбленные средства из предлагаемых арсеналов.

В 1992 г. в составе коллектива кафедры терапии № 2 Казанского ГИДУВа (зав. — проф. Р.И. Хамидуллин) по заказу ПО "Флора (руководитель — фармацевт О.М. Шабашова) и НИИ минеральных вод и пищевых напитков РФ (зав. отделом — канд. фарм. наук Г.Л. Филонова) мы изучали возможность лечебного применения пяти видов отечественных пищевых напитков.

Все пять напитков представляют собой водно-спиртовые концентраты экстрактов ароматических и лекарственных растений. Конкретный состав каждого напитка включает следующие лекарственные и пищевые травы: "Флора померанцевая" — чабрец, донник, полынь горькая, кориандр, померанцевая корка; "Флора кориандровая" — чабрец, донник, полынь горькая, кориандр; "Флора мятная" — тысячелистник, зверобой, мята перечная, кориандр; "Флора гвоздичная" — тысячелистник, зверобой, мята перечная, гвоздика, имбирь. Эликсир "Сонет" — ароматические альпийские травы и элеутерококк.

На основании собственного опыта лечения 98 больных нами были разработаны конкретные показания к их применению при заболеваниях легких, сердца и желудочно-кишечного тракта [7]. Осенью и зимой 1992—1993 гг. врачами лечебной сети г. Казани было осуществлено массовое профилактическое применение фитоэкстрактов в многотысячных коллективах рабочих и ИТ крупных заводов г. Казани (вертолетный, "Оргсинтез", КАПО и др.). При компетентном наблюдении цеховых и участковых терапевтов фитопрофилактика назначалась лицам, состоящим на диспансерном учете в поликлинике. В орбиту профилактики были вовлечены и здоровые контингенты.

Эликсир "Сонет" показан для широкого применения в организованных группах населения при переутомлении, снижении работоспособности и производительности труда, для поднятия общего настроения (естественно, с учетом противопоказаний). Показано адаптогенное применение этого

эликсира в периоде прогнозируемых вспышек ОРЗ и ОРВИ.

Напиток "Флора кориандровая" можно назначать работающим в условиях запыленности и загазованности помещения для профилактики обострения заболеваний бронхолегочного аппарата, улучшения вентиляционной функции легких. Напиток "Флора померанцевая" может быть рекомендован такому же контингенту, что и "Флора кориандровая". Кроме того, обладая значительным желчегонным и мочегонным эффектом, он может применяться у лиц, чья профессия связана с большой потерей жидкости (рабочих горячих цехов, литейщиков) для профилактики возникновения у них желчнокаменной и мочекаменной болезней.

Этому же контингенту показана и "Флора гвоздичная"; кроме того, она оказывает хорошее успокаивающее воздействие, а потому может употребляться лицами стрессовых профессий (бухгалтеры, ИТР и др.).

В настоящей работе мы постарались убедить читателя в необходимости внедрения в общеврачебную практику фитотерапии не как пасынка научной медицины, а как равноправного метода лечения и профилактики.

ВЫВОДЫ

1. Лекарственные растения, утвержденные Фармакологическим комитетом Российской Федерации, являются полноправными лечебными средствами, применяемыми во врачебной практике наряду со стандартными патентованными препаратами.

2. В алгоритм плановой терапии больных следует включить режим, диету, фитотерапию, медикаменты, физиотерапию и лечебную физкультуру. В случаях необходимости проведения неотложной (ургентной) терапии, применения антибиотиков, химиотерапии, главенствовать, естественно, должно медикаментозное лечение.

3. Лечение лекарственными растениями должно проводиться преимущественно либо при разработке так называемой подготовительной и "базовой" терапии, либо в периоде реабилитации пациентов после перенесенного острого заболевания, либо для профилактики обострений заболеваний у взятых на диспансерный учет больных, а также для поддерживающей терапии.

В связи с начавшейся реформой здравоохранения Российской Федерации и переходом на новую прогрессивную форму обслуживания населения по методам семейного врача и врача общей практики необходимо возродить давнюю отечественную традицию и ввести в программу преподавания студентам медицинских институтов раздел "Лекарственные растения и их применение в терапии внутренних болезней".

ЛИТЕРАТУРА

1. Вотчал Б.Е. Очерки клинической фармакологии/Изд. 2-е— М., 1972.

2. Всемирная организация здравоохранения. — Серия технических докладов, № 645, Женева, 1981: "27-й доклад комитета экспертов ВОЗ по спецификациям для фармацевтических препаратов". — М., 1981.

3. Махлаюк В.П. Лекарственные растения в народной медицине. — М., 1992.

4. Ногаллер А.М. и др. Фитотерапия гастроэнтерологических больных. Учебное пособие для студентов лечебного и педиатрического факультетов Рязанского медицинского института. — Рязань, 1978.

5. Соколов С.Я., Замотаев И.П. Справочник по лекарственным растениям. Фитотерапия. — М., 1989.

6. Терновский В.И. (ред.). Арнольд из Вилланови. Салернский кодекс здоровья. — М., 1970.

7. Хамидуллин Р.И., Богоявленский В.Ф., Шабашова О.М. Особенности применения напитков из концентратов лекарственных растений: эликсир "Сонет", флора "Померанцевая", флора "Кориандровая", флора "Мятная", флора "Гвоздичная" (методические рекомендации) — Казань, 1992.

Поступила 17.01.97.