# **План**

Вступление

# Раздел I. Основные принципы фитотерапии

## 1.1 Основы фитотерапии

## .2 Правила фитотерапии

1.3 Принципы фитотерапии

.4 Правила сбора, обработки и дозирования лекарственных растений

.5 Фитотерапия при гастроэнтерологических заболеваниях

Раздел II. Фитотерапия при заболеваниях желудка

.1 Острый гастрит

.2 Хронический гастрит

.3 Язвенная болезнь

Раздел III. Фитотерапия при заболеваниях кишечника

.1 Хронический дуоденит

.2 Хронический энтероколит

.3 Хронический энтероколит с диареей

.4 Хронический энтероколит с запорами (хронический запор)

.5 Геморрой

Раздел IV. Фитотерапия при заболеваниях печени и поджелудочной железы

.1 Дискинезии желчных путей

.2 Хронический холецистит и хронический холангит

.3 Желчнокаменная болезнь

.4 Хроническии гепатит

.5 Цирроз печени

.6 Хронический панкреатит

Выводы

Список использованной литературы

**Вступление**

Обращение к ценностям традиционной (народной, эмпирической, альтернативной) медицины стало характерной чертой последних двух десятилетий. После длительного периода скептического отношения к этим ценностям, обусловленного быстрым прогрессом и бесспорными успехами научной медицины, наступило время некоторого разочарования и понимания неоправданности и даже губительности такого увлечения, особенно при лечении многих хронических заболеваний. Не конкуренция, а разумное сочетание этих двух ветвей медицины признано сегодня единственно верным путем. Согласно статистике, до 20 - 60% врачебных назначений в разных странах составляют препараты лекарственных растений.

Основное место в традиционной медицине занимает фитотерапия. Возраст ее насчитывает многие тысячелетия - срок вполне достаточный, чтобы в различных регионах мира независимо друг от друга, методом проб и ошибок было отобрано большое количество растений и их комбинаций с явным и повторяющимся лечебным действием при определенных заболеваниях и повреждениях.

Сомнительное утверждение, что больному полезны лишь те растения, которые произрастают в районе его проживания, резко сокращает возможности выбора и обедняет фитотерапию, хотя и облегчает заготовку лекарственного сырья. Оно изначально неверно, так как лечебное действие растения определяется его химическим составом. Последний же зависит от генетических особенностей вида. Количество каждого из действующих начал в растении может быть больше или меньше, но в растениях одного и того же вида качественный их состав достаточно постоянен независимо от места произрастания.

Возрождение интереса к традиционной медицине, охватывающей весь спектр растений, а не только внесенные в реестр, обусловлено несколькими причинами.

Во - первых, это реальная эффективность и высокая степень безопасности фитотерапии при длительном лечении хронических болезней, особенно в детской практике и геронтологии. Предельно низкая токсичность подавляющего большинства лекарственных растений позволяет назначать их длительными курсами (месяцами, годами) в сложных или более простых комбинациях для противорецидивного или реабилитационного лечения. Немногие растения, содержащие сердечные гликозиды и сильнодействующие алкалоиды, в широкой фитотерапевтической практике применяются крайне редко, в ограниченных дозах и под строгим врачебным контролем.

Во - вторых, это характерное для растений богатство химического состава, которое многократно возрастает в фитосборах. Оно определяет поливалентность фармакологических свойств, среди которых у каждого растения доминируют одно - два, формируя его фармакологическое «лицо» и смысл назначения. Остальные свойства чаще стерты, но также не бесполезны.

Как правило, в фитотерапевтической практике используются именно сборы, а не отдельные растения, что позволяет достигнуть максимальной выраженности основных лечебных эффектов, дополнив их другими полезными видами активности, то есть мягко и безопасно воздействовать одновременно на многие системы организма, так или иначе задействованные в патологическом процессе.

В отечественной практике в сборы обычно включают от 3 - 5 до 10 - 12 растений, редко больше, в традиционной восточной медицине - до 20 - 30,нередко до 50 - 70. Именно этим достигается рациональная поливалентность лечебного воздействия и возможность широкой индивидуализации составов сборов при достаточной безопасности терапии (например, комбинация противовоспалительного, противомикробного, желчегонного, иммуномодулирующего, спазмолитического, седативного действий). Достижение подобного сочетания целей с помощью синтетических препаратов либо вовсе нереально, либо сопровождается побочными реакциями и осложнениями, частота и опасность которых возрастают с увеличением количества назначаемых лекарств.

В - третьих, немаловажной особенностью фитотерапии являются доступнocть и относительная дешевизна лекарственных растений, особенно по сравнению с современными импортными средствами. Действительно, большинство нужных растений может быть заготовлено в районах проживания больных, а немногие отсутствующие могут быть приобретены в виде организованных аптечных заготовок или готовых препаратов (настоек, экстрактов и прочих). К тому же существуют многие альтернативные рецептуры, а отдельные отсутствующие растения опытный врач всегда может заменить на фитотерапевтические эквиваленты, часто не менее эффективные.

Теория и практика фитотерапии основываются на 7 принципах лечения больных лекарственными растениями. Это этапность, системность, индивидуальность лечения, непрерывность терапии, временной принцип лечения, переход от простого к сложному, качество лекарственного сырья.

Ценность фитотерапии в гастроэнтерологии заключается в широте терапевтического действия фитопрепаратов. Назначение фитопрепаратов при заболеваниях мочеполового тракта основано на их антимикробном, фитонцидном, противовоспалительном, литолитическом, спазмолитическом, и обезболивающем действии. Богатый химический состав их обусловливает воздействие на различные патогенетические механизмы: часто можно обойтись одним растительным средством вместо нескольких химиопрепаратов. Растительные препараты, как правило, можно широко комбинировать как между собой, так и с химиопрепаратами.

фитотерапия лекарственный сбор фармакологический

# **Раздел I. Основные принципы фитотерапии**

## **.1 Основы фитотерапии**

Общепринятой классификации лекарственных растений по видам действия не существует. Каждый фитотерапевт строит ее для себя с большими или меньшими вариациями и, как правило, далеко не полную. Между тем она особенно необходима практическому врачу, поскольку позволяет выбрать оптимальный для данного больного набор лекарственных растений, оценить вклад каждого из них в суммарный лечебный эффект сбора, произвести эквивалентную замену при отсутствии того или иного растения и т. п. Все это подвигло ученых предложить (в меру их компетентности и собственного опыта) довольно полную классификацию.

Фитотерапевты довольно редко пользуются чистыми действующими началами препаратов, выпускаемых фармацевтической промышленностью, которым обычно присущ один вид действия или узкий спектр активности.

Предпочтение определенно отдается простым лекарственным формам из растительного сырья, причем, как правило, фитосборам. В этих условиях классификация будет особенно полезна для прогнозирования свойств сбора (и даже отдельных растений), осмысленного их назначения. Пользуясь лекарственными растениями, следует принимать во внимание ряд общих положений.

. Любое лекарственное растение содержит сумму биологически активных веществ, относящихся к разным химическим классам, подклассам, группам, причем каждая группа представлена не одним, а несколькими соединениями с разной степенью активности. К тому же вещества каждой группы обладают не одним, а чаще несколькими видами действий. Это придает растению свойственный именно ему набор фармакологических свойств разной степени выраженности. Поэтому не следует удивляться, что одно и то же растение часто фигурирует в нескольких разделах классификации.

. Поливалентность лечебного эффекта лекарственных растений является их достоинством, тогда как для синтетических препаратов наиболее ценным качеством признается узкая направленность, однозначность, избирательность действия. Учитывая практическую нетоксичность большинства лекарственных растений (те из них, которые содержат сильнодействующие алкалоиды или сердечные гликозиды, из обычных фитотерапевтических рецептур исключены, а отдельные рекомендации специально оговорены), не следует опасаться поливалентности их действия. Однако надо все же учитывать, что для некоторых больных отдельные свойства растений, например усиливающие гемокоагуляцию или, наоборот, понижающие свертываемость крови, дающие гипотензивный или гипертензивный эффекты, могут быть нежелательными.

Они в силу умеренности лечебного действия, малой доли данного растения в сборе не ведут к серьезным последствиям, а при наружном применении вообще не существенны. Однако при выборе состава сбора для длительного приема внутрь такие растения все же лучше заменять на эквиваленты с нужными видами действия и лишенные нежелательной активности.

. Каждая группа лекарственных растений с определенным видом действия представлена большим числом растений, далеко не одинаковых по активности и разных по механизмам этого действия. У одних активность самодостаточна для общей или местной фитотерапии (что наблюдается не часто), у большинства же четко проявляется лишь в составе фитосбора.

Так, наиболее обширную группу (176 видов) составляют растения с противовоспалительным действием. В соответствии с его механизмами (например, обволакивающий, вяжущий эффекты) некоторые из них практически активны лишь при прямом воздействии на воспаленные слизистые или кожныe покровы, активные вещества других резорбируются, и поэтому такие растения пригодны для общего лечения воспалительных процессов.

Следовательно, способ назначения серьезно влияет на выбор лекарственных растений для общего применения при острой необходимости противoвocпaлитeльнoгo эффекта какого - либо одного растения с отчетливым действием (например, корневища солодки) все же недостаточно, а нужна комбинация растений с разными химическими составляющими и механизмами действия.

. Поскольку фитотерапевты используют для лечения сборы лекарственных растений более или менее сложного состава, следует иметь в виду возможные варианты лечебного взаимодействия компонентов. Это взаимодействие может проявляться:

· в суммировании или взаимном потенцировании известных видов действия растений, что с учетом разных их механизмов следует признать наиболее ценным;

· в выявлении новых лечебных качеств сбора, которые были стертыми, незаметными у отдельных его компонентов, что особенно характерно для сборов сложного состава, в связи с чем менять приведенные прописи нежелательно; такие качества обычно нельзя «вычислить» теоретически, и они обнаруживаются эмпирически в процессе при обретения личного и коллективного опыта фитотерапии;

· в простом дополнении основных известных свойств растений также известным и полезным данному больному новым видом действия;

· в нивелировании отдельных видов активности того или иного растения в результате взаимодействия компонентов сбора в организме. Такие взаимоотношения лекарственных растений никто специально не исследовал, и при составлении рецептур необходимо руководствоваться простой логикой: нерационально без необходимости комбинировать в одном и том же сборе лекарственные растения с антагонистическими видами действия, например, обладающие гипотензивным и гипертензивным эффектом, понижающие и повышающие свертываемость крови. Лишь очень опытный фитотерапевт может создавать подобные комбинации для проявления какого - либо очень ценного свойства.

Многовековой опыт применения лекарственных растений позволил выработать и сформулировать основные правила и принципы фитотерапии.

## **1.2 Правила фитотерапии**

. Не начинать лечения, пока не установлен диагноз болезни. Несмотря на относительную «безвредность» лекарственных растений, лечение «вслепую», на основании отдельных симптомов, может привести к отрицательному результату вследствие прогрессирования патологии, утраты у больного доверия к действиям врача и развития у него негативной установки на фитотерапию.

. Не начинать лечения, не убедившись в готовности больного неукоснительно следовать всем данным предписаниям и в его психологическом положительном настрое на конечный результат.

Для реализации этого правила необходим подробный инструктаж больных или их родственников по приготовлению лекарственных форм в домашних условиях, дозировкам и кратности приема, продолжительности курсов лечения. Следует предупреждать пациентов о недопустимости самостоятельного прекращения терапии при отсутствии быстрого положительного эффекта, поскольку в большинстве случаев оценить действенность применяемых фитосборов можно не ранее чем через 2 - 4 недели от начала лечения.

. Использовать и рекомендовать для лечения только те составы фитосборов и те растения, которые рекомендованы специалистами, проверены практикой. При отсутствии нужных лекарственных растений можно применять альтернативные фитосборы или официнальные лекарственные формы.

. Строго придерживаться общепринятых правил сбора, сушки и обработки лекарственного сырья, а также приготовления простейших лекарственных форм (напаров, настоек, отваров, настоек). Категорически запрещается вести самостоятельную заготовку (или рекомендовать ее больным) малоизвестных лекарственных растений.

. Осуществлять динамический контроль за ходом фитотерапии и состоянием больных. Его кратность зависит от характера патологии и назначенного лечения. При острых формах заболеваний контрольный осмотр должен проводиться не реже одного раза в неделю, при хронических - не реже одного раза в месяц. В особом наблюдении нуждаются лица, склонные к аллергическим реакциям, принимающие сборы, в состав которых входят растения, содержащие сердечные гликозиды и сильнодействующие алкалоиды.

. В большинстве случаев необходимо сочетать фитотерапию с диетой. Так, соблюдение диетического режима является обязательным условием лечения болезней системы пищеварения, мочевыделения, ряда эндокринных заболеваний и нарушений обмена веществ. При гипертонической болезни и недостаточности кровообращения требуется ограничение приема поваренной соли и жидкости, при аллергиях - исключение пищевых аллергенов.

Наряду с этим многие пищевые продукты (фрукты, овощи, ягоды) сами по себе обладают лечебными свойствами и успешно используются как одновременно с фитосборами, так и отдельно. Особую значимость они имеют при лечении витаминной недостаточности.

## **1.3 Принципы фитотерапии**

. Персонализация (индивидуализация) лечения. Хорошо известно, что «лечить надо больного, а не болезнь». Однако на практике эта заповедь нередко нарушается. Формализация терапии, фельдшеризм (в самом негативном его понимании) приводит к назначению уже имеющихся в аптеках фитосборов: «от давления», «от печени», «от почек» и т. п. При этом зачастую не учитываются личностные особенности пациента, его предыдущий опыт, «стаж» лечения и общения с медиками, наличие комплекса заболеваний. Поэтому составляемые фитосборы должны иметь конкретную персональную направленность, воздействуя на основную болезнь, сопутствующую патологию и их осложнения. Нередко различные виды аллергий, кожные болезни, нейроциркуляторная дистония могут быть следствием хронических воспалительных заболеваний верхних дыхательных путей или внутренних органов (тонзиллита, холецистита, аднексита и других). В связи с этим без их фитотерации (общей или местной) эффект может быть недостаточным или вообще отсутствовать.

. Адекватность терапии. В процессе своего развития заболевание проходит несколько стадий: предболезни, дебюта, развернутых клинических проявлений, осложнений, финала. Кроме того, в стадии развернутых клинических проявлений хронических форм патологии могут быть фазы ремиссии и обострений, активности и неактивности. В свою очередь, выраженность обострений и степень активности нередко разнятся. Поэтому арсенал применяемых лекарственных растений должен быть адекватен клинической симптоматике.

На первых этапах развития болезни фитотерапия может быть единственным методом лечения, при этом количество лекарственных растений, входящих в сборы, не превышает 4 - 6 видов. По мере прогрессирования патологии число ингредиентов в сборах может быть увеличено, хотя фитотерапия по - прежнему остается основной.

В последующем могут возникнуть варианты, когда лекарственные растения будут использоваться на паритетных началах с другими видами лечения. При обострении болезни или ее развернутых клинических проявлениях фитотерапия, как правило, отходит на второй план, уступая место медикаментозным препаратам, оперативным и другим видам пособий.

Трудно переоценить ее значимость в периоды ремиссий или стабилизации патологического процесса, когда она выступает в качестве поддерживающей, осуществляя профилактику обострений. Противорецидивная терапия может проводиться фитосборами сравнительно небольшого состава.

. Непрерывность лечебного процесса. Большинство больных хроническими заболеваниями нуждается в длительном и непрерывном лечении, в том числе и лекарственными растениями. Обычно через 2 - 4 месяца лечения терапевтический эффект применяемого фитосбора слабеет. Однако это не должно быть поводом к отказу от фитотерапии. Богатый выбор лекарственных растений с однонаправленными видами действия позволяет использовать альтернативные сборы, чередуя их между собой каждые 3 - 4 месяца. При этом желательны короткие перерывы между курсами (2 - 3 недели), во время которых можно использовать следующие варианты:

· переходить на лечение медикаментозными препаратами (например, при хроническом пиелонефрите - на прием уросептиков);

· применять сборы с меньшим количеством растений при сохранении тех из них, которые обладают самыми необходимыми видами действий;

· прекращать лечение.

Естественно, выбор одного из вариантов зависит от фазы патологического процесса (обострение, неполная ремиссия, стойкая ремиссия).

. Комплексность лечебных мероприятий. Фитотерапию нельзя считать панацеей от всех болезней и во всех случаях. Она имеет пределы своих возможностей и, вопреки утверждениям доморощенных «целителей», не всегда способна заменить другие виды лечения. Поэтому оправданно разумное сочетание «научной» и «традиционной» терапии, объем которой определяется врачом в зависимости от природы, характера и динамики патологического процесса. В ряде случаев показано применение медикаментозных средств, физиотерапевтических процедур, лечебной физкультуры, лечебного массажа, акупунктуры, аутотренинга, санаторного и других лечебных мероприятий.

. Последовательность в подборе лекарственных растений. Начиная фитотерапию, врач не может действовать методом проб и ошибок. Без знания иммунологического статуса больного, его конкретной аллергической предрасположенности назначение большого количества лекарственных растений в сборах может привести к непрогнозируемым последствиям. Особенно это касается больных бронхиальной астмой, лиц с патологией кожи, тех, у кого в анамнезе отмечались аллергические реакции. Поэтому в начале лечения целесообразно применять фитосборы сравнительно небольшого состава и при их полной переносимости увеличивать количество ингредиентов. При первых же признаках непереносимости какого - либо растения его необходимо отменить и заменить другим, близким по действию. Таким способом последовательно подбираются сборы с максимальным эффектом и минимaльнoй опасностью для пациента.

## **1.4 Правила сбора, обработки и дозирования лекарственных растений**

В качестве сырья для приготовления настоев, чаев и отваров используются почки, плоды, кора, корень и корневище, цветки и соцветия, листья, трава. Выбор той и или иной части растения определяется содержанием активно действующих веществ.

Заготовка растительного сырья требует знания и строгого соблюдения правил сбора, сушки и хранения соответствующих частей лекарственных растений. При несоблюдении этих правил сырье быстро теряет активность, а природе можно нанести непоправимый ущерб. Например, нельзя ежегодно вести сбор лекарственных растений на одном и том же месте.

Это приводит к быстрому истощению природных запасов и даже к их исчезновению. Естественное восстановление требует многих лет. При заготовке однолетних трав нужно оставлять значительную часть цветущих и плодоносящих растений для осеменения. В этих случаях уже через год здесь можно вести ограниченную заготовку сырья. При заготовке корней и корневищ многолетников их выкапывают также после осеменения, как правило, в сентябре - октябре. Повторную заготовку корней можно вести только через 2 - 4 года, когда выросшие из семян растения достигнут зрелости.

Необходимо помнить, что растения (не только грибы и ягоды) способны накапливать вредные и токсичные вещества, загрязняющие почву, воду и воздух: свинец, кадмий, ртуть и другие элементы, пестициды и нитраты, канцерогенные углеводороды и мутагены, поступающие в окружающую среду при сжигании каменного угля и нефти, промышленные отходы. Вредны и выхлопные газы автотранспорта. Поэтому заготовки корней и надземных частей растений необходимо проводить вдали (не менее 1,5 - 2 км) от автомобильных и железных дорог.

Экологические исследования свидетельствуют о том, что зона промышленных загрязнений может простираться на 20 - 30 км вокруг крупных городов с развитым химическим, металлургическим и другим загрязняющим окружающую среду производством. Это касается и крупных тепловых электростанций.

Нельзя собирать лекарственные растения в районах интенсивного животноводства, по краям полей и проселочных дорог, где могут накапливаться удобрения и пестициды. Чернобыльская трагедия, по существу, впервые поставила вопрос о недопустимости проведения заготовок в радиационно загрязненных районах.

Почки сосны, березы, тополя собирают с боковых ветвей взрослых растений ранней весной, обычно в марте - апреле, когда они еще не тронулись в рост. Нельзя обрывать почки с молодых растений, а также верхушечные почки, так как это препятствует нормальному росту и развитию деревьев.

В почках содержатся смолы, поэтому их длительно сушат в прохладном, хорошо проветриваемом помещении, разложив тонким слоем и периодически помешивая.

Кора (дуба, ивы, крушины) собирается весной, в период усиленного сокодвижения. В это время она легко отделяется от древесины, для чего делают два кольцевых надреза на расстоянии 30 - 50 см и между ними несколько продольных. Кору заготавливают с молодых стеблей или боковых ветвей, но не с основного ствола, чтобы дерево сохранилось и полностью восстановило свое развитие. Снятые куски измельчают и сушат на открытом воздухе или в хорошо проветриваемом помещении.

Листья, травы, цветки и соцветия заготавливают исключительно в сухую погоду в 8 - 9 часов утра, когда подсохнет роса. Собранные части растения укладывают в корзину и не позже чем через 1 - 2 часа раскладывают для сушки.

Листья в большинстве случаев собирают во время цветения растений, когда в них накапливается наибольшее количество действующих веществ. В то же время листья некоторых растений (указанных в «Определителе лекарственных растений») можно заготавливать и вне цветения. Это относится главным образом к двулетникам, которые в первый год образуют лишь розетку прикорневых листьев. Сбор ведется вручную, при этом срывают только вполне развитые нижние и средние листья. Сушат в тени в хорошо проветриваемом помещении.

Цветки заготавливают в начале распускания, иногда в период бутонизации.

В зависимости от вида растения собирают цветки целиком; их отдельные части (венчики, лепестки) или соцветие. Например, у василька синего используют цветки, у коровяка только венчики, а у репешка или пижмы - все соцветие. Цветки - самые нежные части растения, поэтому собирать их нужно осторожно, не сминая, и рыхло укладывать в корзину.

При доставке к месту сушки их закрывают от солнечных лучей. Сушат обычно в тени, разложив тонким слоем, без перемешивания.

Заготовка травы в большинстве случаев ведется во время цветения, иногда в период бутонизации. Срезают обычно всю надземную часть над нижними листьями. Иногда траву после сушки подвергают обмолоту для удаления толстых стеблей. Так получают «тертые» травы, например, чабреца, душицы, донника, зверобоя и ряда других растений. Сушат травы, раскладывая тонким слоем на сетках или стеллажах под навесом в тени, на чердаке.

Плоды заготавливают в период полного созревания, но не перезревшими, без плодоножек. Сочные зрелые плоды срывают рано утром, когда высохла роса, или вечером, пока роса не осела. Перед сушкой сочные плоды завяливают на солнце в течение 1 - 2 дней, затем сушат рассыпанными на чистой бумаге при температуре 70 - 800С.

Корни, корневища и клубни выкапывают осенью, когда надземная часть растения пожелтела и увяла, но достаточно сохранилась для точного определения вида. Осенью в корнях содержится наибольшее количество дейcтвyющих веществ. Поскольку поблизости могут быть корни ядовитых растений, определение вида особенно важно. Заготовленные корни и корневища тщательно очищают от земли и моют (грубые - со щеткой), для ускорения сушки разрезают на куски по 5 - 6 см и расщепляют вдоль. Сушат при температуре 600С на простыне или сетке.

Степень готовности сырья определяется по следующим признакам:

· цветки становятся жесткими на ощупь, хорошо измельчаются и при легком нажатии рассыпаются на части;

· обычно они сохраняют первоначальную окраску или темнеют;

· листья скручиваются и легко измельчаются;

· стебли теряют эластичность и крошатся при незначительном сгибании;

· корни, корневища, кора должны быть плотными, ломкими, крошиться на изломе.

Хранить заготовленное сырье нужно в бумажных кульках в сухом проветриваемом помещении, исключающем развитие плесени, лучше - в подвешенном виде. Срок годности для заготовленных трав и цветков - один год, корней, корневищ, плодов и семян - 2 - 4 года. Каждая заготовка должна быть снабжена ярлыком с обозначением даты заготовки и вида растения (в высушенном виде распознавание может быть затруднено).

Заготовленное растительное сырье применяют в различных лекарственных формах:

· в виде напара (чая),

· настоя,

· отвара,

· порошка,

· мази,

· настойки.

Все они могут готовиться в домашних условиях из одного или нескольких растений, указанных в прописях (сборах растений). Сырье отмеривается в граммах (наиболее точное дозирование), а также столовыми или чайными ложками (с верхом). Самовольно изменять рекомендованные дозы не следует!

Не надо также отмерять сырье «на глаз». Поэтому для проведения фитотерапии на дому целесообразно обзавестись аптечными весами (с крупными чашками). Дозирование ложками проще, но далеко от точности, так как сырье разных частей растения сильно различается по весу.

Напар (чай) готовят без нагревания из одного растения или сбора трав. Отмеренное количество сырья заливают стаканом или, соответственно прописи, другим количеством кипятка и настаивают в тепле от 20 - 30 минут до 6 - 8 часов (в зависимости от характера сырья). Для этой цели удобно пользоваться термосом, тем более, что напары пьют теплыми. Напар можно подслащивать медом или сахаром.

Настой одного растения или сбора трав готовят в стандартном варианте нагреванием на водяной бане в течение 15 минут (частные варианты приведены в прописях). Отмеренное количество сырья помещают в стеклянную или фарфоровую посуду и заливают нужным количеством кипятка (обычно стаканом). Посуду ставят в кастрюлю с кипящей водой. Через 15 минут посуду извлекают и охлаждают при комнатной температуре в течение 45 - 60 минут, затем процеживают через марлю. Остаток сырья отжимают, количество настоя доводят кипяченой водой до первоначального объема. При нагревании на водяной бане настой не должен кипеть.

Отвары готовят фактически так же, как и настои, но выдерживают их на кипящей водяной бане 20 - 30 минут и фильтруют горячими после отстаивания в течение 10 - 15 минут. После отжимания сырья количество отвара доводят кипяченой водой до первоначального объема.

Хранить приготовленные отвары и настои следует в темном холодном месте или в холодильнике не более 2 - 3 суток.

Настойки в домашних условиях готовят на водке или на 70% - ном спирте (лучше). Отвешенное сырье закладывают в бутылку и заливают соответствующим количеством спирта или водки (по прописи, обычно в соотношении 1:5 или 1:10), плотно закрывают пробкой и настаивают в темном теплом месте 7 - 10 дней, периодически взбалтывая. Затем настойку процеживают, отжимая сырье. Хранить настойку можно долго, лучше в холодильнике.

При подготовке лекарственных растений для приема внутрь иногда требуется предварительно измельчить их в порошок. Такой порошок легко приготовить, пропуская высушенные растения через мясорубку или кофемолку. Его частицы должны составлять 1 - 3 мм в диаметре.

## **1.5 Фитотерапия при гастроэнтерологических заболеваниях**

Болезни органов пищеварения широко распространены среди населения. Подавляющее большинство людей сталкивается с ними на протяжении своей жизни, при этом не всегда прибегая к помощи врача. В ряде случаев это обусловлено спонтанным выздоровлением или возможностью обойтись собственными силами используя народные средства. К их числу в первую очередь следует отнести лекарственные растения. Применение лекарственных растений при болезнях желудочно-кишечного тракта имеет многовековую историю и наибольшее распространение. В значительной мере это объясняется простотой их использования и возможности непосредственного воздействия на орган, пораженный болезнью (желудок, кишечник).

Изначальный скепсис по поводу действенности фитотерапии и в ряде случаев можно объяснить как недостаточной осведомленностью врачей о возможностях лекарственных растений, так и отсутствием убедительных собственных наблюдений. Между тем в чрезвычайно обширном арсенале лечебных трав есть практически все биологически активные компоненты, позволяющие им успешно конкурировать с синтетическими лекарственными препаратами. Более того, широкие возможности взаимозаменяемости лекарственных растений позволяют использовать их в течение длительного времени без угрозы привыкания больного. Наконец, отдавая дань эффективности многих синтетических препаратов, применяемых для лечения больных с патологией органов пищеварения, нельзя забывать о их нежелательных побочных эффектах. С этих позиций лекарственные растения явно предпочтительнее. Даже при невозможности полного отказа от таблеток или инъекций они позволяют уменьшить назначаемые дозировки.

На реальный результат фитотерапии можно рассчитывать только тогда, когда ясно, что нужно лечить, то есть при установленном диагнозе болезни.

Вместе с тем нельзя переоценивать возможности фитотерапии и игнорировать синтетические лекарственные препараты. Без них трудно обойтись при острых формах болезней и обострениях хронических процессов. В этих случаях лекарственные формы являются основными средствами лечения, а лекарственным растениям отводится хотя и важная, но вспомогательная роль. В то же время их значимость существенно возрастает в те периоды, когда требуется закрепить полученные при лечении результаты (при стихании острых проявлений патологии) или способствовать более длительному сохранению ремиссии, то есть для профилактики обострений. Последняя задача в большинстве случаев может быть решена только с помощью фитотерапии.

При болезнях системы пищеварения наиболее часто наблюдаются следующие симптомы: боли в животе, нарушения стула (поносы, запоры), чувство вздутия и распирания живота (метеоризм), изжога, тошнота и рвота, изменения аппетита, общая слабость, повышенная утомляемость, снижение работоспособности. При поражении желчного пузыря и печени может быть желтуха. Реже отмечаются желудочные и кишечные кровотечения.

Основными задачами при лечении болезней органов пищеварения являются:

купирование болей;

защита слизистых оболочек от раздражения;

уменьшение воспаления;

борьба с метеоризмом;

нормализация стула;

коррекция выделения желудочного сока и желчи;

регуляция моторной функции желудка и кишечника;

стимуляция восстановительных (репаративных) процессов;

лечение неврозов.

Поскольку основная роль органов пищеварения заключается в утилизации пищевых продуктов, особую значимость при их заболеваниях имеет характер питания. Подавляющее большинство больных нуждается в диетическом режиме. Диета может рассматриваться как равноправная составляющая в комплексе лечебных мероприятий. Значительный удельный вес в ней имеют лекарственные растения, как культивируемые, так и дикорастущие.

С учетом тех задач, которые стоят перед комплексной терапией болезней органов пищеварения, спектр фармакологических действий лекарственных растений должен быть достаточно широким. Как уже отмечалось, каждое растение имеет не одно, а несколько различных биологических свойств.

Естественно, что одни из них являются преобладающими, а другие менее выраженными. Впрочем, такие оценки весьма условны, ибо в составе лекарственных сборов даже слабая биологическая активность растений может во много раз возрасти. Ниже перечислены оснoвныe виды фармакологического действия, которые используются для лечения болезней системы пищеварения.

Противовоспалительное действие лекарственных растений в большинстве случаев проявляется при их непосредственном контакте с воспаленными слизистыми желудочно-кишечного тракта. При этом в наибольшей мере очевидны их преимущества перед синтетическими препаратами. Мало уступая последним в эффективности, лекарственные растения при их правильном применении практически не имеют отрицательных побочных качеств.

Наряду с местным воздействием лекарственные растения, всасываясь в кровь, оказывают и общее.

Противовоспалительными свойствами обладают алоэ, береза, вереск, горец змеиный, душица, золототысячник, кипрей, мать-и-мачеха, подорожник, ромашка и многие другие.

Спазмолитическое действие в первую очередь используется как средство купирования болей, возникающих вследствие спастического сокращения ? желудка, кишечника, желчевыводящих путей. Выражено спазмолитическое действие у аниса, тмина, фенхеля, кориандра, аира, барбариса, донника, зверобоя, мелиссы, липы и других.

Ветрогонное действие во многом связано со спазмолитическим эффектом лекарственных растений, то есть с их способностью улучшать отхождение газов, образующихся в кишечнике в результате процессов брожения, и устранять чувство вздутия живота. Указанным действием обладают вышеперечисленные растения, а также бессмертник, дымянка, душица, дягиль, лаванда, любисток, овес, петрушка, ревень, щавель конский.

Действие, стимулирующее моторику желудка и кишечника. Необходимость в использовании этого свойства лекарственных растений возникает при снижении или повышении тонуса желудка и кишечника вследствие разных причин: воспаления, неврозов, заболеваний других органов. В результате изменения тонуса нарушается перистальтика этих органов, что отрицательно влияет на процессы пищеварения. для фитотерапии применяются кора крушины, ягоды брусники, плоды и кора жостера, трава душицы, горечавки, золототысячника, полыни, плоды укропа, фенхеля, тмина, листья кассии, ревень, слива, лук, свекла, морковь.

Противомикробное действие лекарственных растений используется для лечения тех заболеваний системы пищеварения, при которых основную роль играет микробный фактор (энтеритов, энтероколитов, колитов, холециститов, язвенной болезни и т. д.). Оно проявляется за счет наличия летучих эфирных масел (Фитонцидов), антибиотиков, соединений фенола, танинов, других веществ, губительно влияющих на патогенную микрофлору. К растениям с противомикробным действием относятся чистотел, зверобой, береза, шалфей, можжевельник, клевер, калган, облепиха, пижма, подорожник, полынь и прочие.

Обволакивающее (мягчительное) действие растений проявляется за счет полисахаридов, которые, набухая в воде, образуют стойкие коллоидные растворы, покрывающие слизистые оболочки и защищающие их от раздражения соляной кислотой, кислыми пептидазами, компонентами желчи, пищей, лекарствами. В определенной степени за счет этого вида действия уменьшается выраженность воспалительного процесса и болевого синдрома.

Высоким содержанием слизеобразующих полисахаридов отличаются корень алтея, семена льна, плоды облепихи и ряд других растений.

Вяжущее (дубящее) действие присуще многим растениям. В наибольшей мере им обладают кора дуба, почки березы, корневище горца змеиного, кожура плодов граната, корневища кровохлебки и калгана, соплодия ольхи. Этот вид действия в основном определяется наличием в растительном сырье многоосновных органических кислот типа танина. Они вызывают необратимое свертывание белков, обильно покрывающих воспаленную слизистую оболочку, раневую или обожженную поверхность. В результате образуется плотная пленка, защищающая слизистую и поврежденные ткани от раздражающего действия различных химических и механических факторов, а также от внедрения болезнетворных микробов. Лекарственные растения, обладающие вяжущим действием, широко используются для лечения поносов.

Желчегонное действие лекарственных растений связано с их способностью усиливать образование и секрецию желчи печеночными клетками, а также регулировать моторику желчного пузыря и его сфинктера. Желчегонный эффект обеспечивается за счет содержания в растениях флавоноидов, витаминов и эфирных масел. Флавоноидами богаты пижма, бессмертник, золототысячник, столбики кукурузы (кукурузные рыльца) и прочие. На моторику желчевыводящих путей оказывают влияние различные растительные масла (оливковое, подсолнечное, кукурузное и другие), плоды рябины красной и клюквы, кориандр, цикорий.

Слабительное действие растений широко используется не только для лечения хронических запоров, которые наблюдаются при болезнях кишечника, но и для борьбы с ними у лиц, длительное время находящихся на постельном режиме или ведущих малоподвижный образ жизни. Действующим началом многих пищевых растений (сырых яблок, моркови, квашеной капусты и других) являются пектиновые вещества, которые активируют перистальтику.

Секретостимулирующее действие обусловлено наличием в лекарственных растениях различных экстрактивных и горьких веществ, которые усиливают отделение желудочного сока и его переваривающую способность. Наряду с этим они стимулируют аппетит. Горькими веществами богаты полынь, золототысячник, горечавка, корни и листья одуванчика и подорожника.

Вкусовые качества пищи, а следовательно и аппетит, улучшаются за счет использования растений в виде приправ. К ним относятся петрушка, сельдерей, кориандр, хрен, редька и другие.

Секретотормозящее действие лекарственных растений используется для лечения тех болезней, которые протекают с избыточной секрецией соляной кислоты и пепсина (хронический гиперацидный гастрит, язвенная болезнь).

Количество таких растений сравнительно невелико, а эффект нельзя считать достаточным. Тем не менее их применение оправдано опытом народной медицины. Положительный результат может быть достигнут при сочетании фитотерапии с диетой и ощелачивающими средствами.

Кровоостанавливающее действие присуще крапиве, тысячелистнику, кровохлебке, подорожнику и ряду других лекарственных растений. Оно обусловлено высоким содержанием в них витамина К, участвующего в синтезе факторов свертывания крови. Увеличение этих факторов в сыворотке способствует остановке кровотечения.

Естественно, что применение лекарственных растений эффективно только в тех ·случаях, когда имеется наклонность к кровоточивости (при язвенной болезни, заболеваниях кишечника, геморрое). Массивные кровотечения требуют совершенно иного лечения, в том числе и хирургического.

Репаративное действие лекарственных растений заключается в том, что они способствуют восстановлению целостности поврежденных тканей. Необходимость в этом возникает при язвенных и эрозивных процессах в желудке и кишечнике, особенно после ликвидации обострений. В наибольшей степени язвозаживляющее действие присуще облепихе, каланхое, алоэ, коровяку, подорожнику, солодке.

Успокаивающее (седативное) действие. В большинстве случаев болезни системы пищеварения протекают на фоне общих или местных нарушений функционального состояния нервной системы. Эти нарушения могут быть как первичными, так и вторичными. Поэтому показано включение в состав лечебных сборов лекарственных растений, обладающих успокаивающим действием.

# **Раздел II. Фитотерапия при заболеваниях желудка**

## **.1 Острый гастрит**

Гастрит - воспалительно-дистрофическое заболевание желудка, сопровождающееся нарушениями его секреторной и моторной функций.

Острый гастрит (ОГ) чаще всего развивается под воздействием недоброкачественной пищи, алкоголя, различных химических веществ (кислот, щелочей, нитратов, пестицидов), некоторых лекарств (препаратов салициловой кислоты, сульфаниламидов, антибиотиков), термических и бактериальных факторов (кишечной палочки, стрептококков, стафилококков).

В зависимости от характера повреждающих агентов и их силы воспалительный процесс может ограничиваться только слизистой оболочкой или распространяться более глубоко.

Клиническая картина ОГ достаточно однотипна. Это боли и чувство тяжести в подложечной области, тошнота, рвота, головокружение, общая слабость. В более тяжелых случаях отмечается вздутие живота, повышение температуры тела, озноб, рвота с кровью.

При тяжелых вариантах ОГ (коррозивном или флегмонозном) больные нуждаются в госпитализации. При более легких показано в домашних условиях промывание желудка и установление жесткого режима питания: голодание в первые 1-2 дня, щадящая диета в последующие.

Лечение лекарственными растениями можно начинать после проведения экстренных мероприятий (промывания желудка и голодания). Основная задача фитотерапии состоит в защите слизистой оболочки от дальнейшего повреждения соляной кислотой, ферментами желудочного и других соков при их забросе в желудок. Применяют растения с вяжущими, обволакивающими, противовоспалительными, антисептическими свойствами, а также содержащие слизеобразующие вещества. При подозрении на инфекционную природу болезни фитотерапия комбинируется с антибактериальными препаратами.

Наличие выраженного болевого синдрома диктует необходимость применения спазмолитиков, а аллергический компонент - антигистаминных средств. Наиболее часто при ОГ используются такие лекарственные растения:

корневища аира, алтея, плоды аниса, корневище и листья бадана, листья вахты, корневища горца змеиного, гравилата городского, девясила, кора дуба, трава зверобоя, кора ивы белой, исландский мох, корневище лапчатки прямо стоячей (калгана), цветки календулы, листья крапивы, семена льна, овса, листья мать-и-мачехи, соплодия ольхи, трава полыни, цветки ромашки, корневище солодки, трава тысячелистника, плоды черники, листья шалфея, клубни ятрышника, листья эвкалипта. Кроме перечисленных растений, в составе сборов эффективны: корневище валерианы, трава вереска, горца птичьего (спорыша), душицы, листья ежевики, трава золототысячника, листья кипрея, цветки липы, листья манжетки, мелиссы, мяты перечной, трава пастушьей сумки, подмаренника, чабреца, плоды тмина, трава хвоща полевого, плоды шиповника, ячменя.

Примерный состав фитосборов:

№443. Семена льна - 2 ч., корневище солодки - 1 ч., цветки ромашки - 2 ч., листья мелиссы - 1 ч.

г сбора залить 250 мл кипятка, нагревать на водяной бане 5 минут, настаивать в тепле 2 часа, процедить. Принимать по 1/2 стакана каждые 3 часа.

№444. Корневище горца змеиного, исландский мох, трава зверобоя, листья мяты перечной - поровну.

г сбора залить 300 мл холодной воды, настаивать 4 часа, довести до кипения, настаивать в тепле 1 час, процедить. Принимать по 1/2 стакана каждые 3 часа.

№445. Корневище алтея - 2 ч., клубни ятрышника - 3 ч., листья вахты, трава тысячелистника, трава полыни горькой - по 1 ч.

Готовить и принимать как №444.

№446. Корневище аира, семена льна, корневище бадана, цветки календулы, кора дуба - поровну.

Готовить и принимать как №443.

. Корневище гравилата городского, корневище калгана - по 1 ч., листья мать-и-мачехи, листья шалфея - по 2 ч., цветки ромашки - 3 ч.

Готовить и принимать как №443.

. Корневище солодки, корневище горца змеиного, семена льна, кора ивы белой, листья кипрея, листья вахты - поровну.

Готовить и принимать как №444.

. Клубни ятрышника, цветки календулы, корневище валерианы, трава крапивы, плоды аниса, трава мелиссы, кора дуба - поровну.

Готовить и принимать как №443.

. Корневище алтея, трава зверобоя, исландский мох, листья манжетки, плоды черники, плоды шиповника - поровну.

Готовить и принимать как №444.

. Листья мать-и-мачехи, плоды аниса, листья эвкалипта, цветки ромашки, соплодия ольхи серой, трава крапивы - поровну.

г сбора измельчить, залить 0,5 л кипятка, кипятить 3 минуты, настаивать в тепле (термосе) 4 часа, процедить. Принимать по 1/2 стакана 5-6 раз в день.

. Кора дуба, листья вахты, трава душицы, трава шалфея, цветки липы, трава вереска, трава полыни обыкновенной - поровну.

Готовить и принимать как №451.

При отсутствии необходимых компонентов для приведенных выше сборов можно проводить лечение ОГ одним-двумя растениями с обволакивающими и противовоспалительными свойствами (семена льна, клубни ятрышника, корневища солодки, алтея, кора дуба, ивы, цветки ромашки), однако эффект от такого лечения более слабый.

Настои растений принимают на фоне голодания или в промежутках между приемами пищи. Как правило, через несколько дней у больных наступает значительное улучшение состояния, но фитотерапию следует продолжать в течение 6-8 дней после полного исчезновения симптомов болезни.

## **2.2 Хронический гастрит**

Хронический гастрит (ХГ) занимает первое место по частоте среди болезней системы пищеварения. Его причины многообразны. Они делятся на внешние (экзогенные) и внутренние (эндогенные). К первым относятся нарушения питания (ритма приема пищи, переедание, злоупотребление грубой, острой и горячей пищей), курение и алкоголь, нервно-психические стрессы, профессиональные вредности (кислоты, щелочи, соединения тяжелых металлов), длительный прием ряда медикаментозных препаратов.

Среди эндогенных факторов можно выделить хронические инфекции разной локализации (в полости рта, в миндалинах, в бронхах, в желчном пузыре и др.), нарушения обмена веществ (ожирение, подагра, недостаточность железа), заболевания эндокринных органов (гипотиреоз, тиреотоксикоз, сахарный диабет и другие), заболевания, приводящие к тканевой гипоксии (недостаточность кровообращения, дыхательная недостаточность, болезни крови), почечную недостаточность с азотемией.

ХГ протекает волнообразно с периодами (фазами) обострений и ремиссий. Характерная клиническая симптоматика наиболее выражена при обострениях, тогда как в фазе ремиссии может быть минимальной. Она зависит также и от характера желудочной секреции.

ХГ проявляется рядом клинических синдромов: болевым, желудочной и кишечной диспепсии, астеноневротическим. Желудочная диспепсия (почти у 90% больных) - это чувство тяжести, распирания, давления в эпигастральной области после принятия пищи, изжога, отрыжка, тошнота, рвота, нарушения аппетита. Кишечная диспепсия наблюдается реже (у 20-40% больных) и выражается прежде всего нарушениями стула и метеоризмом.

В зависимости от степени выраженности патологии у больных ХГ могут быть чрезмерная раздражительность, неустойчивость настроения, повышенная утомляемость, нарушения сна и другие проявления астенического синдрома.

Фитотерапия играет важную роль в комплексном лечении ХГ. В фазе обострения лекарственные растения используются как вспомогательное средство на фоне применения медикаментозных препаратов, а в фазе ремиссии могут быть единственным способом лечения. В наибольшей степени они способны ограничить влияние на слизистую оболочку желудка ряда эндогенных факторов: инфекции, нарушений обмена веществ, состояний, связанных с гипоксией, и ряда других. Что же касается экзогенных факторов, то усилия больных и врачей должны быть направлены на их устранение (соблюдение пищевого режима, отказ от вредных привычек, рациональное трудовое устройство и т. д.).

Если ХГ протекает на фоне общего невроза и сопровождается болевым синдромом вследствие спазма гладких мышц (в том числе дискинезий и кишечника), то показано применение лекарственных растений, обладающих седативным действием.

Хронический гастрит с нормальной и повышенной кислотностью чаще встречается у молодых мужчин. Для последнего варианта характерен так называемый синдром ацидизма, проявляющийся изжогой вследствие забрасывания в пищевод кислого содержимого и запорами.

Задачи фитотерапии ХГ с нормальной или повышенной секрецией во многом сходны с теми, которые необходимо решать при лечении ОГ. Это защита слизистой оболочки желудка от воздействия повреждающих факторов, прежде всего соляной кислоты, борьба с воспалением, снижение секреции, кислотности и переваривающей активности желудочного сока, стимуляция в слизистой процессов регенерации.

В периоды обострений применение одного растения (монофитотерапия), как правило, неэффективно. Показаны многокомпонентные сборы, включающие лекарственные растения с различными необходимыми видами действий. Их применяют на фоне медикаментозного лечения. Наиболее эффективны следующие фитосборы:

№453. Трава чистотела, трава тысячелистника - по 1 ч., цветки ромашки, трава зверобоя, корневище горца змеиного, листья вахты, листья мяты перечной - по 2 ч.

г сбора залить 250 мл кипятка, варить на водяной бане 15 минут, настаивать в тепле 2 часа, процедить. Принимать в теплом виде по 1/2 стакана 3 раза в день за 20 минут до еды.

№454. Плоды аниса, исландский мох, цветки календулы, трава крапивы, цветки липы, трава мелиссы, плоды тмина - поровну.

г сбора залить 0,5 л кипятка, настаивать в термосе 8 часов, процедить. Принимать в теплом виде по 1/2 стакана 5 раз в день в перерывх между едой.

№455. Корневище гравилата городского, трава душицы, листья мать-и-мачехи, трава очанки, трава буквицы, трава пустырника, трава шалфея - поровну.

Готовить и принимать как №453.

№456. Корневище алтея, трава будры, трава донника, трава золототысячника, листья манжетки, соплодия ольхи серой, листья кипрея - поровну.

Готовить и принимать как №453.

№457. Корневище аира, корневище бадана, корневище дягиля, листья вахты, кора ивы белой, трава пастушьей сумки, корневище солодки, семена льна - поровну.

Готовить и принимать как №454.

№458. Трава спорыша, трава иссопа, трава лаванды, корень одуванчика, листья подорожника, трава сушеницы болотной, клубни ятрышника, трава шандры - поровну.

Готовить и принимать как №454.

№459. Трава вереска, трава зверобоя, корневище калгана, трава крапивы, семена льна, трава сушеницы болотной, трава полыни горькой, трава лабазника - поровну.

Готовить и принимать как №453.

№460. Корневище аира, трава донника, трава буквицы, трава земляники лесной, кора калины, листья мать-и-мачехи, листья мяты перечной, листья подорожника, цветки ромашки, плоды тмина - поровну.

г сбора залить 250 мл кипятка, кипятить 3 минуты, настаивать в тепле 2 часа, процедить. Принимать в теплом виде по 1/2 стакана 4 раза в день за 30-40 минут до еды.

№461. Плоды аниса, корневище горца змеиного, трава душицы, исландский мох, цветки календулы, трава крапивы, цветки коровяка, цветки липы, трава пастушьей сумки, трава руты - поровну.

Готовить и принимать как №460.

№462. Корневище алтея, трава спорыша, трава дубровника, корневище дягиля, трава золототысячника, трава лабазника, листья манжетки, листья мелиссы, клубни ятрышника, трава пустырника - поровну.

Готовить и принимать как №454.

Продолжительность курсов индивидуальна и определяется длительностью обострения. Фитотерапия проводится на протяжении всего периода обострения и в течение 3-4 недель после стихания всех симптомов.

Параллельно с фитосборами можно назначать соки из листьев алоэ, плодов калины, свежей капусты и картофеля:

· сок алоэ по 1/2 - 1 чайной ложке пополам с медом 2 раза в день за 30 минут до еды;

· сок из плодов калины по 1/4 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды;

· сок свежей капусты и картофеля - принимать одновременно или отдельно по 1 - 1,5 месяца последовательно: 1) по 2-3 столовых ложки 3 раза в день перед едой; 2) постепенно повышающимися дозами от 1 столовой ложки 3 раза в день до 1/2 стакана 3 раза в день, затем дозу постепенно снижают до исходной.

В период ремиссии хг с повышенной или нормальной секреторной функцией желудка основная задача заключается в профилактике обострений. Можно использовать фитосборы, состоящие из 4-5 растений, курсами по 4-5 недель не реже 4 раз в год:

№463. Трава чистотела - 1 ч., трава тысячелистника, цветки ромашки, трава зверобоя - по 3 ч.

г сбора залить 250 мл кипятка, кипятить 3 минуты, настаивать в тепле 2 часа, процедить. Принимать в теплом виде по 1/4 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

№464. Листья вахты, трава тысячелистника, листья мяты перечной, плоды тмина - поровну.

г сбора залить 300 мл кипятка, нагревать на водяной бане 15 минут, процедить. Принимать в теплом виде по 1/4 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

№465. Листья мяты перечной, трава пустырника, листья шалфея, цветки ромашки - поровну.

Готовить и принимать как №463.

№466. Цветки липы - 1 ч., семена льна, корневище солодки, корневище аира, плоды аниса - по 2 ч.

Готовить и принимать как №464.

№467. Листья подорожника, цветки ромашки - по 2 ч., плоды шиповника, трава тысячелистника, семена льна - по 1 ч.

Готовить и принимать как №463.

№468. Трава вереска, трава зверобоя - по 4 ч., трава золототысячника - 1 ч., трава тысячелистника, листья мяты перечной, листья вахты - по 2 ч.

Готовить и принимать как №464.

№469. Листья подорожника, трава зверобоя, трава мяты перечной, цветки ромашки - поровну.

Готовить и принимать как №463.

№470. Трава лабазника, листья крапивы, плоды шиповника, трава зверобоя поровну.

Готовить и принимать как №464.

у некоторых больных положительный результат, то есть длительная ремиссия, достигается только при непрерывной фитотерапии. При этом каждые 2-2,5 месяца целесообразно менять состав сбора, а при первых признаках обострения переходить на прием настоев из более сложных фитосборов (№453 - 462).

Важным компонентом лечения больных ХГ является диета. При ХГ с повышенной и нормальной секрецией она в значительной мере совпадает с таковой при язвенной болезни. Больным необходимо отказаться от употребления черного кофе, крепкого чая, газированной воды, пива и других сокогонных напитков.

При выраженных болях в животе в сборы добавляются или принимаются наряду с ними растения, обладающие спазмолитическим действием:

· плоды аниса, фенхеля, укропа или тмина (по 1 ч.) и листья мяты перечной (2 ч.) - 10 г сбора на 250 мл кипятка, нагревать на водяной бане 15 минут, остудить, принимать глотками в течение дня при спастических болях;

· цветки тысячелистника и ромашки - по 5 г каждого растения залить 250 мл кипятка, настаивать в термосе 1 час, процедить, принимать по 1 стакану вместо чая с добавлением сахара через 1 - 1,5 часа после еды;

· молодые соплодия ольхи серой - 50 г залить 1 л холодной воды, довести до кипения, кипятить 20 минут, остудить, процедить, принимать по ½ - 1 стакану в теплом виде 4 раза в день через 1 час после еды и при болях;

· корневище дягиля и корневище аира - по 10 г каждого растения залить 0,5 л холодной воды, настаивать в течение ночи, варить на водяной бане 10 минут, остудить, процедить, принимать по 1/2-1 стакану утром натощак и через 1 час после еды 3-4 раза в день;

· траву сушеницы болотной, зверобоя, тысячелистника - по 5 г каждого растения залить 400 мл кипятка, настаивать в термосе 4 часа, процедить, принимать в теплом виде по 2/3 - 1 стакану натощак и через 1 час после еды 3-4 раза в день;.

· цветки ромашки, листья мелиссы или мяты перечной - по 10 г каждого растения залить 1 л кипятка, настаивать в закрытой посуде в тепле 1 час, принимать по 1/2 стакана в теплом виде вместо чая 3-4 раза в день в интервалах между приемами пищи и на ночь;

· почки березы - 20 г на 1 л воды, кипятить 20 минут, настаивать 1 час, процедить, принимать подслащенным утром натощак и через 1 час после еды 3-4 раза в день;

· сок травы пустырника - принимать по 30-40 капель в столовой ложке воды 3-4 раза в день при болях; или напар травы пустырника (30 г на 1 л кипятка, настаивать в термосе 1 час) - принимать по 1 стакану 3-4 раза в день в интервалах между приемами пищи;

· масло мяты перечной (аптечная заготовка) - по 5-7 капель на кусочке сахара или в 30 мл воды при появлении болей в животе или регулярно в интервалах между приемами пищи 3-4 раза в день;

· корневище девясила - 30 г залить 1 л кипятка, настаивать в термосе 8 часов, процедить, принимать по 1/2-2/3 стакана 3 раза в день; или порошок корневища девясила - по 0,5-1 г с медом 3 раза в день через 1 час после еды;

· траву лабазника - 18 г на 1 л кипятка, настаивать в тепле 1 час, процедить, принимать по 1/2 стакана 3 раза в день горячим после еды;

· траву буквицы - 8 г на 400 мл кипятка, настаивать в термосе 2 часа, процедить, принимать по 1/2 стакана 4 раза в день за 30 минут до еды.

Основная задача фитотерапии ХГ с пониженной секреторной Функцией желудка - стимуляция секреции пищеварительных желез. В качестве стимуляторов секреции применяют: золототысячник, горечавку, полынь, мяту перечную, дымянку, листья подорожника, толокнянки, брусники, плоды шиповника, листья и корни одуванчика и другие растения.

Фитотерапия ХГ с пониженной секреторной функцией желудка существенно не зависит от фазы болезни (обострение или ремиссия). При обострениях основной акцент делается на заместительной терапии с применением аптечных ферментных средств. Наиболее эффективны такие сборы:

№471. Трава зверобоя, трава золототысячника, листья брусники, трава горечавки, корневище девясила, плоды фенхеля, корневище цикория, семена льна - поровну.

г сбора залить 300 мл кипятка, нагревать на водяной бане 10 минут, настаивать в тепле 2 часа, процедить. Принимать в теплом виде по 1/2 стакана 3-4 раза в день за 30 минут до еды.

№472. Корневище аира, листья вахты, трава золототысячника, листья мать-и-мачехи, листья мяты перечной, плоды шиповника, трава вероники - поровну.

г сбора залить 250 мл кипятка, настаивать в течение ночи в термосе, процедить. Принимать в теплом виде по 1/2 стакана 3 раза в день за 20-30 минут до еды.

№473. Корневище валерианы, корневище горца змеиного, цветки календулы, листья подорожника, трава полыни горькой, цветки василька синего, плоды рябины обыкновенной -поровну.

Готовить и принимать как №472.

№474. Бутоны акации белой, трава душицы, все растение земляники лесной, корень одуванчика, трава тысячелистника, клубни ятрышника, цветки бессмертника песчаного, корневище девясила - поровну.

Готовить и принимать как №471.

№475. Кора ивы белой, семена льна, цветки ромашки, трава сушеницы болотной, трава володушки, плоды кориандра, цветки пижмы, листья толокнянки, трава чабреца - поровну.

Готовить и принимать как №471.

№476. Корневище аира, бутоны акации белой, исландский мох, трава шалфея, плоды шиповника, трава вероники, трава дымянки, побеги почечного чая, плоды фенхеля - поровну.

Готовить и принимать как №472.

Курс фитотерапии при обострении ХГ с пониженной секрецией длится не менее 6-7 недель. При стойкой ремиссии сборы применяют курсами по 2-4 недели с перерывами такой же продолжительности. У некоторых больных эффективна только непрерывная фитотерапия. При этом сборы меняют каждые 1,5-2 месяца или чередуют их с монофитотерапией. Для последней используют:

· настой цветков календулы - 10 г на 300 мл кипятка, нагревать на водяной бане 5 минут, настаивать в тепле 30 минут, принимать в теплом виде по 1/4 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды;

· порошок листьев подорожника - по 1-2 г на прием в 1/4 стакана теплой воды (взбалтывать во время приема); или аптечный препарат «плантаглюцид» - по 0,5-1 г принимать утром натощак и за 1 час перед едой 3 раза в день;

· настой листьев и семян подорожника (поровну) - 10 г смеси на 250 мл кипятка, нагревать на водяной бане 10 минут, настаивать в тепле 1 час, принимать как настой календулы;

· порошок соплодий хмеля - по 2-3 г 3 раза в день за 1 час до еды;

· напар плодов шиповника - 10 г измельченных в порошок плодов на 0,5 л кипятка, настаивать в термосе 6 часов, принимать в теплом виде по ½ - 1 стакану 3 раза в день после еды (вместо чая);

· напар плодов шиповника, черной смородины и рябины обыкновенной (поровну) - 10 г смеси на 0,5 л кипятка, готовить и принимать как напар плодов шиповника.

Употребление кислых овощных, ягодных и фруктовых соков, приправ, гарниров.

Применяются квашеная капуста, ягоды клюквы, брусники, красной смородины, тмин, кориандр, сельдерей, лимон, а также:

· сок квашеной капусты - по 100 мл перед завтраком и обедом или по 100-150 г квашеной капусты с тмином дважды в день;

· подслащенный сок и ягоды клюквы - по 100 г каждого компонента 1-2 раза в день перед едой;

· сок моченой брусники - по 100 г 2 раза в день перед едой;

· слегка подслащенный сок красной смородины - по 100 мл 2-3 раза в день перед едой;

· сок лимона с сахаром, в 2-3 раза разведенный водой,- по 100- 150 мл 2 раза в день перед едой;

· свежий сок кислых сортов яблок - по 150-200 мл 1-2 раза в день перед едой;

· свежие тертые или печеные яблоки кислых сортов - по 100- 150 г в день;

· томатный сок с небольшим количеством соли - по 150-200 мл 2 раза в день перед едой.

## **2.3 Язвенная болезнь**

Язвенная болезнь (ЯБ) - хроническое рецидивирующее заболевание, характерной особенностью которого является образование язв в желудке или в двенадцатиперстной кишке.

Несмотря на интенсивное изучение ЯБ, до настоящего времени многие вопросы, касающиеся ее этиологии и патогенеза, остаются спорными. Это относится и к роли кампилобактера пилори, нередко выделяемого у больных ЯБ. Большинство ученых и клиницистов склонны считать, что ЯБ представляет собой гетерогенное многофакторное заболевание, возникающее вследствие расстройств нейрогуморальной и эндокринной регуляции секреторных и моторных процессов, а также нарушений защитных механизмов слизистой оболочки. Подчеркивается отрицательная роль таких факторов, как стресс, курение, злоупотребление алкоголем, нестероидными противовоспалительными средствами, а также значимость наследственной предрасположенности.

Принципиально важным является понимание того, что лечение язвенной болезни заключается в устранении или нейтрализации факторов, способствующих язвообразованию (факторов агрессии), и в стимуляции защитных сил организма (факторов защиты).

Основные из факторов агрессии - это соляная кислота и пепсины, в избытке образующиеся в желудке. Как и при гастрите, отрицательную роль играют различные внешние агенты, попадающие в желудочно-кишечный тракт: пища (грубая, острая, горячая и т. д.), некоторые лекарственные препараты, микробы и прочие.

Из естественных факторов защиты следует отметить слизистый барьер и механизмы, тормозящие образование соляной кислоты. Эти процессы необходимо стимулировать с помощью лекарственных средств. Кроме того, существуют большие возможности искусственного подавления секреции и нейтрализации повреждающего действия соляной кислоты. Классификация ЯБ сложна и громоздка. Для определения задач и возможностей фитотерапии наиболее существенно выделение периодов (фаз) ее течения (обострение, стихающее обострение, ремиссия), характера течения (доброкачественное, затяжное, прогрессирующее) и осложнений (неосложненная, осложненная).

Клиническая симптоматика ЯБ во многом определяется локализацией язвы, хотя независимо от нее, особенно в фазе обострения, наблюдаются синдромы, ранее описанные при ХГ: болевой, желудочной и кишечной диспепсии, астеновегетативный. Боли - самое частое и яркое проявление ЯБ. Время их появления и связь с приемом пищи зависят от локализации язвы. Как симптомы проявления ацидизма нередко бывают изжога и запоры.

Ситуацию с лечением ЯБ можно сравнить с таковой при лечении гипертонической болезни. В последние годы появились и продолжают появляться в большом количестве различные медикаментозные средства. Рекомендуется как комплексное медикаментозное лечение, так и монотерапия.

Оценки действенности применяемых препаратов существенно разнятся. Несмотря на это, основные направления терапии больных ЯБ более или менее однотипны, причем не зависят от ее локализации.

Спорным остается вопрос о необходимости обязательной госпитализации больных с обострением ЯБ. Не вдаваясь во все подробности дискуссий, основное направление можно определить так: лечению в амбулаторно-поликлинических условиях подлежат пациенты с умеренно выраженным и нестойким болевым синдромом, с неосложненными формами ЯБ, остальные же нуждаются в госпитализации.

Не вызывает сомнений (по крайней мере, у отечественных авторов) необходимость соблюдения больными ЯБ пищевого режима. При этом предпочтение отдается не столько характеру питания, сколько регулярности приема пищи (3-4 раза в день). В периоды обострений необходимо исключить продукты с сокогонным действием (острые и пряные блюда, соления, алкогольные и газированные безалкогольные напитки), а также содержащие грубую клетчатку - хлеб из муки грубого помола, ягоды и фрукты с кожурой.

Применяемые щелочные минеральные воды следует слегка подогревать для устранения газа. В периоде обострения предпочтение отдают киселям из черники, облепихи, яблок, кураги, протертым полужидким кашам (кроме пшенной), при индивидуальной переносимости протертым гороховому или овсяному супам, свежему творогу со сливками. В острой фазе болезни рекомендуется добавлять в каши и супы измельченные в порошок семена льна, овса или корневища горца змеиного, клубни ятрышника.

Применение лекарственных растений для лечения ЯБ так же традиционно, как и при ХГ. Основные задачи фитотерапии практически те же, что и при повышенной секрецией, однако спектр применяемых растений шире, поскольку клинические особенности ЯБ более разнообразны.

Определяя место фитотерапии в комплексном лечении ЯБ, очень важно правильно оценить ее возможности в зависимости от фазы процесса и доминирующих клинических синдромов. Лишь правильная расстановка акцентов и определение приоритетности в выборе средств (медикаментозное лечение или фитотерапия) могут привести к успеху.

В фазе обострения ЯБ основное значение имеют медикаментозные препараты, особенно антациды, так как способность оказывать антацидный эффект присуща немногим лекарственным растениям (акации белой, горцу змеиному, дубровнику, кислице, цветкам рябины обыкновенной). В целом лекарственные растения применяются в качестве вспомогательных средств.

Более распространены лекарственные растения, играющие защитную роль для эрозированной слизистой за счет обволакивающего и вяжущего действий.

К первым относятся аир, почки и листья березы, лен, бораго, вахта, вербена, вереск, горец змеиный и многие другие, ко вторым - бадан, барбарис, бузина, девясил, ежевика, кора дуба, кипрей и т. д. Следует отметить, что многие растения сочетают в себе оба вида действия.

При выраженном болевом синдроме показаны синтетические спазмолитики.

В то же время их дозировки могут быть уменьшены за счет использования лекарственных растений, имеющих аналогичные свойства. К ним относятся аир, амми зубная, анис, береза, душица, зверобой, календула, мята перечная и многие другие. Если болевой синдром выражен умеренно, растения, обладающие спазмолитическим действием, могут заменить аптечные препараты.

При их применении можно добиться устранения спастических запоров, задержки газов и метеоризма.

Репаративное (эпителизирующее) действие лекарственных растений имеет особую значимость в периоде обострения ЯБ и особенно при стихании его симптомов. При обострении оно используется для стимуляции заживления язв и эрозий слизистой, а в период ремиссии - с целью закрепления полученного эффекта. Репаративными свойствами обладают аир, алоэ, алтей, бадан, манжетка, мать-и-мачеха и другие распространенные растения.

Применение для лечения ЯБ лекарственных растений с противомикробным действием приобрело смысл и объяснение в свете раскрытия роли кампилобактерий.

Конечно, для борьбы с ними оптимально использование синтетических противомикробных препаратов (амоксициллина, натриевой соли оксациллина, денола, вентера), однако лекарственные растения с выраженным антисептическим действием целесообразно подключать как в фазе стихания обострения, так и в фазе ремиссии.

Существенным подспорьем при лечении ЯБ в фазе обострения могут служить лекарственные растения, обладающие противовоспалительным действием.

Эту способность имеют многие из растений, которые должны включаться в фитосборы.

На основании приведенных данных для лечения ЯБ в фазе обострения можно применять такие сборы:

№477. Корневище аира, листья вахты, трава донника, трава зверобоя, исландский мох, цветки ромашки, трава сушеницы болотной, трава чистотела - поровну.

г измельченного в порошок сбора залить 400 мл холодной воды, настаивать 2 часа, нагревать на кипящей водяной бане 15 минут, настаивать в тепле 1 час, процедить. Принимать в теплом виде по 1/3 стакана 5-6 раз в день между приемами пищи, а при болях дополнительно, в том числе в ночное время.

№478. Плоды аниса, корневище горца змеиного, трава душицы, цветки календулы, листья кипрея, листья мелиссы, трава яснотки - поровну.

г измельченного в порошок сбора залить 250 мл кипятка, нагревать на водяной бане 10 минут, настаивать в тепле 2 часа, процедить. Принимать в теплом виде по 1/4 стакана утром натощак, далее через 1 час после каждой еды, ночью при болях.

№479. Соцветия амми зубной, корневище бадана, трава спорыша, трава золототысячника, семена льна, листья подорожника, листья эвкалипта, трава дымянки - поровну.

г измельченного в порошок сбора залить 250 мл кипятка, кипятить 5 минут, настаивать в тепле 2 часа, процедить. Принимать в теплом виде по ¼ стакана через 1 час после еды и при болях.

№480. Трава дубровника, кора калины, листья мать-и-мачехи, листья мяты перечной, трава пастушьей сумки, трава руты, клубни ятрышника, цветки пижмы, трава чабреца, трава ястребинки - поровну.

Готовить и принимать как №478.

№481. Кора дуба, корневище калгана, зерна овса, корень одуванчика, трава полыни горькой, корневище солодки, трава тысячелистника, побеги облепихи, лепестки цветков розы, трава шалфея - поровну.

Готовить и принимать как №477.

№482. Корневище аира, трава горца птичьего, трава душицы, трава золототысячника, семена льна, листья мелиссы, плоды шиповника, трава дымянки, трава синюхи, трава яснотки - поровну.

Готовить и принимать как №478.

№483. Корневище горца змеиного, кора дуба, трава зверобоя, трава крапивы, семена льна, трава пустырника, цветки ромашки, трава чистотела, трава горца почечуйного, побеги омелы белой, трава ястребинки - поровну.

Готовить и принимать как №479.

№484. Корневище бадана, листья вахты, исландский мох, листья кипрея, листья мать-и-мачехи, трава пастушьей сумки, корневище солодки, клубни ятрышника, трава желтокорня, плоды рябины черноплодной, чага, цветки пижмы - поровну.

Готовить и принимать как №478.

Три последних сбора наиболее эффективны при кровоточащих язвах.

При выборе того или иного сбора локализация язвы значения не имеет, хотя есть данные об эффективности солодки только при язве желудка, а чабреца только при язве луковицы двенадцатиперстной кишки.

Вышеперечисленные фитосборы составлены таким образом, чтобы их. можно было использовать независимо от уровня секреторной активности желудка. В то же время такие растения, как вахта, подорожник, дымянка, чабрец, шиповник, чага, дают хороший эффект при пониженной секреции, а у некоторых больных шиповник может усиливать изжогу. В этих случаях его исключают из сборов.

При изжоге эффективны фитосборы, в составе которых имеются дубровник, горец змеиный, исландский мох, лен, мята перечная, ятрышник, мать-и-мачеха.

При сильных болях приоритет имеют фитосборы, содержащие растения с местно обезболивающим или обволакивающим действием: аир, вахту, донник, золототысячник, мелиссу, мяту перечную, облепиху, подорожник, ромашку аптечную, сушеницу болотную, тысячелистник, чистотел, шалфей, ятрышник, лен, горец змеиный, тмин. Их употребляют, как указано выше в прописях, а также дополнительно по 2-3 глотка во время возникновения изжоги. Кроме того, при изжоге рекомендуется жевать по 6 зерен ячменя или овса до образования клейкой массы, слюну сглатывать, а мякину выплевывать через 30-40 минут. Полезны при изжоге толченные в ступке и протертые через сито ядра грецких орехов или сладкого миндаля (по 1 столовой ложке).

Лечение лекарственными растениями проводится в течение всего периода обострения и еще 10- 14 дней, то есть в фазе его стихания. Не следует ожидать выраженного эффекта в ближайшие 5-7 дней от начала фитотерапии и спешить с заменой фитосборов. Оценку результата можно дать только через 2 недели от начала лечения. Если он отрицательный, фитосбор следует заменить.

В периоды ремиссий ЯБ фитотерапия является основным видом лечения.

Для профилактики обострений она проводится курсами. Возможны два варианта:

. курсы с использованием многокомпонентных сборов (из 8 - 12 растений) по 3-4 недели 1 раз в 2-3 месяца и курсы лечения сборами небольшого состава (3-5 растений) продолжительностью 1 месяц 1 раз в квартал.

. При втором варианте в периоды возможных обострений «малые» фитосборы заменяют на «большие».

Примерами «малых» сборов могут быть следующие:

№485. Листья вахты, корневище горца змеиного, трава пастушьей сумки, трава зверобоя, листья мелиссы - поровну.

Готовить и принимать как №477.

№486. Трава донника, трава кипрея, корневище аира, цветки ромашки, трава шалфея - поровну.

Готовить и принимать как №478.

№487. Исландский мох, цветки календулы, трава сушеницы болотной, трава тысячелистника - поровну.

Готовить и принимать как №479.

№488. Трава горца почечуйного, листья подорожника, исландский мох, семена льна - поровну.

Готовить и принимать как №478.

№489. Листья вахты, цветки ромашки, листья мяты перечной, трава крапивы - поровну.

Готовить и принимать как №479.

№490. Трава синюхи голубой, корневище солодки, цветки ромашки - поровну.

Готовить и принимать как №477.

№491. Цветки ромашки, трава чистотела, трава мелиссы, трава яснотки - поровну.

Готовить и принимать как №479.

№492. Корневище аира, трава ястребинки, трава донника, семена льна - поровну.

Готовить и принимать как №479.

В период ремиссий изолированно, а при обострениях как дополнение к фитосборам применяются следующие растения (обязательно добавление их при кровоточащих язвах):

· корневище горца змеиного (1 часть) и семена льна (2 части) - 15 г смеси на 250 мл воды, отвар приготовить стандартным способом, принимать теплым по 1 стакану 3 раза в день за 1 час до еды;

· почки березы - 5 г на 250 мл воды, отвар приготовить стандартным способом, принимать теплым 3 раза в день за 1 час до еды;

· кора дуба и листья березы (весенние) - по 10 г каждого растения на 0,5 л воды, отвар приготовить стандартным способом, принимать теплым по 1/3-1/2 стакана 4 раза в день за 1 час до еды;

· плоды шиповника - 20 г (предварительно измельчить в порошок) на 0,5 л кипятка, настаивать в термосе 4 часа, настой принимать по 1/2 стакана 4 раза в день после еды вместо чая, добавлять сахар или мед по вкусу;

· плоды шиповника и сок черной смородины - к напару плодов шиповника, приготовленному как указано выше, добавлять сок в соотношении 1 : 1.

Кроме того, при стойкой ремиссии во время перерывов в приеме фитосборов можно употреблять:

· семена льна - 20 г на 1,5 стакана кипятка, настаивать 8 часов, процедить, промыть, принимать по 1/2 стакана в промежутках между приемами пищи, перед сном и ночью при болях;

· сок листьев салата огородного - принимать по 1/2 стакана перед едой;

· цветки таволги - 10 г на 400 мл кипятка, настаивать 10 минут, принимать по 200 мл вместо чая после еды (можно добавлять 1 чайную ложку меда);

· траву зверобоя - 10 г на 250 мл кипятка, кипятить 3 минуты, настаивать 1 час, принимать по 1/4 стакана 3 раза в день перед едой;

· цветки ромашки аптечной - готовить и принимать как траву зверобоя;

· траву лапчатки гусиной - 20 г на 0,5 л кипятка, нагревать на водяной бане 10 минут, настаивать в тепле 1 час, принимать по 1/4 стакана 4 раза в день за 1 час до еды.

Рекомендуется использование картофельного и (или) капустного соков, как при лечении ХГ с повышенной секрецией желудка.

В качестве дополнительного средства в период обострения ЯБ и самостоятельного при ремиссии заболевания при меняется чага (березовый гриб).

Перед приготовлением настоя сухой гриб в течение 6-8 часов замачивают в холодной воде, затем измельчают и пропускают через мясорубку. Настой готовят из расчета 1 часть сырья на 5 частей теплой (40-50ºС) кипяченой воды. Настаивают чагу в течение 2 суток, процеживают. Настой принимают по 1/2 стакана 4-6 раз в день за 30 минут до еды на протяжении 6-7 недель. Можно добавлять 1 -2 чайные ложки меда.

Стимулирует репаративные процессы масло плодов облепихи крушиновидной.

Имеются ее аптечные заготовки во флаконах по 50, 100 и 200 мл..

Принимать надо по 1 чайной ложке 4 раза в день за 1 час до еды. Для приготовления масла облепихи в домашних условиях рекомендуется следующий способ: размятые плоды залить крутым кипятком (1 : 1), собрать всплывший слой масла ложкой и поместить в холодильник; плоды отжать в соковыжималке, высушить, измельчить в порошок в кофемолке или ступке, залить любым растительным маслом в соотношении (плоды-масло) 1 : 1,5; настаивать 3 недели, периодически взбалтывая; процедить, смешать с облепиховым маслом, хранившимся в холодильнике, и применять как аптечный препарат масла.

Рекомендуются также сок плодов облепихи (по 50 мл 3 раза в день за 30 минут до еды), размятые плоды с сахаром или медом, варенье из облепихи.

Полезен, особенно в период затихания обострения язвенной болезни, сок из листьев алоэ, который следует применять так же, как при лечении ХГ. для усиления седативного эффекта фитотерапии при выраженных проявлениях невроза дополнительно можно употреблять в виде стандартных настоев или напаров такие растения, как синюха голубая, валериана, пустырник, сушеница топяная, вереск, или увеличивать их долю в лечебных фитосборах в 2 раза.

**Раздел III. Фитотерапия при заболеваниях кишечника**

## **.1 Хронический дуоденит**

Хронический дуоденит (ХД) - хроническое воспалительное заболевание двенадцатиперстной кишки, которое встречается достаточно часто.

Причины его развития во многом такие же, как при ХГ. Это раздражающее влияние на слизистую оболочку кишки грубой и острой пищи, алкоголя, некоторых лекарств и химических агентов, а также нарушения нервно-гуморальной регуляции.

Симптомы хронического дуоденита в большинстве случаев напоминают симптомы ЯБ луковицы двенадцатиперстной кишки. К ним, прежде всего, относятся боли в подложечной области (ноющие или схваткообразные), чаще возникающие «на голодный желудок». Бывают изжога, отрыжка кислым, тошнота. Отмечается наклонность к запорам, так как секреторная функция желудка обычно повышена. Общие нарушения заключаются в слабости, повышенной утомляемости, в снижении работоспособности. Как любое хроническое заболевание, хронический дуоденит имеет фазы обострения и ремиссии, которые определяют клиническую симптоматику.

Лечение больных ХД мало отличается от лечения больных ЯБ или хроническим гастритом с повышенной секрецией желудка. Характер лечения и его объем зависят от фазы (обострение, ремиссия) и имеющихся симптомов.

Основные задачи - подавление действия кислотного фактора и защита слизистой от повреждения. При выборе фитосбора руководствуются выраженностью клинических симптомов болезни.

При обострении ХД рекомендуются фитосборы:

№493. Корневище аира, листья березы, корневище валерианы, трава душицы, кора ивы белой, цветки календулы, трава лапчатки гусиной, солома овса зеленая - поровну.

г сбора залить 400 мл кипятка, нагревать на водяной бане в закрытой посуде 15 минут, не доводя до кипения, настаивать в тепле 2 часа, процедить. Принимать в теплом виде по 1/2 стакана 4 раза в день за 30 минут до еды.

№494. Корневище алтея, трава буквицы, трава вереска, трава горца почечуйного, цветки коровяка, листья мать-и-мачехи, цветки пижмы, цветки тысячелистника - поровну.

г измельченного в порошок сбора залить 300 мл кипятка, кипятить 3 минуты, настаивать в тепле 2 часа, процедить. Принимать в теплом виде по 1/4 стакана 4 раза в день за 20 минут до еды.

№495. Листья земляники - 2 ч., корневище калгана - 1 ч., трава лабазника - 2 ч., солома овса зеленая - 3 ч., трава полыни обыкновенной - 1 ч., цветки ромашки - 2 ч., плоды фенхеля - 1 ч., трава ястребинки - 2 ч. 10 г сбора залить 0,5 л кипятка, варить на водяной бане 10 минут, настаивать в тепле (термосе) 2 часа, процедить. Принимать в теплом виде по 1/2 стакана 3 раза в день через 1 час после еды, дополнительно при изжоге и болях до 6-7 раз в день.

№496. Трава донника, корневище дягиля, исландский мох, листья мать-и-мачехи, трава мяты перечной, листья шалфея, трава яснотки - поровну.

Готовить как № 431. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день через 1 час после еды, дополнительно при изжоге в промежутках между приемами пищи.

№497. Корневище девясила, трава зверобоя, трава иссопа, трава крапивы, листья манжетки, трава мелиссы, плоды шиповника, листья эвкалипта поровну.

Готовить и принимать как № 495.

№498. Корневище аира, корневище валерианы, корневище горца змеиного, трава горца почечуйного, корневище солодки, трава сушеницы болотной, соплодия хмеля, трава чистотела - поровну.

Готовить и принимать как № 493.

№499. Корневище горца змеиного, трава горца птичьего, трава душицы, трава пастушьей сумки, листья подорожника, побеги почечного чая, листья шалфея, трава чабреца, побеги черники, клубни ятрышника - поровну.

Готовить и принимать как № 495.

№500. Корневище гравилата городского, трава донника, трава крапивы, семена льна, листья манжетки, лепестки цветков розы, трава синюхи, трава тысячелистника, соплодия хмеля, трава яснотки, клубни ятрышника поровну.

Готовить и принимать как № 493.

Кроме перечисленных можно применять также фитосборы, рекомендуемые для лечения хронического гастрита с повышенной секрецией (№ 453-461) и язвенной болезни (№ 477-484).

Продолжительность курсов фитотерапии обострения хронического дуоденита, как и заболеваний желудка, индивидуальна. Первый курс обычно превышает клинические проявления болезни на 2-3 недели. В дальнейшем можно перейти на фитосборы меньшего состава, которые следует применять непрерывно в течение года, чередуя их со сборами более сложного состава и между собой. Менять состав сбора целесообразно через 1,5-2 месяца приема. После года непрерывной фитотерапии можно перейти на прерывистое лечение - применение лекарственных растений в виде 3-4 курсов ежегодно продолжительностью 1,5-2 месяца каждый.

В качестве фитосборов небольшого состава можно использовать:

№501. Корневище аира - 1 Ч., цветки ромашки - 3 Ч., трава синюхи 2 Ч., плоды укропа - 1 ч.

г сбора залить 250 мл кипятка, варить на водяной бане 10 минут, настаивать в тепле (термосе) 2 часа, процедить. Принимать в теплом виде по 1/4 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

№502. Листья вахты, корневище гравилата городского, листья кипрея, плоды тмина - поровну.

г измельченного в порошок сбора залить 300 мл кипятка, кипятить 3 минуты, настаивать в тепле (термосе) 3 часа, процедить. Принимать в теплом виде по 1/4 стакана 4 раза в день за 1 час до еды.

№503. Плоды аниса - 1 Ч., корневище девясила - 2 Ч., трава лабазника 3 Ч., побеги черники - 2 ч.

Готовить и принимать как № 502.

№504. Трава душицы, исландский мох, трава крапивы, листья мелиссы - поровну.

г измельченного в порошок сбора залить 0,5 л кипятка, настаивать в термосе 4 часа, процедить. Принимать в теплом виде по 1/2-2/3 стакана 4 раза в день за 30 минут до еды.

№505. Листья мать-и-мачехи - 2 Ч., солома овса зеленая - 3 Ч., листья подорожника - 1 Ч., листья шалфея - 2 ч.

Готовить и принимать как № 502.

№506. Листья брусники, трава зверобоя, семена льна, корневище солодки, трава ясменника - поровну.

Готовить и принимать как № 501.

Фитотерапия ХД, как и заболеваний желудка, должна проводиться на фоне диеты, которая практически совпадает с диетой больных язвенной болезнью.

## **3.2 Хронический энтероколит**

Среди хронических болезней кишечника наиболее распространены хронический энтерит и хронический колит. Поскольку механизмы их развития и принципы лечения сходны, а выделение хронического энтерита как самостоятельного заболевания не является общепризнанным, целесообразно объединить хронический энтерит и хронический колит общим термином - хронический энтероколит (ХЭК). Некоторыми авторами ХЭК обозначается как «синдром раздраженной кишки».

ХЭК представляет собой хроническое воспалительно-дистрофическое заболевание тонкой и толстой кишки, приводящее к нарушениям различных функций кишечника: моторной, секреторной, всасывающей и других.

Причин развития болезни много. Это различные инфекционные агенты, кишечные паразиты, токсические вещества (соединения ртути, свинца, фосфора), пищевая аллергия, хронический гастрит с секреторной недостаточностью.

Существенную роль играют также длительные и грубые нарушения режима питания.

Основными клиническими синдромами ХЭК являются:

· дискинетический, протекающий с нарушениями моторной функции кишечника;

· кишечной диспепсии, проявляющиеся болями. в животе, нарушениями стула (поносами, запорами), чувством вздутия и распирания живота, кишечным дискомфортом и другими симптомами;

· анемически-дистрофический, характеризующийся наряду с анемией (В12 и железодефицитной) похуданием, трофическими изменениями кожи, нарушениями электролитного баланса, рядом эндокринных расстройств;

· астеноневротический, для которого характерны повышенная утомляемость, снижение работоспособности, общая слабость, нарушения сна.

Наиболее часто ХЭК проявляется поносами (диареей), при этом частота стула зависит от преимущественного поражения того или иного отдела кишечника.

При энтеритах стул бывает 3-4 раза в сутки, при колитах он достигает 10 раз и более. Реже наблюдаются запоры. Наряду с запорами, которые иногда отмечаются у больных ХЭК, многие авторы выделяют самостоятельную нозологическую форму - хронический запор. Последний имеет две разновидности: преимущественно атонический и преимущественно спастический.

Лечение больных ХЭК требует упорства, настойчивости, терпения.

Обычно оно длительное и не всегда дает быстрый эффект. Главная задача - борьба с обострениями и создание условий для длительной ремиссии. Лечебные мероприятия должны быть направлены на подавление инфекции и уменьшение степени выраженности дисбактериоза, на коррекцию трофических, метаболических, электролитных расстройств, на устранение невротических проявлений, которые усугубляют состояние больных. Существенная роль в комплексе лечебных мероприятий отводится диете.

Лекарственные растения издавна применяются для лечения ХЭК. Используются такие виды их действий, как противовоспалительное, спазмолитическое, противомикробное, ветрогонное, обволакивающее, вяжущее, седативное, репаративное, витаминное. В фазе обострения (при усилении поносов, болей в животе и метеоризма) фитотерапия является вспомогательной, а в фазе ремиссии может быть основным видом лечения, сочетаясь с диетой.

## **3.3 Хронический энтероколит с диареей**

При ХЭК, протекающем преимущественно с диареей, применяются аир, алтей, барбарис, горцы (змеиный, перечный и птичий), кора дуба, золототысячник, кора ивы белой, исландский мох, калган, мать-и-мачеха, мята перечная, ольха и серая пижма, подорожник, полынь и многие другие растения.

Использование лекарственных растений эффективно только в сборах. Рекомендуются фитосборы следующего состава:

№507. Трава горца птичьего, кора дуба, трава зверобоя, исландский мох, корневище калгана, листья подорожника, цветки ромашки - поровну.

г сбора залить 0,5 л кипятка, нагревать на водяной бане 15 минут, настаивать в тепле (термосе) 2 часа, процедить. Принимать в теплом виде по 1/2 стакана 4 раза в день перед едой. №508. Трава вереска, листья кипрея, трава крапивы, трава пастушьей сумки, трава тысячелистника, плоды шиповника, цветки ромашки - поровну.

г сбора залить 250 мл кипятка, настаивать в термосе 6 часов, процедить. Принимать в теплом виде по 1/4 стакана 4 раза в день перед едой.

№509. Корневище аира, трава вероники, трава горца перечного, листья земляники, кора ивы белой, трава лапчатки гусиной, листья мать-и-мачехи, цветки календулы - поровну.

г измельченного в порошок сбора залить 300 мл кипятка, кипятить 3 минуты, настаивать в тепле (термосе) 2 часа. Принимать в теплом виде по 1/4 стакана 4 раза в день перед едой.

№510. Листья барвинка малого, листья ежевики, корневище с корнями истода, цветки клевера лугового, побеги с листьями малины лесной, трава мяты перечной, цветки пижмы, корневище горца змеиного - поровну.

Готовить и принимать как № 508.

№511. Корень алтея, корневище дягиля, трава иссопа, кора калины, трава лабазника, цветки липы, солома овса (зеленая), трава полыни обыкновенной, трава сущеницы болотной, трава пустырника - поровну.

Готовить и принимать как № 507.

№512. Трава живучки, трава золототысячника, цветки коровяка, соплодия ольхи серой, листья подорожника, цветки татарника, трава чистотела, листья эвкалипта, трава ясменника, трава руты - поровну.

Готовить и принимать как № 509.

№513. Корень борщевика, трава дубровника, исландский мох, корневище кровохлебки, трава любистка, трава пастушьей сумки, трава подмаренника, корневище пырея, трава ястребинки, трава чабреца - поровну.

Готовить и принимать как № 507.

№514. Трава вереска, трава горца птичьего, кора ивы белой, корневище калгана, плоды кизила, трава лаванды, семена овса, краевые лепестки цветков подсолнечника, трава розмарина, трава яснотки - поровну.

Готовить и принимать как № 509.

№515. Цветки барбариса, корневище горца змеиного, корневище гравилата городского, трава зверобоя, трава золототысячника, цветки календулы, трава крапивы, листья грецкого ореха, листья толокнянки, плоды черемухи, плоды шиповника, листья малины -поровну.

Готовить и принимать как № 508.

№516. Трава вероники, кора дуба, корневище крестовника, цветки кошачьей лапки, побеги омелы белой, трава очанки, корень петрушки, трава пустырника, цветки тысячелистника, плоды шиповника, цветки ромашки - поровну.

Готовить и принимать как № 507.

При сильных болях в кишечнике особенно эффективны следующие два фитосбора:

№517. Кора ветвей барбариса, трава вероники, трава лабазника, листья мяты перечной, побеги омелы, краевые лепестки цветков подсолнечника, трава пустырника, цветки тысячелистника, трава руты - поровну.

Готовить и принимать как № 509.

№518. Корневище аира, трава вереска, трава дубровника, трава зверобоя, корневище калгана, кора ветвей калины, трава лапчатки гусиной, плоды паслена черного, цветки пижмы, цветки ромашки, трава сушеницы болотной, листья эвкалипта - поровну.

Готовить и принимать как № 509.

Если ХЭК сопровождается выраженным дисбактериозом, показаны такие комбинации:

№519. Корневище горца змеиного, листья ежевики, исландский мох, цветки клевера лугового, трава лаванды, цветки пижмы, плоды татарника, плоды шиповника, цветки календулы - поровну.

Готовить и принимать как № 507.

№520. Корневище аира, трава горца птичьего, корневище гравилата, трава золототысячника, кора ивы белой, корневище калгана, корневище кровохлебки, трава мяты перечной, листья подорожника, трава полыни обыкновенной, листья толокнянки, листья эвкалипта - поровну.

Готовить и принимать как № 507.

№521. Трава горца птичьего, корневище дягиля, трава иссопа, цветки календулы, трава лабазника, трава лапчатки гусиной, листья мать-и-мачехи, трава мяты перечной, цветки пижмы, трава розмарина, цветки ромашки, трава чабреца, цветки тысячелистника, плоды шиповника - поровну.

Готовить и принимать как № 508.

№522. Корневище аира, трава вереска, трава горца перечного, кора дуба, трава золототысячника, исландский мох, листья кипрея, трава крапивы, листья малины лесной, соплодия ольхи серой, листья подорожника, цветки ромашки, трава чабреца, плоды черемухи - поровну.

Готовить и принимать как № 507.

При наличии кровоточивости кишечника рекомендуются фитосборы, включающие растения с сильным кровоостанавливающим, репаративным, вяжущим, обволакивающим и противовоспалительным действием. При отсутствии запоров эти сборы могут также применяться для лечения геморроя и неспецифического язвенного колита (как вспомогательное средство):

№523. Корневище аира, корневище горца змеиного, трава горца птичьего, кора дуба, трава зверобоя, корневище кровохлебки, листья малины лесной, цветки ромашки, цветки тысячелистника, трава яснотки - поровну.

Готовить и принимать как № 507.

№524. Трава с корнями горца птичьего, корневище гравилата городского, листья ежевики, корневище калгана, трава крапивы, трава лабазника, трава лапчатки гусиной, побеги омелы белой, трава пастушьей сумки, цветки ромашки, трава ястребинки, цветки татарника - поровну.

Готовить и принимать № 507.

№525. Кора дуба, трава зверобоя, трава крапивы, листья малины лесной, соплодия ольхи серой, листья подорожника, трава полыни горькой, цветки тысячелистника, плоды шиповника, клубни ятрышника, трава яснотки - поровну.

Готовить и принимать как № 508.

№526. Корневище аира, плоды барбариса, листья ежевики, исландский мох, цветки календулы, корневище кровохлебки, трава лапчатки гусиной, трава пастушьей сумки, листья подорожника, трава руты, клубни ятрышника, трава чистотела - поровну.

Готовить и принимать как № 507.

При ХЭК эффективны только длительные курсы фитотерапии. Улучшение обычно наступает в течение первых двух недель лечения, однако его отсутствие не является поводом для прекращения приема лекарственных растений.

Первый курс следует проводить на протяжении 2-3 месяцев, последующие курсы в течение первого года лечения назначают регулярно с интервалами в 1 -2 недели (целесообразно менять сборы при каждом новом курсе). Далее при стойкой ремиссии болезни фитотерапия рекомендуется курсами по 1,5-2 месяца не менее 4 раз в год. У некоторых больных стойкая ремиссия достигается только при непрерывной фитотерапии. В этих случаях

состав сборов надо менять через каждые 2-2,5 месяца и в зависимости от состояния больных регулировать суточные дозы (уменьшать или увеличивать их в 1,5-2 раза).

Необходимо включать в рацион плоды айвы, груши, кизила, ягоды брусники, калины, черемухи, сок лука или сок редьки с медом, семена ячменя, кору плодов граната.

**3.4 Хронический энтероколит с запорами (хронический запор)**

Как уже отмечалось, ХЭК в ряде случаев манифестируется запорами.

В то же время многими авторами выделяется и самостоятельная нозологическая форма - хронический запор. Не вдаваясь в семантические тонкости, следует отметить, что тактика фитотерапии запоров независимо от их названия практически одинакова, Поэтому для удобства фитотерапия этого страдания рассматривается в рамках одной патологии - хронического запора (ХЗ).

Существуют две формы ХЗ: спастическая, обусловленная повышением тонуса толстой кишки, и атоническая, когда тонус кишки снижен. Спастическая форма иногда обозначается как «хронический спастический колит».

Для фитотерапии хронических запоров используются такие растения: анис, бузина черная, горец почечуйный, листья кассии (сенны), одуванчик лекарственный, расторопша, ревень, укроп, фенхель, щавель конский и многие другие.

Как и при ХЭК с поносами, при запорах показаны сборы лекарственных растений. В интервалах между курсовым лечением фитосборами можно проводить короткие курсы с применением отдельных растений.

Фитотерапия спастической и атонической форм ХЗ различается по составу фитосборов. для лечения больных с наклонностью к спастическим запорам используются лекарственные растения, обладающие преимущественно спазмолитическим, слабительным, ветрогонным и седативным действиями.

Из них можно составить следующие сборы:

№527. Все растение земляники лесной, трава крапивы, листья мяты перечной, цветки пижмы, цветки ромашки, плоды аниса, корневище валерианы, корневище щавеля конского, кора крушины - поровну.

г сбора залить 300 мл кипятка, нагревать на водяной бане 15 минут, настаивать в тепле 1 час, процедить. Принять все за 2 раза утром и вечером после еды.

№528. Трава золототысячника, трава полыни обыкновенной, цветки бузины черной, трава горца почечуйного, трава дымянки, плоды кориандра, семена льна - поровну.

г сбора залить 300 мл кипятка, кипятить на малом огне 5 минут, настаивать в тепле 2 часа, процедить. Принимать по 1/4 стакана утром и днем и 1/2 стакана вечером.

№529. Побеги омелы белой, корневище валерианы, трава донника, корень лопуха, листья мелиссы, корень ревеня, плоды укропа, корень одуванчика, листья вахты - поровну.

г сбора залить 400 мл холодной воды, настаивать 4 часа, довести до кипения и кипятить 3 минуты, настаивать в тепле 30 минут, процедить. Принимать по 1/4 стакана утром и днем, вечером - от 1/2 до 1 стакана.

№530. Трава буквицы, корневище девясила, листья кассии, трава льнянки, все растение осоки песчаной, трава расторопши, плоды фенхеля, плоды рябины обыкновенной, трава крапивы - поровну,

Готовить и принимать как № 527.

№531. Листья земляники лесной, листья мяты перечной, трава полыни горькой, трава горца почечуйного, семена льна, трава переступня, корневище солодки, листья ясеня, корень одуванчика, листья вахты - поровну.

Готовить и принимать как № 529.

№532. Корневище валерианы, трава дымяюси, корень ириса (касатика), кора крушины, цветки маргаритки, корень стальника, корневище щавеля конского, плоды рябины обыкновенной, цветки пижмы, цветки бузины черной, цветки ромашки - поровну.

Готовить и принимать как № 527.

№533. Листья земляники лесной, цветки ромашки, трава буквицы, трава донника, плоды кориандра, кора крушины, трава маргаритки, корневище щавеля конского, плоды рябины обыкновенной, плоды укропа - поровну.

Готовить и принимать как № 527.

№534. Трава золототысячника, трава крапивы, трава мяты перечной, трава полыни обыкновенной, семена льна, все растение осоки песчаной, корень одуванчика, корневище ревеня, плоды фенхеля, листья вахты - поровну.

Готовить и принимать как № 528.

Фитотерапия атонического варианта ХЗ базируется на лекарственных растениях, в наибольшей степени обладающих способностью стимулировать моторную функцию кишечника (естественно, в состав фитосборов включают растения и с другими свойствами, указанными ранее).

№535. Листья земляники лесной, трава крапивы, цветки бессмертника, трава горца почечуйного, трава душицы, плоды жостера, плоды тмина, листья вахты - поровну.

Готовить и принимать как № 527.

№536. Листья мяты перечной, цветки пижмы, цветки ромашки, верхушки стеблей волчеца кудрявого, семена льна, трава льнянки, корневище ревеня, плоды фенхеля - поровну.

г сбора залить 300 мл кипятка, настаивать в термосе 8 часов, процедить.

Принимать как № 529.

№537. Трава золототысячника, побеги омелы белой, трава полыни горькой, цветки бузины черной, трава буквицы, трава донника, трава переступня, корень одуванчика, плоды укропа - поровну.

Готовить и принимать как № 529.

№538. Цветки бессмертника песчаного, цветки бузины черной, трава горца почечуйного, корневище девясила, трава душицы, корень лопуха, корневище солодки, трава мелиссы - поровну.

Готовить и принимать как № 529.

№539. Листья земляники лесной, листья мяты перечной, цветки пижмы, плоды аниса, плоды кориандра, все растение осоки песчаной, корни пиона уклоняющегося, плоды рябины обыкновенной, корень стальника - поровну.

Готовить как № 536. Принимать как № 529.

№540. Трава крапивы, листья мяты перечной, трава полыни горькой, цветки ромашки, цветки бессмертника, трава душицы, листья кассии (сенны), корень пиона, плоды укропа, трава льнянки - поровну.

Готовить и принимать как № 528.

№541. Листья ежевики, трава полыни горькой, трава горца почечуйного, цветки ромашки, трава донника, плоды жо·стера, листья мелиссы, корневище ревеня, плоды фенхеля, плоды рябины обыкновенной, листья ясеня - поровну.

Готовить как № 536. Принимать как № 529.

№542. Листья земляники лесной, трава крапивы, листья мяты перечной, побеги омелы белой, цветки бессмертника, трава горца почечуйного, листья кассии (сенны), трава льнянки, корневище солодки, плоды укропа, корневище щавеля конского, листья вахты - пopoвну.

Готовить как № 536. Принимать как № 529.

Наряду с фитосборами лекарственные растения могут при меняться в виде таких аптечных препаратов, как кафиол, регулакс, сенаде, сенадексин, сеннапур, глаксена.

Диете при запорах принадлежит важное, часто определяющее место. Хорошим и естественным стимулирующим действием на моторику кишечника обладают пищевые продукты с высоким содержанием растительной клетчатки и пектиновых веществ: морковь, тыква, свекла, квашеная капуста, брюква, репа, редька, томаты, огурцы, хрен. Те из них, которые можно употреблять в сыром виде, готовят тертыми и в форме салатов, остальные используют как гарниры и приправы. Хорошим послабляющим действием обладают сырые яблоки, крыжовник, вишня, черешня, арбуз, дыня, слива.

Кроме того, в пищевой рацион полезно включать:

· морскую капусту по 10-15 г в виде порошка утром натощак и вечером перед сном, а также в виде консервированного салата;

· растительные масла (подсолнечное, оливковое и другие) по 1 -2 столовые ложки натощак и перед сном или вместе с тертыми свежими овощами в салатах;

· распаренные сухофрукты (чернослив, инжир, урюк, вишню) по 100-120 г вечером.

В перерываx между приемом фитосборов можно употреблять напары, настои или отвары отдельных растений:

· напар семян льна (3 г на 250 мл кипятка, настаивать 30 минут в тепле) принять перед сном вместе с семенами;

· напар зеленой соломы овса (20 г на 0,5 л кипятка, нагревать на водяной бане 10 минут, настаивать в тепле 2 часа) принимать горячим 3 раза в день по 1 стакану через 30 минут после еды;

· настой травы лапчатки гусиной (15 г на 0,5 л кипятка) готовить и принимать как настой соломы овса;

· отвар корня горечавки (15 г на 0,5 л воды, настаивать при комнатной температуре в течение ночи, кипятить 5 минут, настаивать в тепле 1 час) принимать как настой соломы овса;

· отвар цветков бузины черной (12 г на 0,5 л воды) готовить и принимать как отвар корня горечавки;

· напар листьев терна (20 г на 0,5 л кипятка, настаивать в тепле 1 час) принимать по 1 стакану горячим 3 раза в день после еды, с медом или сахаром (таким же способом можно использовать цветки терна);

· напар семян подорожника большого (10 г на 300 мл кипятка, настаивать в тепле 2 часа, процедить) принимать по 1 стакану перед сном;

· напар семян лопуха большого (20 г на 300 мл кипятка, настаивать в термосе 2 часа, процедить) принять все количество перед сном;

· отвар корневища щавеля конского (15 г на 300 мл кипятка, варить на водяной бане 30 минут, остудить, процедить) принимать перед сном по 1 стакану.

При проведении фитотерапии следует учитывать эффект привыкания и менять сборы каждые 4-5 недель. для большинства больных хороший результат достигается при проведении месячных курсов фитосборами с 2-3-недельными интервалами, во время которых применяются отдельные растения.

## **3.5 Геморрой**

Геморрой является частым осложнением хронических запоров, в результате которых отмечается локальное расширение вен в подслизистой прямой кишки.

Фитотерапия этого страдания подразделяется на общую и местную, в том числе с использованием сидячих ванн, промываний, компрессов, лечебных клизм и тампонов. В состав сборов входят лекарственные растения, обладающие противовоспалительным, слабительным, кровоостанавливающим, репаративным, спазмолитическим, анальгезирующим действиями.

Для общей фитотерапии геморроя при отсутствии значимых кровотечений применяются фитосборы следующих составов:

№543. Корневище аира, цветки василька, трава душицы, трава зверобоя, цветки калины, цветки клевера лугового, семена льна, листья любистка, листья мать-и-мачехи, корень одуванчика, цветки пижмы, корневище пырея, цветки ромашки, цветки татарника - поровну.

г измельченного в порошок сбора залить 400 мл кипятка, нагревать на водяной бане 15 минут, настаивать в тепле 2 часа, процедить. Принимать по 1/2 стакана 3-4 раза в день за 15 минут до еды.

№544. Листья вахты, корневище горца змеиного, корневище дягиля, листья земляники, цветки календулы, цветки коровяка, листья лещины, трава лытянки, листья мелиссы, листья ореха грецкого, корневище пиона, корневище ревеня, корень стальника, почки тополя, трава чабреца - поровну.

г измельченного в порошок сбора залить 400 мл кипятка, настаивать в тепле 2 часа, довести до кипения (не кипятить!), настаивать в тепле 30 минут, про цедить. Принимать как № 543.

№545. Трава горца почечуйного, корневище гравилата городского, кора жостера, кора ивы белой, цветки каштана конского, корневище кровохлебки, цветки липы, листья малины, трава мяты перечной, трава расторопши, листья подорожника, трава репешка, корневище солодки, плоды тмина, трава чистотела - поровну.

г измельченного в порошок сбора залить 400 мл холодной воды, настаивать 4 часа, довести до кипения (не кипятить!), настаивать в тепле 2 часа, процедить. Принимать как № 543.

№546. Корневище девясила, трава донника, исландский мох, листья кипрея, кора крушины, корневище калгана, корневище лопуха, листья манжетки, солома овса, трава первоцвета, трава пустырника, лепестки цветков розы, трава сушеницы, плоды фенхеля, клубни ятрышника - поровну.

Готовить как № 545. Принимать как № 543.

№547. Листья брусники, трава вербены, трава горца почечуйного, трава донника, трава зверобоя, цветки календулы, цветки коровяка, трава лабазника, семена льна, трава мяты перечной, корень одуванчика, соплодия ольхи, трава репешка, трава чабреца, плоды тмина, трава чистотела - поровну.

Готовить и принимать как № 543.

№548. Корневище аира, трава будры, корневище горца змеиного, трава душицы, кора ивы белой, исландский мох, корневище кровохлебки, кора крушины, листья манжетки, листья мать-и-мачехи, трава мелиссы, трава расторопши, цветки пижмы, корневище пырея, цветки ромашки, корневище солодки, плоды фенхеля - поровну.

Готовить как № 545. Принимать как № 543.

Большую пользу при геморрое приносят сидячие ванны с настоями лекарственных растений. Процедуру надо проводить в течение 15-20 минут, предохраняя ноги и поясничную область от охлаждения. Для настоев используются такие фитосборы:

№549. Листья березы, трава герани луговой, побеги можжевельника, листья подорожника, трава чабреца, листья черемухи - поровну.

№550. Листья дуба, трава лабазника, листья манжетки, солома овса, трава полыни обыкновенной, побеги сосны - по 3 ч., почки тополя - 1 ч.

№551. Трава душицы, цветки липы, листья мать-и-мачехи, соплодия ольхи, корневище пырея, корень стальника, соплодия :хмеля, листья шалфея - поровну.

№552. Кора ивы белой, трава льнянки, трава мелиссы, побеги пихты, цветки ромашки, трава сушеницы болотной, трава хвоща полевого, листья эвкалипта - поровну.

№553. Цветки ромашки, трава крапивы, листья подорожника - по 1 Ч., листья дуба - 3 ч., листья мать-и-мачехи - 2 ч.

№554. Кора каштана конского, цветки ромашки, цветки ивы белой, трава полыни обыкновенной, солома овса - поровну.

Для приготовления одной ванны необходимо сделать стандартный настой из 20 г сбора и 1,5 л воды, процедить его, разбавить теплой водой до 4-5 л.

Ванна должна быть горячей, но переносимой.

Эффективны для лечения геморроя припарки (компрессы) из лекарственных растений. Для этого свежую траву ошпаривают кипятком, а высушенное сырье запаривают на водяной бане в течение 15 минут. Приготовленную массу слегка отжимают, заворачивают в несколько слоев марли и накладывают на пораженную область, прикрыв сверху полиэтиленовой пленкой

Длительность процедуры - не менее 1 часа.

Для припарок используют одно-два из следующих растений: цветки бузины черной, ромашки аптечной, календулы, каштана конского, листья дубровника, ежевики, татарника, траву горца перечного, горца почечуйного, тысячелистника, ясменника, семена льна. Можно также для этой цели и таким же способом применять и фитосборы:

№555. Цветки бузины черной, трава горца перечного, трава дымянки, цветки календулы) листья сирени, листья мать-и-мачехи, листья ореха грецкого) листья подорожника - поровну.

№556. Листья земляники, цветки каштана конского, семена льна, трава мелиссы, побеги черники) трава горца почечуйного, трава чистотела.

№557. Цветки василька, листья дуба, исландский мох, цветки клевера лугового, трава лабазника, трава мыльнянки, соплодия ольхи, листья паслена черного - поровну.

№558. Корневище аира, трава дубровника, трава иссопа, цветки коровяка, трава лаванды, листья манжетки, листья мяты перечной, трава первоцвета - поровну.

При умеренно кровоточащем геморрое можно при менять внутрь фитосборы, в состав которых входят лекарственные растения с кровоостанавливающим действием:

№559. Корневище аира, трава будры, трава герани луговой, трава горца перечного, листья ежевики, листья земляники, цветки календулы, трава крапивы, семена льна, листья манжетки, листья подорожника, побеги черники - поровну.

г измельченного в порошок сбора залить 350 мл кипятка, нагревать на водяной бане 15 минут, настаивать в тепле 1 час, процедить. Принимать по 1/2 стакана 3-4 раза в день через 30 минут после еды.

№560. Листья брусники, трава вероники, корневище горца змеиного, трава душицы, цветки калины, трава лабазника, листья малины лесной, соплодия ольхи, трава репешка, листья сирени, цветки тысячелистника, плоды фенхеля, трава яснотки - поровну.

г измельченного в порошок сбора залить 350 мл кипятка, кипятить 3 минуты, настаивать в тепле 2 часа, процедить. Принимать как № 559.

№561. Листья вахты, трава горца почечуйного, трава гравилата городского, трава зверобоя, цветки календулы, листья кипрея, трава лапчатки гусиной, листья лещины, побеги омелы, трава пастушьей сумки, корневище пырея, корень стальника, трава ясменника, клубни ятрышника - поровну.

Готовить и принимать как № 559.

№562. Трава вербены, трава горца почечуйного, корневище девясила, листья земляники, исландский мох, трава крапивы, семена льна, листья ореха грецкого, листья подорожника, трава репешка, цветки татарника, трава хвоща полевого, трава яснотки - поровну.

Готовить как № 560. Принимать как № 559.

№563. Трава вероники, корневище горца змеиного, трава душицы, корневище дягиля, листья ежевики, корневище кровохлебки, листья малины лесной, листья манжетки, трава расторопши, цветки ромашки, листья сирени, трава тысячелистника - поровну.

Готовить и принимать как № 559.

№564. Побеги волчеца кудрявого, трава горца перечного, корневище гравилата городского, трава зверобоя, листья земляники лесной, исландский мох, цветки калины, трава лабазника, трава лапчатки гусиной, соплодия ольхи, трава пастушьей сумки, корень стальника, плоды фенхеля, трава яснотки - поровну.

Готовить как № 560. Принимать как № 559.

№565. Трава герани луговой, трава горца почечуйного, трава душицы, листья земляники лесной, листья кипрея, трава крапивы, корневище кровохлебки, корневище калгана, семена льна, листья подорожника, корневище пырея, трава хвоща полевого - поровну.

Готовить и принимать как № 559.

№566. Корневище аира, листья брусники, листья вахты, цветки календулы, листья кипрея, листья малины, листья ореха грецкого, трава репешка, побеги черники, клубни ятрышника.

Готовить и принимать как № 559.

Для микроклизм при геморрое можно использовать такие комбинации растений:

№567. Листья березы, корневище гравилата городского, листья ежевики, цветки календулы, семена льна, трава расторопши, цветки ромашки, трава ясменника - поровну.

№568. Трава герани луговой, корневище девясила, трава зверобоя, листья калины, корневище калгана, листья ореха грецкого, листья сирени, трава яснотки - поровну.

№569. Корневище горца змеиного, кора дуба, листья земляники лесной, листья кипрея, листья малины, трава пастушьей сумки, цветки ромашки, цветки татарника - поровну.

№570. Трава горца перечного, трава дубровника, листья золотой розги, трава крапивы, семена льна, листья манжетки, листья подорожника, трава тысячелистника - поровну.

№571. Трава горца почечуйного, трава душицы, кора ивы белой, цветки календулы, корневище кровохлебки, плоды облепихи, корневище пырея, трава хвоща полевого - поровну.

№572. Трава спорыша, корневище дягиля, трава зверобоя, исландский мох, трава лабазника, соплодия ольхи, трава репешка, побеги черники - поровну.

Настои для микроклизм готовят следующим образом: 10 г измельченного в порошок сбора заливают 250 мл кипятка, нагревают на водяной бане 20 минут, настаивают в тепле 1 час, процеживают. Применяют в теплом виде по 100-150 мл настоя на одну микроклизму.

Длительность курсов лечения геморроя индивидуальна, в среднем 3-4 недели. Курсы можно повторять с перерывами на 1 -2 недели до полного исчезновения патологических симптомов.

# **Раздел IV. Фитотерапия при заболеваниях печени и поджелудочной железы**

## **.1 Дискинезии желчных путей**

Дискинезии желчных путей (ДЖП) рассматриваются как самостоятельная нозологическая форма, при которой отсутствуют структурные изменения желчного пузыря, желчных ходов и прилежащих органов. ДЖП чаще всего являются следствием нарушений нейрогуморальной регуляции и проявлениями общего невроза (первичные) и реже встречаются при различных заболеваниях желудочно-кишечного тракта (вторичные). В зависимости от тонуса различают гипотонически-гипокинетическую и гипертонически-гиперкинетическую форму. Обе формы клинически проявляются болями ноющего или схваткообразного характера в правом подреберье. Нередко боли возникают после стрессовых ситуаций, отрицательных эмоций, нервно-психических перегрузок.

Разграничить две указанные формы дискинезий не всегда просто, но это необходимо, ибо способы их лечения разнятся. Чаще всего при спастической форме болевой синдром выражен сильнее, чем при гипотонической, а для последней более характерны поносы.

Своевременная диагностика и лечение ДЖП очень важны для профилактики более тяжелых форм патологии, прежде всего хронического холецистита и желчнокаменной болезни.

Главная задача терапии - нормализация механизмов, регулирующих желчевыделение, то есть адекватное воздействие на нервную систему. Для этого чаще всего пользуются транквилизаторами. Однако лекарственные растения, безусловно, являются средствами выбора и нередко более предпочтительны. Фитотерапию необходимо сочетать с соблюдением диетического режима в зависимости от формы ДЖП.

При гипертонически-гиперкинетической форме дискинезий применяемые лечебные средства должны прежде всего оказывать спазмолитический эффект, то есть снижать тонус желчных путей, и обладать ceдaтивным действием.

Из лекарственных растений используют следующие: листья березы весенние, цветки бессмертника песчаного, траву буквицы, корневище валерианы, цветки василька синего, листья вахты, траву душицы, траву зверобоя, цветки календулы, траву лапчатки гусиной, мелиссы, мяты перечной, полыни горькой и обыкновенной, побеги почечного чая, траву пустырника, цветки ромашки, траву тысячелистника, плоды укропа, фенхеля, соплодия хмеля, траву чистотела, плоды шиповника.

№573. Цветки бессмертника - 3 ч., трава тысячелистника, трава полыни горькой, плоды фенхеля - по 2 ч.

г измельченного в порошок сбора залить 400 мл холодной воды, настаивать в течение 8 часов, довести до кипения, остудить, процедить. Принимать по 1/3 стакана 3-4 раза в день перед едой.

№574. Листья мяты перечной, корневище валерианы, трава полыни горькой - по 2 ч., трава зверобоя - 3 ч., соплодия хмеля - 1 ч.

г измельченного в порошок сбора залить 300 мл кипятка, настаивать в тепле 2 часа, процедить. Принимать по 1/4 стакана 3 раза в день через 2 часа после еды.

№575. Цветки бессмертника, цветки календулы - по 2 ч., трава душицы, цветки василька - по 1 ч.

г измельченного в порошок сбора залить 250 мл кипятка, настаивать в тепле 1 час, процедить. Принимать по 1/3 стакана 3-4 раза в день за 30 минут до еды.

№576. Цветки бессмертника, трава зверобоя, листья мяты перечной, трава пустырника - поровну.

Готовить и принимать как № 575.

№577. Листья мяты перечной, плоды шиповника, побеги почечного чая, листья березы - поровну.

Готовить и принимать как № 573.

№578. Листья вахты, трава полыни обыкновенной, листья мяты перечной - поровну.

Готовить и принимать как № 575.

№579. Цветки бессмертника, трава зверобоя - по 2 ч., листья березы - 1 ч., цветки ромашки - 3 ч.

Готовить и принимать как № 574.

. Трава лапчатки гусиной, трава полыни обыкновенной, трава чистотела, листья мяты перечной - поровну.

Готовить и принимать как № 575.

Продолжительность курсов для большинства больных равна 4-5 неделям, интервалов между ними - 2-3 неделям. При благоприятном течении болезни можно перейти на 4-недельные курсы 4-5 раз в год, однако некоторые больные нуждаются в непрерывной фитотерапии. В этих случаях каждые 1,5-2 месяца меняют фитосборы, периодически используя отдельные растения.

Для этого наиболее подходят следующие растения:

· мята перечная - напар листьев (10 г на 250 мл кипятка, настаивать в термосе 4 часа) принимать по 1/2 стакана 3 раза в день через 1 час после еды, а также при болях в правом подреберье;

· аптечная настойка мяты перечной - принимать по 10-25 капель в 30 мл воды при болях или регулярно 3 раза в день за 30 минут до еды;

· соплодия хмеля - напар (20 г на 0,5 л кипятка, настаивать в термосе 1 час) принимать по 1 стакану 2 раза в день; или порошок по 2-3 г на прием 3 раза в день;

· трава пустырника - напар (10 г на 250 мл кипятка, настаивать в термосе 2 часа) принимать по 1/2- 1 стакану 3 раза в день через 1 час после еды;

· аптечная настойка пустырника - принимать по 20-30 капель в 30 мл воды 3 раза в день;

· трава буквицы - настой (20 г на 0,5 л кипятка, кипятить 5 минут, настаивать в тепле 2 часа) принимать по 2/3-1 стакану 3 раза в день через 1 час после еды.

При гипотонически-гипокинетической форме дискинезий показаны растения, способствующие усилению тонуса и сократительной способности желчного пузыря и желчных протоков, а также усиливающие продукцию желчи: цветки, плоды, кора барбариса, листья березы весенние, цветки бессмертника песчаного, листья вахты, корни горечавки, трава дымянки, душицы, зверобоя, золототысячника, листья кипрея, плоды клюквы, трава и плоды кориандра, кукурузные рыльца, кукурузное масло, плоды маслины (оливковое масло), трава мелиссы, мяты перечной, цветки, листья и корни одуванчика лекарственного, цветки пижмы, корневище и черешки листьев ревеня, редька, цветки ромашки аптечной, плоды и цветки рябины обыкновенной, трава тысячелистника, корневище и трава цикория, трава шалфея, плоды шиповника.

Из них можно составить такие фитосборы:

№581. Цветки бессмертника - 2 Ч., листья вахты - 3 ч., листья мяты перечной - 1 ч., плоды кориандра - 2 ч.

г измельченного в порошок сбора залить 250 мл кипятка, настаивать в тепле (термосе) 2 часа, процедить. Принимать по 1/4-1/3 стакана за 30 минут до еды.

№582. Корневище цикория, корень одуванчика, цветки бессмертника - поровну.

г измельченного сбора залить 300 мл кипятка, кипятить 3 минуты, настаивать в тепле (термосе) 3 часа, процедить. Принимать как № 581.

№583. Трава зверобоя, кукурузные рыльца, цветки бессмертника - поровну.

Готовить и принимать как № 581.

№584. Корень одуванчика, цветки бессмертника, трава вахты, трава золототысячника, цветки ромашки, трава зверобоя - поровну.

Готовить и принимать как № 575.

№585. Листья вахты, корень горечавки, корень одуванчика, листья мяты перечной - поровну.

Готовить и принимать как № 582.

№586. Трава зверобоя, корень одуванчика, цветки бессмертника, плоды рябины обыкновенной, плоды кориандра - поровну.

Готовить и принимать как № 582.

Курсы применения фитосборов обычно не превышают 4 недель и повторяются 3-4 раза с интервалами в 2-3 недели, а затем 1 раз в квартал. Не следует полностью отказываться от фитотерапии при исчезновении симптомов болезни, так как это может привести к рецидиву.

В интервалах между приемами фитосборов рекомендуется использовать отдельные лекарственные растения:

· плоды шиповника - настой (10 г измельченных в порошок плодов на 250 мл кипятка, настаивать в термосе 4 часа), принимать по 1/2 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды;

· плоды рябины обыкновенной - готовить и принимать как плоды шиповника (можно принимать их вместе);

· редьку черную - свежий сок по 2 столовые ложки пополам с медом 3 раза в день за 30 минут до еды (можно добавлять лимонный сок в количестве 1 чайной ложки);

· траву дымянки - настой (10 г на 250 мл кипятка) приготовить стандартным способом, принимать по 1/4 стакана 3 раза в день перед едой;

· цветки бессмертника - стандартный настой (7 г на 250 мл воды) принимать по 2-3 столовые ложки 3-4 раза в день за 30 минут до еды;

· корневище цикория - стандартный отвар (10 г на 250 мл воды) принимать по 1/4 стакана 3 раза в день перед едой;

· траву цикория - стандартный настой (8 г на 250 мл воды) принимать по 1/4 стакана перед едой;

· плоды барбариса - настой (10 г на 250 мл кипятка, кипятить 5 минут, настаивать в тепле 2 часа) принимать по 2-3 столовые ложки 3-4 раза в день перед едой;

· корень одуванчика - настой (10 г на 250 мл воды, настаивать 8 часов, довести до кипения, кипятить 5 минут, остудить, процедить) принимать по 1/4 стакана 3-4 раза в день перед едой.

## **4.2 Хронический холецистит и хронический холангит**

Хронический холецистит (ХХ) - хроническое рецидивирующее воспаление желчного пузыря. В качестве причин воспаления чаще всего выступают различные бактерии и простейшие микроорганизмы. Способствуют воспалению дискинезии желчных путей, застой желчи, изменения ее биохимического состава, нарушения режима питания, психоэмоциональные перегрузки.

Различают фазы обострения, стихающего обострения и ремиссии, а также легкий, средней тяжести, тяжелый, с осложнениями и без таковых.

Клиника ХХ характеризуется следующими синдромами: болевым, диспептическим, воспалительным, нарушениями липидного обмена и нарушениями функций кишечника. При обострениях обычно повышается температура тела. Выраженность клинических проявлений определяет степень тяжести болезни.

Хронический холангит - хроническое воспаление желчных протоков. Чаще всего он сопутствует хроническому холециститу, желчнокаменной болезни.

Проявляется тупыми болями в правом подреберье, общей слабостью, повышенной утомляемостью, иногда yмepeнным и длительным повышением температуры тела, легкой желтушностью кожи и слизистых оболочек.

При выраженных обострениях ХХ и хронического холангита больные подлежат стационарному лечению. В остальных случаях их можно лечить амбулаторно.

Соблюдение диетического режима при хроническом холецистите и хроническом холангите является обязательным не только при обострениях, но и в фазе ремиссии. Лечебные мероприятия при обоих заболеваниях имеют одинаковую направленность и должны включать в сея борьбу с инфекцией и воспалением, снятие болей, улучшение условий для оттока желчи.

В фазе обострения основной акцент в лечении делается на применении медикаментозных препаратов. Лекарственные растения играют вспомогательную роль. В фазе ремиссии, как правило, достаточно использовать только растения, которые должны обладать следующими свойствами: противовоспалительным, противомикробным, спазмолитическим, желчесекреторным, желчегонным, успокаивающим.

Наиболее известными и употребительными растениями, способствующими секреции желчи и ее отхождению, являются: цветки бессмертника, кукурузные рыльца, цветки василька синего, барбарис, зверобой, пижма, полынь, ромашка, шиповник и многие другие. Растения с иными необходимыми свойствами уже упоминались ранее.

Выбор лекарственных растений настолько велик, что составление индивидуального сбора для каждого больного является весьма трудной задачей.

Оптимальными можно считать следующие комбинации:

№587. Цветки бессмертника, листья вахты, листья мяты перечной, плоды кориандра - поровну.

г сбора залить 250 мл кипятка, нагревать на водяной бане 10 минут, настаивать в тепле 2 часа, процедить. Принимать по 1/4 стакана 4 раза в день за 30 минут до еды.

№588. Листья березы, цветки бессмертника, трава душицы, корень одуванчика, корневище цикория - поровну.

г сбора залить 250 мл холодной воды, настаивать 6 часов, довести до кипения, настаивать в тепле 2 часа. Принимать по 1/4 стакана 3-4 раза в день за 30 минут до еды, можно добавлять мед.

№589. Корневище аира, трава зверобоя, корень одуванчика, цветки ромашки, трава чистотела - поровну.

г измельченного в порошок сбора залить 250 мл кипятка, настаивать в термосе 8 часов, процедить. Принимать как № 587.

№590. Цветки василька, листья мелиссы, трава полыни горькой, трава тысячелистника, плоды фенхеля - поровну.

г сбора залить 300 мл кипятка, настаивать в тепле 2 часа, процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день перед едой.

№591. Плоды барбариса, корневище валерианы, листья земляники лесной, трава крапивы, корневище ревеня - поровну.

Готовить и принимать как № 587.

№592. Трава горца птичьего, корневище гравилата, цветки календулы, кукурузные рыльца, цветки пижмы - поровну.

Готовить и принимать как № 590.

№593. Листья березы, соплодия хмеля, трава шалфея, плоды шиповника, листья брусники, трава вероники, побеги почечного чая - поровну.

Готовить и принимать как № 587.

№594. Цветки барбариса, трава буквицы, трава вербены, корневище девясила, листья мать-и-мачехи, трава репешка - поровну.

Готовить и принимать как № 589.

№595. Листья березы, листья вахты, трава зверобоя, листья земляники лесной, корневище калгана, трава лапчатки гусиной, трава мыльнянки, листья мелиссы, листья подорожника, трава пустырника, цветки ромашки - поровну.

Готовить и принимать как № 587.

№596. Цветки бессмертника, цветки василька, трава душицы, трава крапивы, кукурузные рыльца, плоды можжевельника, корневище пырея, лепестки цветков розы, плоды укропа, трава чистотела, плоды шиповника - поровну.

Готовить и принимать как № 588.

Фитосборы следует применять в течение всего периода обострения болезни, а затем курсами по 1 месяцу с интервалами в 1-1,5 месяца, во время которых следует использовать настои одного-двух растений с желчегонными и спазмолитическими свойствами. При повторных курсах необходимо чередовать сборы с большим и меньшим количеством растений. При угрозе обострений надо сразу же переходить на сборы сложного состава.

Из патентованных препаратов хорошо известны кукурузные рыльца (жидкий экстракт), холосас (сироп из сгущенного водного экстракта плодов шиповника и сахара), фламин (сухой концентрат бессмертника песчаного) и ряд других.

Фитотерапию хронического холецистита и хронического холангита рекомендуется сочетать с другими средствами, очищающими желчный пузырь и желчные ходы печени, например, с минеральными водами, а также с карловарской солью, солью «Барбара», с растворами сульфата магния, ксилита или сорбита. При необходимости фитотерапию следует дополнять медикаментозными желчегонными и антибактериальными препаратами.

## **4.3 Желчнокаменная болезнь**

Желчнокаменная болезнь (ЖКБ) развивается вследствие нарушений коллоидного состояния желчи, что приводит к образованию камней в желчном пузыре или в желчных протоках. Формированию конкрементов способствуют: застой желчи, инфекции желчного пузыря, нарушения холестеринового и других видов обмена. Женщины болеют ЖКБ в несколько раз чаще, чем мужчины, а люди тучные чаще, чем худые.

Состав желчных камней различен. Среди них выделяют три основные группы: холестериновые, пигментные и известковые. Наиболее часто встречаются холестериновые камни и камни смешанного состава, в которых преобладают включения холестерина.

Клинические проявления ЖКБ зависят от многих причин, в частности от локализации, размеров и количества конкрементов, состояния желчного пузыря и желчных протоков, осложнений и ряда других. Наиболее яркий симптом - приступ желчной колики, требующий неотложной терапии. В межприступном периоде боли в области правого подреберья могут отсутствовать или быть тупыми. Возможны отрыжка, метеоризм и горечь во рту.

При наличии ХХ отмечается клиническая картина, характерная для этой патологии.

Лечение больных ЖКБ зависит от ее клинических проявлений. Частые приступы желчной колики, водянка и эмпиема желчного пузыря, перитонит - показания для операции. В последние годы появились новые возможности борьбы с камнями, без необходимости прибегать к травматичной операции - это растворение камней с помощью хенодезоксихолевой и урсодезоксихолевой кислот, посредством кожно-череспеченочной катетеризации желчного пузыря и введения в него конкременто растворяющих средств. Все шире используется дробление конкрементов методами специальных ударно-волновых установок (литотрипсия).

При латентном и течении про водится консервативная терапия. Ее задачами являются: воздействие на инфекцию, борьба с застоем желчи, купирование болевого синдрома. Важным компонентом терапии служит диета. В ее основе лежит умеренное механическое и химическое щажение пищеварительного тракта.

Лекарственные растения, необходимые для фитотерапии ЖКБ, практически должны обладать теми же видами действий, которые используются для лечения хронического холецистита. Определенную осторожность надо соблюдать, при меняя желчегонные растения, так как сильный желчегонный эффект может приводить к миграции конкрементов.

Рекомендуются следующие фитосборы:

№597. Цветки барбариса, трава горца птичьего, трава зверобоя, кукурузные рыльца, корень одуванчика, трава чистотела, плоды аниса - поровну.

Готовить и принимать как № 587.

№598. Цветки бессмертника, трава крапивы, листья мяты перечной, трава полыни обыкновенной, трава пустырника, корень марены красильной, трава донника - поровну.

Готовить и принимать как № 588.

№599. Корневище аира, листья вахты, трава золототысячника, цветки ромашки, трава тысячелистника, плоды фенхеля, плоды шиповника, цветки бузины черной - поровну.

Готовить и принимать как № 589.

№600. Цветки арники, верхушки стеблей волчеца кудрявого, корневище девясила, листья мяты перечной, цветки пижмы, плоды тмина, корневище цикория, трава живучки - поровну.

Готовить И принимать как № 587.

№601. Листья березы, кукурузные рыльца, корневище пырея, трава репешка, цветки ромашки, соплодия хмеля, трава хвоща полевого, трава расторопши, трава пастушьей сумки, листья брусники - поровну.

Готовить и принимать как № 587.

№602. Трава горца птичьего, трава зверобоя, кукурузные рыльца, корень одуванчика, трава полыни, трава репешка, трава тысячелистника, плоды укропа, плоды шиповника, корневище горца змеиного, трава будры плющевидной, трава володушки - поровну.

Готовить и принимать как № 590.

№603. Листья березы, цветки бессмертника, побеги плауна, листья вахты, трава золототысячника, трава крапивы, листья мяты перечной, корневище пырея, корневище цикория, трава чистотела, трава расторопши, плоды аниса, соцветия зубной - поровну.

Готовить и принимать как № 588.

№604. Корневище аира, цветки бессмертника, цветки пижмы, листья смородины черной, плоды укропа, трава чистотела, плоды шиповника, корневище борщевика, листья брусники, цветки липы, побеги туи, корень марены красильной - поровну.

Готовить И принимать как № 588.

Выбор фитосбора определяется выраженностью тех или иных клинических симптомов и сопутствующей патологией, а также индивидуальными особенностями больных. Лечение проводится длительными курсами (по 6-8 недель и более) с перерывами в 2-3 недели, во время которых можно применять один из фитосборов, рекомендуемых для лечения дискинезий желчныx путей, или использовать отдельные желчегонные растения (напары плодов шиповника, рябины обыкновенной, цветков бессмертника, травы зверобоя).

## **4.4 Хроническии гепатит**

Хронический гепатит (ХГ) - диффузное воспалительно-дистрофическое прогрессирующее или относительно стабильное поражение печени, длящееся не менее 6 месяцев. Возможна его трансформация в цирроз печени.

ХГ чаще всего является следствием перенесенного острого гепатита (болезни Боткина).

Основные формы ХГ - хронический персистирующий гепатит (ХПГ) и хронический активный гепатит (ХАГ). ХПГ клинически протекает доброкачественно, бессимптомно или со стертой симптоматикой. Отмечаются тяжесть и тупые боли в области правого подреберья, явления диспепсии, умеренный астеноневротический синдром. Печень увеличивается незначительно, ее функциональное состояние существенно не страдает.

ХАГ имеет прогрессирующее течение и высокую вероятность трансформации в цирроз печени. Его клинические проявления достаточно многообразны. Болевой и диспептический синдромы значительно выражены, развивается похудание, общая слабость, снижается работоспособность. При холестатическом варианте ХАГ отмечаются выраженная желтуха и кожный зуд. Печень увеличивается, становится плотной и болезненной. Ее функции существенно нарушаются.

Лечение ХГ комплексное - на фоне рационального режима труда и отдыха, диеты с исключением копченостей, острой, пряной, жирной И жареной пищи. В зависимости от формы и степени активности применяются препараты, улучшающие обмен печеночных клеток (гепатопротекторы), витамины, противовоспалительные и иммунодепрессивные средства. В лечении больных с ХАГ медикаментозная терапия является основной, лекарственные растения имеют вспомогательное значение. У больных ХПГ фитотерапия нередко является ведущей в течение длительного времени.

Для фитотерапии используются лекарственные растения с противовоспалительным, желчегонным, репаративным (стимулирующим регенерацию) свойствами. Растения с другими свойствами назначают в зависимости от клинических проявлений болезни. Наиболее эффективны такие фитосборы:

№605. Цветки бессмертника, листья вахты, трава зверобоя, листья мяты перечной, трава полыни обыкновенной, трава репешка, трава тысячелистника, плоды фенхеля, трава расторопши - поровну.

г измельченного в порошок сбора залить 250 мл кипятка, кипятить 3 минуты, настаивать в тепле 2 часа, процедить. Принимать в теплом виде по 1/4 стакана 4 раза в день после еды (можно добавлять мед).

№606. Корневище аира, цветки бессмертника, трава горца птичьего, трава зверобоя, кора крушины, трава лапчатки гусиной, листья мелиссы, плоды тмина, корневище цикория - поровну.

г измельченного в порошок сбора залить 250 мл кипятка, настаивать в термосе 8 часов, процедить. Принимать в теплом виде по 1/4 стакана 4 раза в день после еды (можно добавлять мед).

№607. Цветки барбариса, корневище валерианы, все растение земляники лесной, трава крапивы, трава тысячелистника, трава цикория, трава хвоща полевого - поровну.

Готовить и принимать как № 606.

№608. Листья березы, цветки василька синего, корневище девясила, листья мать-и-мачехи, корень одуванчика, листья подорожника, плоды шиповника, трава расторопши - поровну.

г сбора залить 300 мл кипятка, нагревать на водяной бане 15 минут, настаивать в тепле 2 часа, процедить. Принимать в теплом виде по 1/4-1/3 стакана 3-4 раза в день после еды.

№609. Трава горца птичьего, трава зверобоя, корень мыльнянки, цветки пижмы, цветки ромашки, трава тысячелистника, трава чистотела, трава шалфея, плоды шиповника - поровну.

Готовить и принимать как № 608.

№610. Цветки арники, листья березы, трава вербены, цветки календулы, кора крушины, трава репешка, плоды тмина, трава шандры, трава яснотки - поровну.

Готовить и принимать как № 606.

№611. Корневище аира, цветки бессмертника, верхушки стеблей волчеца кудрявого, листья мелиссы, солома овса, корневище пырея, плоды укропа, трава чистотела, трава ясменника - поровну.

Готовить и принимать как № 605.

№612. Трава буквицы, цветки василька синего, корневище гравилата, листья дрока красильного, трава золототысячника, цветки каштана конского, кукурузные рыльца, трава очанки, соплодия хмеля, плоды шиповника - поровну.

Готовить и принимать как № 606.

№613. Листья березы, корневище девясила, трава душицы , листья земляники, корневище калгана, трава крапивы, трава лапчатки гусиной, плоды можжевельника, листья мяты перечной, листья подорожника, лепестки цветков розы, трава шалфея - поровну.

Готовить и принимать как № 608.

№614. Трава буквицы, корневище валерианы, листья вахты, цветки календулы, цветки калины, листья мелиссы, корень одуванчика, плоды укропа, трава чистотела, плоды шиповника, листья ясеня, трава хвоща полевого, трава расторопши - поровну.

Готовить и принимать как № 608.

Фитотерапия ХГ длительная, причем В течение первого года непрерывная, со сменой сборов каждые 1,5-2 месяца. После первого года лечения при стабилизации процесса при ХПГ можно делать кратковременные перерывы на 2-3 недели каждые 3-4 месяца. Рекомендуемые сборы необходимо применять в полном составе. Фитотерапия ХАГ должна проводиться непрерывно.

## **4.5 Цирроз печени**

Цирроз печени (ЦП) - хроническое прогрессирующее заболевание, характеризующееся диффузным поражением органа, его функциональной недостаточностью и явлениями портальной гипертензии различной степени выраженности. Наиболее существенно то, что, в отличие от ХГ, при ЦП патологические изменения имеют необратимый характер. Его причинами могут быть хронический гепатит, хронический алкоголизм, нарушения проходимости крупных внутрипеченочных и внепеченочных желчных протоков, некоторые химические вещества, медикаменты, сердечная недостаточность, вызывающая длительный застой крови в венах печени, некоторые наследственные факторы.

Из классификации ЦП, которая используется в настоящее время, в практических целях целесообразно выделить активные (прогрессирующие) и неактивные формы, а также компенсированный и декомпенсированный варианты. Кроме того, необходимо учитывать клинические симптомы болезни.

Клинические симптомы при ЦП зависят от формы болезни. К ним относятся снижение аппетита, чувство вздутия живота, расстройства стула, тошнота, рвота, боли в животе, желтуха, общая слабость, повышенная утомляемость, снижение работоспособности. В большинстве случаев также увеличиваются в размерах и уплотняются печень и селезенка. Финал болезни нередко сопровождается накоплением жидкости в брюшной полости (асцитом).

Тактика лечения больных ЦП во многом такая же, как при ХГ. Основные усилия должны быть направлены на подавление иммунного воспаления и улучшение клеточного метаболизма. С целью иммунной коррекции используются иммуносупрессоры (глюкокортикоиды и цитостатики), а вторая задача решается с помощью гепатопротекторов.

Лекарственные растения, при меняемые для лечения ЦП, должны обладать такими же свойствами, как и для терапии ХГ. Кроме того, они могyт быть полезны в борьбе с иммунным воспалением. К растениям, оказывающим иммуномодулирующий эффект (иммуномодуляторам), относятся: девясил, вахта, чистотел, шалфей, репешок, расторопша, дягиль.

Для симптоматической терапии могут быть использованы такие виды действий лекарственных растений, как желчегонное, мочегонное, кровоостанавливающее, ветрогонное, вяжущее, седативное.

При активном ЦП фитотерапия играет вспомогательную роль, а в случаях неактивного и компенсированного цирроза может быть основной.

Для больных ЦП соблюдение диеты обязательно. Противопоказания в принципе такие же, как при ХГ. в то же время пища должна быть калорийной, с достаточным содержанием белков и витаминов.

Фитотерапия независимо от степени активности ЦП должна быть длительной и непрерывной. Используются многокомпонентные фитосборы:

№615. Корневище девясила, все растение земляники лесной, трава лапчатки гусиной, листья мяты перечной, корень одуванчика, плоды тмина, корневище цикория, трава чистотела, трава ясменника - поровну.

Готовить и принимать как № 605.

№616. Корневище аира, цветки барбариса, листья вахты, трава горца птичьего, цветки калины, трава крапивы, листья мелиссы, цветки ромашки, трава шалфея - поровну.

Готовить и принимать как № 608.

№617. Листья березы, трава вербены, трава зверобоя, цветки пижмы, трава репешка, цветки тысячелистника, плоды шиповника, трава хвоща полевого, корневище горца змеиного, корневище пырея - поровну.

Готовить и принимать как № 606.

№618. Цветки бессмертника, листья вахты, корневище калгана, трава крапивы, листья подорожника, цветки ромашки, трава тысячелистника, трава чистотела, плоды шиповника, трава расторопши, корневище дягиля - поровну.

Готовить и принимать как № 608.

Кроме указанных, при ЦП могут применяться фитосборы, рекомендованные для лечения ХГ. Тактика лечения ЦП (продолжительность курсов и перерывов между ними) такая же, как при ХГ.

## **4.6 Хронический панкреатит**

Панкреатит - острое или хроническое воспаление поджелудочной железы. Острый панкреатит является абсолютным показанием для госпитализации в хирургический стационар. Хронический панкреатит (ХП) встречается значительно чаще и лечится как стационарно (в периоды обострений), так и амбулаторно это в основном заболевание лиц среднего и пожилого возраста. Оно развивается постепенно под воздействием ряда неблагоприятных факторов. К ним относятся нерегyлярное питание, нарушения диеты (частое употребление жирной и острой пищи), злоупотребление алкоголем, заболевания желчевыводящей системы, желудка и кишечника.

ХП также может быть следствием перенесенного острого, хотя это случается сравнительно редко. В некоторых случаях ХП сопровождается функциональной недостаточностью поджелудочной железы, в результате чего развивается похудание, а также сахарный диабет.

Лечение ХП обычно направлено на профилактику обострений и борьбу с ними, купирование болей, коррекцию функционального состояния поджелудочной железы. Естественно, необходимо соблюдать диету, исключать жирную, жареную и острую пищу, крепкие бульоны, алкоголь. Питание должно быть дробным (5-6 раз в сутки), небольшими порциями.

Из лекарственных препаратов в периоды обострений назначают те, которые угнетают желудочную и панкреатическую секрецию, а также анальгетические, спазмолитические, антибактериальные средства. В фазе ремиссии и при недостаточности внешней секреции поджелудочной железы проводится заместительная терапия.

Лекарственные растения играют вспомогательную роль в лечении ХП. Они не могут быть использованы в качестве заместительной терапии или в качестве антиферментных средств. В то же время показано их применение как спазмолитиков, желчегонных, ветрогонных, уменьшающих явления диспепсии, повышающих аппетит и общую сопротивляемость организма. В определенной мере ХП лечат теми же растениями, что и заболевания желчного пузыря и печени. К ним относятся барбарис, береза, бессмертник, валериана, горец перечный, горец птичий, девясил, душица, зверобой, земляника лесная, золототысячник, календула, кориандр, крапива, лапчатка прямостоячая (калган), лопух, мята перечная, одуванчик, пастернак, подорожник, полынь горькая и обыкновенная, пустырник, репешок, ромашка аптечная, сушеница болотная, тмин, тысячелистник, укроп, фенхель, хвощ полевой, створки стручков фасоли, чистотел, шиповник, щавель конский, яснотка.

Рекомендуются фитосборы следующего состава:

№619. Листья березы, корневище валерианы, трава горца птичьего, трава зверобоя, цветки календулы, трава крапивы, трава мяты перечной, трава полыни обыкновенной, цветки ромашки - поровну.

г сбора залить 0,5 л кипятка, настаивать в термосе 8 часов, процедить. Принимать в теплом виде по 1/2 стакана 4 раза в день после еды и 1/2-1 стакан на ночь.

№620. Плоды барбариса, трава душицы, все растение земляники лесной, корень одуванчика, листья подорожника, трава репешка, плоды тмина, плоды шиповника, трава яснотки - поровну.

г измельченного в порошок сбора залить 300 мл холодной воды, настаивать 4 часа, довести до кипения и кипятить 5 минут, настаивать в тепле 2 часа, процедить. Принимать как № 619.

№621. Цветки бессмертника, корневище девясила, трава золототысячника, трава полыни горькой, трава тысячелистника, плоды укропа, трава чистотела, трава хвоща полевого, корень пастернака, трава сушеницы болотной, корень лопуха - поровну.

Готовить как № 620. Принимать как № 619.

№622. Листья березы, трава горца птичьего, трава зверобоя, цветки календулы, трава крапивы, листья мяты перечной, плоды фенхеля, плоды шиповника, трава пустырника, семена щавеля конского, трава горца перечного - поровну.

г измельченного в порошок сбора залить 0,5 л кипятка, кипятить 3 минуты в закрытой посуде, настаивать в тепле (термосе) 4 часа, процедить. Принимать в теплом виде по 1 стакану 4 раза в день после еды.

№623. Цветки бессмертника, корневище валерианы, трава душицы, листья земляники лесной, корневище калгана, листья подорожника, трава репешка, трава яснотки, трава хвоща полевого, плоды кориандра, створки стручков фасоли, трава сушеницы болотной - поровну.

Готовить и принимать как № 619.

№624. Корневище девясила, все растение земляниики лесной, трава крапивы, трава мяты перечной, корень одуванчика, цветки ромашки, трава тысячелистника, плоды укропа, трава чистотела, плоды кориандра, створки стручков фасоли - поровну.

Готовить как № 620. Принимать как № 619.

№625. Листья березы, корневище валерианы, трава душицы, цветки календулы, листья подорожника, трава репешка, плоды тмина, трава чистотела, плоды шиповника, трава яснотки, корневище щавеля конского, трава горца перечного - поровну. Готовить и принимать как № 622.

№626. Цветки бессмертника, трава горца птичьего, трава зверобоя, трава крапивы, корень одуванчика, трава полыни горькой, плоды фенхеля, трава чистотела, плоды шиповника, трава хвоща полевого, трава пустырника, корень лопуха - поровну. Готовить как № 620. Принимать как № 619.

Продолжительность курсов фитотерапии индивидуальна. При благоприятном течении болезни курсы в среднем 1,5-2 месяца с перерывами на 2-3 недели. Лекарственные сборы обязательно назначаются при обострениях или их угрозе. Некоторые больные нуждаются в непрерывной фитотерапии. В таких случаях смена сборов проводится каждые 2 месяца.

Показателями эффективности фитотерапии являются: нормализация стула, исчезновение или уменьшение интенсивности болей и метеоризма, улучшение аппетита.

# **Выводы**

Болезни органов пищеварения относятся к наиболее распространенным заболеваниям внутренних органов. По распространенности они занимают второе место после сердечнососудистой патологии и отличаются часто рецидивирующим течением.

Желудочно-кишечный тракт имеет сложное строение и выполняет множество взаимосвязанных функций. Часто под влиянием различных факторов в нем возникают функциональные нарушения двигательного, секреторного и экскреторного характера. Они сопровождаются изменениями аппетита, отрыжкой, изжогой, метеоризмом, болями по всему животу. При исследовании больного с такими жалобами врач часто не находит органической патологии. В этих случаях назначение фитопрепаратов с их мягким и широким действием является весьма целесообразным. Препараты из лекарственных растений нормализуют аппетит, улучшают процессы секреции и всасывания, благоприятно влияют на нервную и эндокринную системы, регулирующие процессы пищеварения.

В лечении больного человека необходимо разумное использование как медикаментозной химиотерапии, так и фитотерапии с обязательным включением лечебного питания. Разумное сочетание фармпрепаратов с лекарственными растениями - единственно возможная на сегодняшний день тактика возрождения фитотерапии.

Вещества растений более родственны человеческому организму по своей природе, они биодоступны, случаи индивидуальной непереносимости и осложнений редки.

Однако, не следует переоценивать значение и возможности фитотерапии там, где требуется интенсивная или радикальная терапия. Вот почему широкое ее применение показано в поликлинической практике и на санаторном этапе лечения.

Специфика действия лекарственных растений определяется как многообразием веществ, входящих в их состав, так и сложной системой взаимосвязи между ними и организмом, что проявляется так называемым «шрапнельным» эффектом, т.е. воздействием сразу на различные органы и системы организма.

Многообразие причин, вызывающих заболевания органов пищеварения требует как многогранности, так и мягкости терапевтического воздействия, что и свойственно фитотерапии.

Умелый подбор лекарственных растений позволяет оказывать комплексное воздействие на организм в целом, лечить не болезнь, а больного и достигать максимального эффекта при минимальных осложнениях.

Основные показания к фитотерапии при заболеваниях желудочно-кишечного тракта следующие:

· функциональные заболевания органов пищеварения (фунциональная неязвенная диспепсия, дисфункциональные расстройства билиарного тракта, синдром раздраженного кишечника и др.),

· долечивание после перенесенных острых и обострения хронических заболеваний органов пищеварения,

· профилактика возможных рецидивов болезни,

· восстановление нарушенных обменных процессов при стеатозах, постхолецистэктомическом синдроме и др.,

· с целью уменьшения побочного действия химиопрепаратов,

· при снижении общей реактивности организма в результате воздействия неблагоприятных экологических факторов,

· нормализация функции вегетативной нервной системы, осуществляющей регуляцию деятельности основных отделов желудочно-кишечного тракта.

Ограничения и противопоказания:

o индивидуальная непереносимость,

o острые угрожающие жизни состояния и заболевания, требующие неотложной терапии, беременность, грудное вскармливание новорожденного.

Правила применения:

q никогда не следует начинать лечение с сильнодействующих растений,

q лучше использовать растения в натуральном виде, чтобы комплекс биологически активных веществ переходил в препарат в малоизмененном состоянии;

q не рекомендуется прописывать сложные многокомпонентные рецепты, хотя и нет обоснованных рекомендаций относительно количественного состава фитосборов;

q фитотерапия требует продолжительного применения (как минимум три- четыре недели).

Неэффективность фитотерапевтического лечения во многом вызвана несоблюдением именно последнего требования.

Как следует из нашей повседневной практики, заболевания желудка в основном наступают в результате превалирования факторов агрессии над факторами защиты слизистой. Есть растения, слизистые вещества которых предохраняют слизистую оболочку желудка от раздражающих факторов. Покрывая воспаленную поверхность, они препятствуют теплоотдаче, действуют как согревающий компресс и тем самым улучшают микроциркуляцию крови и лимфы. Уменьшается боль, снимаются спазмы, абсорбируется желчь и создаются нормальные условия для работы желудка. Из большого числа растений, обладающих этими свойствами, чаще используются в практике врача такие лекарственные растения как подорожник большой, ромашка аптечная, лен посевной, кипрей узколистный.

В лечебной практике используются также растения с преимущественно противовоспалительными свойствами, обусловленными наличием в растениях дубильных веществ. Последние способны образовывать на поверхности слизистой оболочки пленку из денатурированных белков слизи, тем самым выполняя защитную роль, уменьшая воспалительный процесс. Это аир болотный, зверобой продырявленный, календула лекарственная, плоды черники, черемухи, семена льна посевного, тысячелистник обыкновенный, чистотел большой и др.

Среди лекарственных растений, известных своими репаративными свойствами, в первую очередь, следует выделить корень солодки голой, цветы календулы лекарственной, масло облепихи, шиповника майского и др.

При сниженной кислотообразующей функции желудка используются лекарственные растения, стимулирующие желудочную секрецию. Это подорожник большой, пижма обыкновенная, полынь горькая, арония черноплодная, цикорий обыкновенный, одуванчик лекарственный и др.

В патогенезе многих заболеваний, в том числе и органов пищеварения, лежит нарушение перекисного окисления липидов (язвенная болезнь, неспецифический язвенный колит, панкреатит и др). Поэтому весьма показано применение растений с выраженными антиоксидантными свойствами - цветков таволги вязолистной, хвоща полевого, душицы обыкновенной и др.

При снижении внешнесекреторной функции поджелудочной железы, наряду с ферментной терапией допустимо одновременное использование фитопрепаратов, стимулирующих работу поджелудочной железы и улучшающих отток ее секрета. К таким лекарственным растениям относятся дягиль лекарственный, донник лекарственный, душица обыкновенная, одуванчик лекарственный, цикорий обыкновенный и др.

Часто психоэмоциональные воздействия, нерациональное питание приводят к нарушению слаженной работы органов пищеварения, изменяя их секреторную и двигательную функции. Посильную помощь в их нормализации могут оказать горечи.

Они стимулируют деятельность пищеварительных желез и улучшают функцию пищеварения в целом. К ним относятся корень аира болотного, трава полыни горькой, тысячелистника обыкновенного, одуванчика лекарственного, цикория обыкновенного, пустырника и др. Кроме того, с целью нормализации нейрогуморальной регуляции органов пищеварения полезно использовать отвар корня левзеи сафлоровидной утром и настой пустырника перед сном.

Нарушения процессов образования и выделения желчи - довольно частая патология среди гастроэнтерологических больных. Лекарственные растения могут улучшать как коллоидные свойства желчи, увеличивая содержание желчных кислот, так и усиливать выделение желчи при ее застое, снимать спазм сфинктера Одди. Они эффективны в профилактике желчекаменной болезни и при дисфункциональных нарушениях в билиарной системе. Лекарственных растений с такими свойствами много, подбор их индивидуален и зависит от сопутствующей патологии. Мы рекомендуем пациентам плоды шиповника, листья березы повислой, крапивы, шишко-ягоды можжевельника, цветки календулы лекарственной, тысячелистника обыкновенного, таволги вязолистной, листья и плоды брусники обыкновенной и др.

В ряде случаев возникает необходимость в применении слабительных средств. Этими свойствами обладают растения, содержащие антрогликозиды. Это корни ревеня тангутского, щавеля конского, кора крушины, лист сенны, лист алоэ и др. Они действуют мягко, не нарушая процессов пищеварения и всасывания в кишечнике. Эффект их наступает через 8-10 часов после приема. Слабительными свойствами обладают также растения, набухающие в толстом кишечнике и усиливающие перистальтический рефлекс, размягчающие густые фекальные массы, способствуя продвижению содержимого кишечника. К ним относятся морская капуста, семена льна посевного и др. Семена льна посевного содержат гликозид лимарин, обладающий прокинетическими свойствами и усиливающий перистальтику кишечника.

Большое значение в нормализации обменных процессов в организме, в работе печени имеет достаточное поступление микронутриентов (витаминов, микро- и макроэлементов, пищевых волокон и других биологически активных веществ). Здесь также помогают растения, богатые перечисленными составляющими. Фитоисточники могут быть как лекарственными, так и пищевыми. Вот почему в сохранении здоровья человека важное место занимает лечебное питание.

Диетическое питание предусматривает предварительную кулинарную обработку продуктов (варка, тушение), исключение острых, пряных и раздражающих слизистую оболочку желудочно-кишечного тракта веществ с целью химического и механического щажения органов пищеварения. Лечебное питание требует также обогащения пищи витаминами и другими микронутриентами, введение в рацион продуктов, богатых ими.

Растительные продукты, содержащие витамины, минеральные вещества, являются неферментными антиоксидантами, купируют оксидный стресс при заболеваниях, протекающих с активацией перекисного окисления липидов и, таким образом, являются незаменимыми компонентами патогенетической терапии многих заболеваний, в том числе и органов пищеварения.

Итак, основа здорового питания заложена в употреблении свежих фруктов, овощей, зелени, каш, цельных зерен или их отваров.

Большое значение в питании больных гастроэнтерологического профиля имеет употребление пищи, богатой пищевыми волокнами (ПВ). Существует 6 основных типов ПВ: целлюлоза (клетчатка), гемицеллюлоза, пектиновые вещества, камеди, слизи, лигнин. Все они являются природными адсорбентами.

Пищевые волокна оказывают ингибирующее влияние на кислотность желудочного сока, его протеолитическую активность. Отмечается достоверное снижение рецидивов дуоденальной язвы в группе больных, получавших диету, обогащенную ПВ.

Повышенное газообразование в кишечнике со всеми его неприятными последствиями также часто связано с ограниченным употреблением ПВ.

В многочисленных экспериментальных исследованиях доказана способность ПВ снижать концентрацию холестерина в желчи и предотвращать образование холестериновых желчных камней.

Известно благоприятное действие ПВ при запорах, которые часто возникают при употреблении рафинированной, т.е. лишенной ПВ пищи. ПВ не только адсорбируют воду и увеличивают общее количество бактерий - симбионтов в кишечнике, но и изменяют миоэлектрическую активность кишечника, приводя в равновесие пропульсивные и тонические сокращения мускулатуры тонкого и толстого кишечника.

Таким образом, среди множества лекарственных растений можно и нужно подобрать те, которые будут эффективны именно у этого больного. Безусловно, это требует знания врачом основ рациональной фитотерапии, а также взаимопонимания и сотрудничества с больным, его доверия к врачу.

Все растения могут быть и лекарствами и ядами, все зависит от дозы, времени приема и состояния больного на момент приема препарата. Ядовитые вещества могут содержаться как во всем растении, так и в отдельных его частях. Осложнения при проведении фитотерапии хотя и более редки, чем при медикаментозной, но они есть и об этом следует помнить врачу и предупредить больного. Бесконтрольный прием фитопрепаратов опасен. Так, при длительном приеме полыни могут быть судороги, галлюцинации, психические расстройства; хвоща полевого - раздражение паренхимы почек. Хмель при передозировке может вызвать тошноту, рвоту, боли в животе; тысячелистник - головокружение, кожные сыпи; зверобой продырявленный - повышение артериального давления и нарушение половой потенции и т.д.

Врач-гастроэнтеролог в своей клинической практике должен использовать возможности сочетанного применения химиопрепаратов и средств растительного происхождения, повышая эффективность терапии больных с заболеваниями органов пищеварения, уменьшая побочные явления от длительной химиотерапии и в то же время учитывая возможные осложнения фитосредств.

# **Список использованной литературы**

1. Биологически активные вещества лекарственных растений/Георгиевский В. П., Комиссаренко II. Ф., Дмитрук С. Е.- Новосибирск: Наука, Сиб, отделение, 1990,- 333 с.

2. Виноградова Т. А., Гажёв Б. Н. и др. Практическая фитотерапия/М.: «ОЛМА-ПРЕСС»; СПб.: Издательский Дом «Нева», «Валери СПД», 1998.- 640 с.

3. Копейка В. И. Семейный справочник лекарственных растений. - Донецк: ООО «ПКФ «БАО», 2009. - 224 с

. Мазнев Н. И. Энциклопедия лекарственных растений. 3-е изд., испр. и доп. - М.: Мартин 2004. - 496 с.

. Мамчур Ф. И. Справочник по фитотерапии.- Киев, 1996.

. Муравьева Д.А., Самылина И.А., Яковлев Г.П. Фармакогнозия: Учебник. 4-е изд., перераб. и доп. - М.: Медицина, 2002. - 656 с.

. Перевозченко И. И. Лекарственные растения в современной медицине.- К.: О-во «Знание» УССР, 1990. - 48 с.

. Попов В. И. и др. Лекарственные растения /В. И. Попов, Д. К, Шапиро, И. К. Данусевич.- 2-е изд. перераб. и доп.-Мн.: Полымя, 1990.- 304 с.

. Тихонов В.Н., Калинкина Г.И., Сальникова E.H., Под редакцией профессора Дмитрука С.Е. Лекарственные растения, сырье и фитопрепараты / Учебное пособие. Часть I. Томск, 2004. - 116 с.

10. Тихонов В.Н., Калинкина Г.И., Сальникова E.H., Под редакцией профессора Дмитрука С.Е. Лекарственные растения, сырье и фитопрепараты / Учебное пособие. Часть II. Томск, 2004. - 148 с

11. Универсальная энциклопедия лекарственных растений /Сост. И. Путырский, В. Прохоров.- Мн.: Книжный Дом; М: Махаон, 2000. - 656 с.