**Фитотерапия при аллергодерматозах**

Т. Л. КИСЕЛЕВА, д.ф.н, А. А.КАРПЕЕВ, к.м.н, Е.В. ЦВЕТАЕВА, к.б.н, А. СМИРНОВА, Федеральный научный клинико-экспериментальный центр традиционных методов диагностики и лечения Росздрава

Среди многочисленных причин увеличения заболеваемости населения особую тревогу вызывает загрязнение внутренней среды организма человека различными веществами. К таким веществам можно отнести лекарственные препараты, стимуляторы роста растений и животных, удобрения, пестициды, многочисленные красители и консерванты и т.д. Интенсивное поступление чужеродных элементов в организм создает опасность увеличения количества как острых, так и вялотекущих форм отравлений, влечет за собой существенное ослабление иммунных и других адаптационно-приспособительных механизмов и сопровождается развитием различных аллергических реакций, в частности кожных проявлений — аллергодерматозов.

Подобные недомогания в той или иной форме испытывал в своей жизни, наверное, каждый человек. Однако за медицинской помощью в этом случае пациент или вообще не обращался (по принципу «само пройдет»), или же применял симптоматические средства — например, мази для лечения экземы или кожных высыпаний. А ведь терапия таких заболеваний (точнее — состояний организма) сложный и долговременный процесс, не исключающий рецидивов болезни.

Сложность лечения аллергических состояний состоит в ограничении применения фармакотерапевтических средств синтетического происхождения, поскольку в большинстве случаев они не только ухудшают течение заболевания, но и способствуют возникновению разнообразных «лекарственных» синдромов. В такой ситуации на помощь приходят лекарственные средства растительного происхождения. Их выраженная фармакологическая активность объясняется природным сочетанием биологически активных веществ, содержащихся в растениях. Эти вещества действуют не только на основные звенья болезни, но и способствуют регуляции всех функциональных систем и повышают адаптивные возможности организма в целом. Фитотерапия кожных заболеваний достаточно длительна и не дает такого быстрого симптоматического улучшения состояния, как при использовании гормональных мазей или антибиотиков. Но систематическое применение целебных растений позволяет существенно удлинить периоды ремиссии, предупредить развитие обострений заболевания, а во многих случаях — добиться практически полного излечения.

**Детоксикационная терапия**

Одним из важных моментов, определяющих тяжесть и длительность течения аллергодерматозов, является синдром внутренней интоксикации. Поэтому акцентировать лечение следует не на вторичных кожных проявлениях, а на мероприятиях, повышающих устойчивость организма и его способность к обезвреживанию и выведению вредных веществ.

Поэтому в первую очередь, учитывая частое сочетание аллергодерматозов с выраженными психологическими и нервно-психическими нарушениями (состояниями беспокойства, дискомфорта в связи с появлением зуда и неэстетично выглядящей кожи, неврозами), необходимо назначение лекарственных средств, нормализующих вегетативную функцию организма и оказывающих седативное действие. И все дальнейшее лечение желательно проводить на фоне успокаивающей терапии. Наиболее простым и удобным средством является валериана лекарственная. Применять ее можно в виде настоя или настойки из корневищ с корнями, обладающих седативным и мягким сомнолентным (улучшающим засыпание) средством. Седативный эффект валерианы проявляется медленно, но достаточно стабилен. При сочетании невротических состояний с вегетативными расстройствами сердечнососудистой системы можно рекомендовать использование настоя травы пустырника.

Одновременно назначаются поливитаминные лекарственные растения. Витамины обладают исключительно высокой биологической активностью и требуются организму в небольших количествах. Физиологическая потребность человека во многих из них вполне удовлетворяется при использовании таких растений, как шиповник, рябина, смородина, поливитаминных сборов и др. Все они благотворно влияют на организм в целом, способствуют нормализации иммунного статуса, повышению устойчивости организма человека к действию болезнетворных и вредных экологических факторов. Конечно, следует обратить внимание и на рациональное питание.

Следующим важным этапом детоксикации организма является очищение кишечника. К выраженной кишечной аутоинтоксикации могут приводить неправильное питание и запоры, которые вызывают в толстом кишечнике процессы гниения и брожения, образование каловых камней и рост патогенной микрофлоры. Растительные слабительные средства, такие как листья сенны, кора крушины, плоды жостера слабительного, листья алоэ древовидного, корни ревеня, семена льна посевного, слоевища ламинарии и др., позволяют уменьшить всасывание и ускорить выведение каловых масс. Для более полного очищения кишечника лучше добавить энтеросорбенты (активированный уголь и др.), обеспечивающие адсорбцию ксенобиотиков — аллергенов, а также продуктов метаболизма эндогенного генеза. Однако для нормализации деятельности желудочно-кишечного тракта применение только препаратов на основе лекарственных растений может оказаться недостаточным. В большинстве случаев при выраженном дисбактериозе, особенно у детей, требуется назначение тех или иных пробиотиков, прежде всего на основе живых лакто- и бифидобактерий.

С учетом важной роли печени в поддержании постоянства внутренней среды организма целесообразно назначение желчегонных и гепатопротекторных препаратов. Традиционным желчегонным средством остается настой цветков бессмертника песчаного, при приеме которого наблюдается как холеретический (усиление образования желчи), так и холекинетический (ускорение выделения желчи из желчного пузыря в кишечник) эффекты. Препараты бессмертника обладают также противовоспалительным, спазмолитическим и гепатопро-текторным действием. Наряду с бессмертником, можно использовать кукурузные рыльца, а также различные желчегонные сборы, выпускаемые фармацевтической промышленностью.

Почки также обеспечивают выведение продуктов обмена веществ. Для активизации почечной экскреции следует назначить нефропротекторные и мочегонные фитопрепараты. Растительные диуретики в большинстве своем являются так называемыми водными диуретиками, т.к. механизм их действия связан с повышением клубочковой фильтрации и образованием первичной мочи. Соответственно, такое «промывание» ускоряет выведение из организма и многих токсических веществ (эндо- и экзотоксинов). К детоксирующим относятся препараты из таких растений, как береза (почки и листья), почечный чай (трава), петрушка кудрявая (трава, корни). Здесь же можно применить популярную в народной медицине «арбузную» терапию промыванием: мякоть плода обладает выраженным мочегонным действием, способствуя форсированному выведению из организма жидкости и солей.

В заключение курса детоксикационных мероприятий хотелось бы порекомендовать назначение лекарственных растений, обладающих адаптогенной активностью, таких как элеутерококк, левзея, родиола розовая. Чтобы свести к минимуму риск возникновения побочных явлений при использовании фитопрепаратов, следует исключить некоторые растительные компоненты при их индивидуальной непереносимости. А на фоне ряда хронических заболеваний отдельные виды растительных средств вообще противопоказаны: так, при гипертонической болезни — адаптогены, при склонности к диарее — слабительные средства и т.д.

**Наружное применение лекарственных растений**

Что касается внешних кожных проявлений, то понятно, что лечить их отдельно, не уделяя внимания общему состоянию организма, практически бесполезно. Можно добиться лишь временного улучшения состояния, т.е. более или менее продолжительной ремиссии. Однако некоторые заболевания кожи, такие как мокнущая экзема, доставляют серьезный дискомфорт. И в этой ситуации тоже можно обратиться к фитотерапии.

По мнению авторитетных врачей, основное правило лечения острой мокнущей экземы — «влажное на мокрое». Совершенно бесполезно пытаться применять при мокнущей экземе порошки, пасты или даже мази. Следует использовать влажные компрессы или, правильнее сказать, влажные обертывания до тех пор, пока не исчезнут мокнутие и острое воспаление, после чего можно переходить на пасты, а затем на мази. Безразлично при этом, какой вид дерматита или экземы имеет место. Для обертывания хорошо использовать несколько слоев рыхлого, хорошо всасывающего материала (льняное полотенце, марля), и ни в коем случае поверх обертывания нельзя накладывать непромокаемый материал (от этого зависит успех лечения). Процедуру проводят 3 раза в день на 1—2 часа. Для влажных компрессов лучше использовать настои и отвары из лекарственных растений, содержащих преимущественно две группы действующих веществ: дубильные и слизистые вещества. Одним из самых известных и самых удачных средств является отвар из коры дуба; народная медицина дает рекомендации и по использованию травы зверобоя. Дубильные вещества определяют их дубящее, противовоспалительное, местное кровоостанавливающее и подсушивающее действие. Отвар коры дуба лучше переносится, и аллергические реакции при его применении практически никогда не возникают. Если экзема имеет большую поверхность, можно применять местные или общие ванны с дубовым отваром.

Благодаря обволакивающим, смягчающим и противовоспалительным свойствам при кожных заболеваниях применяются слизистые отвары из семян льна, листьев мальвы лесной, корней лопуха и др.

Настой цветков ромашки аптечной тоже можно использовать для обертываний или для местных ванночек при мокнущей экземе, хотя по эффективности он уступает извлечению из коры дуба. Ромашка активирует грануляцию, что в принципе важно для заживления ран. Но как раз этим и объясняется некоторое раздражающее действие ромашки при мокнутии кожи. Кроме того, ромашка сама по себе гораздо чаще вызывает аллергические реакции, чем кора дуба или богатые слизью растения. Для уменьшения зуда, воспаления и отечности лечение можно дополнить компрессами с настоями и отварами из травы череды, листьев березы (чередуются с основными — дубящего действия). Череда является самым известным в народной медицине противоаллергическим растением, ее настои употребляют не только наружно, но и внутрь. Единственным ограничением к ее применению служит иногда возникающая аллергическая реакция на это растение. В результате применения комплекса лекарственных растений ускоряется адсорбция ксенобиотиков и аллергенов, активируются естественные механизмы биотрансформации чужеродных веществ и ускоряется их выведение из организма. Это способствует поддержанию и восстановлению активности механизмов детоксикации и десенсибилизации, сохранению чистоты внутренней среды организма и оптимизации адаптивных реакций. Таким образом, достигается не только уменьшение или полное исчезновение кожных проявлений (зуда, мокнутия и т.п.), но и улучшается общее состояние и самочувствие больных. Использование неспецифической детоксикации и десенсибилизации организма при аллергодерматозах, сочетание достижений современной медицины и традиционного метода очищения организма позволяют повысить эффективность терапии этого заболевания, а также предупредить развитие обострений и осложнений аллергодерматозов.

**Список литературы**

Журнал «Российский аптеки» № 8, 2006.