

ТРАВЫ

ПОМОГУТ ПОХУДЕТЬ

И ВЫЛЕЧИТЬ ВАШИ ЗАБОЛЕВАНИЯ



Олеся Живайкина

Диета на травах

*Публикуется с разрешения правообладателя: Литературного агентства «Научная книга»
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=167985
Научная книга;*

Аннотация

Несмотря на бурное развитие химии и создание новых высокоэффективных синтезированных лекарственных препаратов, лекарственные растения продолжают занимать видное место в арсенале лечебных средств. Особенно часто их используют в домашних условиях.

Эта книга предназначена для широкого круга читателей, которые интересуются целебными растениями и возможностями их применения в быту.

Содержание

ВВЕДЕНИЕ	4
Часть I Лекарственные Растения	7
Глава 1. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ О ПРАВИЛАХ ЗАГОТОВКИ И ХРАНЕНИЯ СЫРЬЯ И ЛЕЧЕБНОМ ДЕЙСТВИИ РАСТЕНИЙ	7
Сбор лекарственных растений	7
Календарь сбора лекарственных растений	10
Сушка сырья	16
Хранение	18
ГЛАВА 2. СПОСОБЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ И ПРИМЕНЕНИЯ ПРЕПАРАТОВ В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ	24
Настои	24
Отвары	25
Настойки	25
Порошки	25
Мази	26
Чай и сборы	26
Соки	26
Часть II Применение лекарственных средств при различных заболеваниях	28
ГЛАВА 1. ГИНЕКОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ	29
Общие сведения	29
История фитотерапии в лечении гинекологических заболеваний	31
Бесплодие	34
Воспалительные заболевания женской половой сферы	39
Опухолевые заболевания матки	43
Регуляция менструального цикла	46
ГЛАВА 2. ЗАБОЛЕВАНИЯ ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНОГО ТРАКТА	47
Гастрит	47
Конец ознакомительного фрагмента.	51

ДИЕТА НА ТРАВАХ

ВВЕДЕНИЕ

Несмотря на бурное развитие химии и создание новых высокоэффективных синтезированных лекарственных препаратов, лекарственные растения продолжают занимать видное место в арсенале лечебных средств. Особенно часто их используют в домашних условиях. Эта книга предназначена для широкого круга читателей, которые интересуются целебными растениями и возможностями их применения в быту.

Использование растений для лечения болезней и укрепления здоровья началось в глубокой древности. Еще первобытные люди пользовались дарами «лесной аптеки» – природы. Сведения о целебных свойствах передавались из поколения в поколение.

О том, как использовались эти растения людьми, свидетельствуют упоминания в древних легендах, мифах, сказаниях. С появлением письменности сведения о полезных растениях стали фиксироваться, что значительно расширило сферу их применения.

Особенно широко лечение травами было распространено в Греции, Риме, Египте, Палестине, Китае и Индии. Много интересных сведений по лечебному употреблению растений собрано древними мыслителями и врачами Плинием, Галеном, Гиппократом и др.

В Средние века значение лекарственных растений возросло еще больше. Выдающийся персидский ученый Абу али Ибн Сина (Авиценна), живший в то время, в своей знаменитой книге «Канон врачебной науки» приводит сведения почти о 900 лекарственных растениях.

Лечебные травы были популярны и у предков славян, населявших территорию европейской части нашей страны. С принятием христианства и появлением монастырей использование лекарственных растений значительно расширилось.

Монахи, пользуясь сведениями из греческих травников, употребляли не только сушеные травы, но и местные растения. Тем не менее в течение нескольких столетий в России многие лекари пользовались главным образом сведениями, почерпнутыми из переведенных европейских средневековых травников, и лишь в XVI в. стали появляться русские рукописные травники, в которых описывались некоторые растения отечественной флоры.

Первый русский «Травник» был издан в 1588 г. Создание в середине XVIII в. Аптекарского приказа привело к значительному расширению употребления лекарственных растений.

Началось изучение не только местных, но и произрастающих во вновь осваиваемых землях Сибири растений. Стали закладывать «аптекарские огороды», в которых специально выращивали лекарственные растения. При царе Петре I такие огороды были созданы при военных госпиталях во всех крупных городах.

В Астрахани и Лубнах появились большие плантации лекарственных растений. Одновременно стали заготавливать больше дикорастущих растений, что позволило отказаться от ввоза некоторых дорогостоящих лечебных растений из других стран.

С конца XVIII в. изучением лекарственных растений отечественной флоры занялись ботаники и врачи. Собранные и проверенные врачами сведения из народной медицины позволили обогатить арсенал лечебных средств ценными растениями, многие из них не утратили своего значения до настоящего времени.

Тем не менее применение лекарственных растений в научной медицине в дореволюционной России было ограниченным.

Бурное развитие лекарственного растениеводства, широкие поиски новых растений и всестороннее их изучение началось после революции. Большое значение для развития научно-исследовательской работы в области изучения лекарственных растений и создания

лечебных препаратов из них имела организация Всесоюзного научно-исследовательского института лекарственных растений (ВИЛРа). Это произошло в 1931 г.

Многочисленные экспедиции, организованные институтом в поисках лекарственных растений и по определению их естественных запасов, изучение биологии и введение в культуру многих из этих растений, проводимое в лабораториях института и на его зональных станциях в различных районах страны, – все это позволило вооружить медицину новыми средствами борьбы с различными заболеваниями.

Ботаническое, фармакологическое, токсикологическое изучение растений и препаратов из них до сих пор проводится на кафедрах фармацевтических и медицинских университетов, в специальных лабораториях.

Во многих семьях имеются домашние аптечки, содержащие медикаменты и лекарства, необходимые для оказания первой доврачебной помощи при различных несчастных случаях и некоторых острых заболеваниях, а также препараты, которыми продолжительное время пользуются по рекомендации врача люди, страдающие хроническими заболеваниями. Среди таких препаратов нередко находятся средства растительного происхождения и растения, из которых в домашних условиях готовят лекарства. Причем многие растения, будучи высушенными, сохраняют свои лекарственные свойства в течение нескольких месяцев и лет, что позволяет иметь при необходимости более или менее значительный их запас.

Растения, включенные в *Государственную фармакопею* – специальное издание, которое является обязательным руководством для всех аптек, называются *официальными*, т. е. аптечными.

Лекарственные растения, которые не вошли в фармакопею, называют неофициальными, хотя они при определенных условиях могут использоваться во врачебной практике. В связи с появлением более эффективных средств часть ранее применявшихся врачами растений аналогичного действия утрачивает свое лекарственное значение и в научной медицине применение их прекращается.

Наряду с этим идет процесс пополнения арсенала научной медицины растениями, заимствованными из народной медицины, и «новыми» растениями, о лечебном применении которых ранее не было известно.

Прежде чем ввести растение во врачебную практику, проводят ряд специальных предварительных исследований.

Изучают их химический состав, затем фармакологические эффекты исследуют в экспериментах на животных. В случае экспериментального выявления целебных свойств полученные химиками и фармакологами препараты в соответствии с характером проявляемого ими физиологического действия испытываются на здоровых и больных людях в безопасных терапевтических дозах.

Только в случае выявления ценных целебных свойств, подтвержденных клиническими испытаниями, Фармакологический комитет Министерства здравоохранения может разрешить применение нового препарата в медицинской практике.

Таким образом, весь путь нового лекарственного растения или препаратов из него от стола экспериментатора до широкой апробации в клинических условиях позволяет всесторонне оценить их лечебные качества и ограждает научную медицину от недостаточно эффективных или обладающих вредным побочным действием лекарственных средств.

Популярность лекарственных растений очень велика, а применение их не ограничивается официальными видами. Среди неофициальных растений, потребляемых в народе, есть немало таких, целебные свойства которых научно подтверждены, использование их для лечения безопасно и возможно в домашних условиях.

Эти растения наряду с употребляемыми в научной медицине люди нередко собирают сами. Если они опознаны по ботаническим признакам, своевременно собраны те части, кото-

рые содержат достаточное количество лекарственных веществ, правильно проведена сушка, их можно использовать.

Не следует употреблять лекарственные растения, равно как и другие лечебные средства, по совету несведущих знахарей, которые не могут правильно установить причину заболевания, определить индивидуальные особенности больного и т. п. Это может не только затянуть выздоровление, но и привести к значительному ухудшению здоровья пациента.

Как правило, такие лекари не имеют специальной подготовки, мало знакомы с химическим составом растений и механизмами их действия на организм человека, что усугубляет возможные вредные последствия рекомендуемого ими лечения.

Иногда они назначают растения, обладающие лекарственными свойствами и одновременно ядовитыми, что при незначительной передозировке приготовленных из них снадобий может привести к отравлению или вызвать обострение болезни.

Такая же опасность таится и в некоторых рекомендациях народной медицины, если пользоваться ими без врачебного контроля.

Только врач может точно диагностировать болезнь, оценить ее развитие и течение, назначить необходимое лечение. Поэтому и лекарственные растения следует принимать лишь после консультации с лечащим врачом или по его совету.

Часть I Лекарственные Растения



Глава 1. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ О ПРАВИЛАХ ЗАГОТОВКИ И ХРАНЕНИЯ СЫРЬЯ И ЛЕЧЕБНОМ ДЕЙСТВИИ РАСТЕНИЙ

Сбор лекарственных растений

Перед тем как приступить к сбору лекарственных растений, необходимо ознакомиться с ними и, конечно же, научиться отличать полезные целебные растения от похожих на них малоценных или даже ядовитых видов. Особенно важно правильно определить время сбора растений, поскольку оно зависит от местных метеорологических и почвенных условий и может быть неодинаковым для разных районов страны. На практике сроки сбора уточняются по внешним признакам, установленным в основном опытным путем с учетом того, что в данный момент процент содержания лекарственных веществ в растениях должен быть самым высоким. Ниже будет приведен календарь сбора лекарственных растений.

У одних видов растений лекарственные вещества накапливаются в почках, листьях или стеблях, у других – в плодах или цветках, у третьих – в коре или корнях. Причем количество их в различные фазы вегетации растения не остается постоянным, а порой колеблется даже в течение дня. Поэтому обычно собирают лишь те части растений, которые содержат наибольшее количество лечебных веществ. При преждевременном или запоздалом сборе могут быть заготовлены растения с пониженным содержанием активных лечебных веществ, их ценность будет незначительной. Собранные растения или отдельные их органы, предназначенные для медицинского использования, называют лекарственным сырьем. Различают несколько основных групп лекарственного растительного сырья.

Корневища, клубни, корни

Корневища – похожие на корни части растения, представляющие собой видоизмененные подземные побеги. На них заметны узлы с недоразвитыми листьями в виде пленчатых чешуек. Корневища бывают бурого, белого или желтого цвета, имеют разнообразную длину, толщину и форму, от них отходят придаточные корни.

В отличие от корневищ *корни* не несут следов листьев. Кроме того, они отличаются по внутреннему строению. По форме корень может быть мочковатым (главный корень не выражен, а от корневой шейки отходят многочисленные придаточные корни) и стержневым (хорошо выражен главный и меньше – отходящие от него боковые корни).

Клубни являются расширенным и видоизмененным подземным побегом, в котором откладываются запасные питательные вещества. Собирают корни, клубни и корневища после увядания надземных частей осенью или ранней весной. Однако в это время растения трудно распознать, и поэтому практически нередко приходится собирать подземные части несколько раньше, т. е. осенью во время увядания надземных частей. Корни и корневища выкапывают лопатами на расстоянии 10-15 см от стебля растения. Затем их отряхивают от почвы, укладывают в плетеную корзину или сито и промывают под проточной водой. Остатки почвы, букашки, мелкие камушки уносятся водой из корзины.

Промывать корни горячей водой нельзя, а корни некоторых растений нельзя мыть даже в холодной воде, так как при этом вымываются некоторые действующие вещества (например, сапонины) или разбухают содержащиеся в них слизистые вещества и сырье темнеет. Такие корни, выкопав, очищают от земли и снимают ножом верхнюю кожицу.

После промывки корни и корневища раскладывают для подсыхания тонким слоем на траве, мешковине или бумаге (только не на газетах). От подсушенных корней отрезают надземные части растения и при необходимости очищают их от тонких боковых корешков. Мелкие корни сушат целиком, а крупные корневища и корни перед сушкой разрезают вдоль и поперек на мелкие части.

Почки

В качестве лекарственного сырья используют почки нескольких видов растений (сосны, березы, черной смородины, тополя).

Собирать их следует в момент максимального накопления действующих веществ. Этот период предшествует появлению зеленых листочков и характеризуется сильным набуханием почек.

Распустившиеся почки лекарственной ценности не представляют. Собранные почки рыхло укладывают в корзину.

Кора

Снимают кору в период усиленного весеннего сокодвижения, когда, как говорят, «дерево в соку». Она в это время легко отделяется и более богата действующими веществами. Для лечебных целей лучше собирать кору с молодых стволов и с 1-2-летних ветвей. Кора старых стволов и ветвей имеет значительный слой пробковой ткани и меньше лекарственных веществ. При заготовке ее не следует состругивать, так как при этом остаются куски древесины, снижающие ценность сырья.

Обычно пользуются следующим способом: острым ножом делают 2 или несколько поперечных или полукольцевых надрезов коры на расстоянии 25-30 см друг от друга и соединяют их тремя продольными надрезами. Затем полосы отслаивают руками в направлении нижнего поперечного надреза и, не доведя до него, оставляют на ветке для провяливания. Провяленная кора легко снимается, и лентообразные куски ее сворачивают в виде желобков и трубок. Не следует собирать кору с веток, пораженных лишайником или имеющих наросты.

Листья

Сбор листьев ведут в период бутонизации и цветения растений. Лишь листья отдельных растений собирают в период плодоношения. Делают это в сухую погоду, обрывая листья руками сверху вниз или надрезая ногтем черешки у основания листовой пластинки. Обычно собирают развитые прикорневые, нижние и средние стеблевые листья. У некоторых видов предварительно срезают облиственные побеги.

Собранное сырье очищают от органических примесей, черешков, частиц стеблей, цветков, пожелтевших, изъеденных насекомыми, покрытых ржавчиной и случайно попавших с других растений листьев.

Цветки

В медицине так называют не только одиночные цветки или целые соцветия, но и отдельные части цветка (лепестки, венчики и др.). С травянистых растений их обычно срывают руками вместе с короткой цветоножкой. При сборе цветков с древесных пород пользуются палкой с крючками для нагибания ветвей, садовыми ножницами или ножами. Перед сушкой цветки освобождают от органических примесей и нежелательных частей растения – листьев, длинных цветоносов и т. д.

Травы

Лекарственными травами называют листоносные и цветоносные стебли травянистых растений.

В некоторых случаях так же называют сырье, состоящее целиком из всего растения, включая и подземные части.

При сборе травы стебли срезают ножом, ножницами или специальным секатором на некотором расстоянии от почвы.

Выдергивать растение из почвы целиком не рекомендуется, это приводит к значительному засорению сырья. Кроме того, при таком способе заготовки сокращаются естественные запасы растений.

Траву, как и отдельные надземные части, рекомендуется собирать в сухую погоду, после опадания росы, примерно с 9 до 16 ч.

Плоды и семена

Как правило, наиболее богаты лекарственными веществами созревшие плоды и семена. Поэтому их собирают выборочно, по мере полного созревания. Легко осыпающиеся плоды (например, аниса) собирают раньше, не дожидаясь полного созревания.

Для этого срезают надземные части растения с плодами и связывают в снопы, которые развешивают в сухом помещении.

Во время сушки плоды дозревают. Высушенные снопы затем обмолачивают, плоды отсеивают.

Сочные плоды или ягоды собирают рано утром или вечером, так как ягоды, собранные днем, особенно в жару, скорее портятся. При сборе нужно стараться не повреждать их пальцами. Не следует собирать ягоды, поврежденные червями и другими вредителями.

Сырье укладывают в плетеные корзинки слоями в 3-5 см, перекладывая веточками и листьями, чтобы ягоды не слеживались и не раздавливались. Загрязненные и мятые ягоды могут быстро загнить и стать не пригодными для лекарственного использования.

Календарь сбора лекарственных растений

Таблица 1

Название растений	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август	Сентябрь	Октябрь
Абрикос обыкновенный				плоды	плоды	плоды		
Адонис		травы	травы	травы				
Аир болотный								корневища
Айва продолговатая							плоды	плоды
Алтей							корни	корни
Анабазин (ежовник)					травы	травы	травы	травы
Анис обыкновенный							плоды	
Астрагал пушистоцветковый			травы	травы				
Багульник болотный					травы	травы	травы	
Барбарис обыкновенный			листья	листья				
Белена черная				листья	листья	листья		
Беладонна				листья, травы	листья, травы	листья, травы		корни
Береза бородавчатая	почки	почки					почки	почки
Большеголовник сафлоровидный		корневища, корни					корневища, корни	корневища, корни

Боярышник кроваво-красный			Цвет-ки	Цвет-ки			плоды	плоды
Боярышник сомнительный							плоды	плоды
Брусника		листья	листья					
Бузина черная			цвет-ки	цвет-ки		плоды	плоды	
Валериана							корне-вища	корне-вища
Василек синий	венчики краевых воронковидных цветков							
Вехта (трифоль)			цвет-ки	листья				
Виноград культурный						плоды	плоды	
Вишня обыкновенная					плоды			
Водяной перец (горец перечный)				травы	травы	травы		
Гармала				травы	травы	травы		
Гвоздика разноцветная				травы	травы	травы		
Горец почечуйный				травы	травы			
Горец змеиный (раковые шейки)						корне-вища	корне-вища	корне-вища
Горечавка перекрестно-лиственная, желтая			корне-вища	корне-вища				

Горчица сарептская				семена				
Грецкий орех			листья		недозрелые плоды			
Грыжники			трава					
Девясил высокий		корневища					корневища	
Донник лекарственный				трава				
Дрок красильный				трава				
Дуб		кора		листья				желуди
Дурман				листья				
Душица					трава			
Дягиль		корневища				корневища		
Ежевика						плоды		
Желтушники			трава					
Живокость посевная				трава				
Заманиха		корневища						корневища
Зверобой				трава				
Земляника лесная				плоды				
Золото-тысячники				трава				
Ива		кора						
Календула (ноготки)					соцветия			
Калина		кора						

Каштан конский		кора	цветки				
Клевер			соцветие				
Клюква болотная						плоды	
Копытень европейский			корне- вища	листья	корне- вища		
Коровник			цветки				
Кошачья лапка			соцветие				
Крапива			листья				
Кровосклебка		кора					
Крушина ломкая				трава			
Крушина слабительная (жостер)						плоды	
Кукуруза				рыльца			
Ландыш майский			цветки, листья				
Лапчатка прямостоячая (калган)		корневища					
Лимонник китайский						плоды	
Липа			цветки				
Лопух большой		корни					корни
Люка двулистная			клубни				
Магнолия			листья				
Малина				плоды			
Мальва лесная			цветки				

Мальва малая, пренебрежительная				трава			
Мать-и-мачеха	цветки		листья				
Медуница лекарственная		трава					
Мелисса лекарственная			трава				
Наперстянка крупноцветная			листья				
Облепиха		плоды					
Одуванчик	корни				корни		
Окопник лекарственный						корни	
Ольха серая, черная (клейкая)						соплодия	
Омела белая						веточки	
Осокорь (тополь черный)	почки						
Очиток едкий			трава				
Папоротник мужской					корневища		
Пастушья сумка			трава				
Первоцвет лекарственный	цветки						
Пижма (дикая рябина)				соцветие			

Подорожник большой				листья			
Подсол- нечник					цветки		
Полынь горькая, обыкновен- ная				трава			
Полынь цитварная				трава			
Пустырник				трава			
Пырей ползучий		корне- вища					корневища
Рододендрон золотистый			листья				
Ромашка			соцветия				
Репешок обыкновен- ный				трава			
Роснянка круглолистая				трава			
Рябина							плоды
Свободно- ягодник		корни			листья		корни
Секурина				листья, веточки			
Синюха лазурная						корни	
Смородина черная					плоды		
Солодка		корни, корневища				корни, корневища	
Солянка Рихтера							плоды
Сосна обыкновен- ная		почки					почки

Спорынья					рожки			
Суменица				травы				
Термопсис ланцетный				травы		семена		
Тмин					плоды			
Толокнянка					листья			
Тысяче- листник				травы				
Фиалка трехцветная (Иван-да- Марья)		травы						
Хвощ				травы				
Хмель						шишки		
Цмин (бессмертник)				соцветия				
Чабрец			травы					
Черемуха Лобеля		корне- вища				корневища		
Череда					травы			
Черемуха						плоды		
Черника						плоды		
Чернокорень			листья			корни		
Чистотел		корни	травы			корни		
Шиповник						плоды		
Щавель				листья		плоды	плоды, корни	корни
Эвкалипт	листья и молодые веточки весь год, лучше в сентябре-октябре							
Эфедра (хвойник)				травы				
Яблоня лесная					плоды			
Яртышники			клубни					

Сушка сырья

В свежесобранной траве, листьях, цветах до 75-85 % влаги, а в корнях – до 45 %. Если не удалить влагу, то сырье загниет и потеряет всякую ценность. Объясняется это тем, что физиологические функции клеток растения в течение некоторого времени после уборки протекают нормально. В них происходят обмен, синтез и накопление веществ, и эти процессы преобладают над распадом. Однако спустя некоторое время начинает сказываться прекращение притока питательных веществ из почвы и усиление другого процесса – распада.

Растение постепенно увядает. Под воздействием ферментов происходит разрушение ранее накопленных веществ, причем ферменты усиливают свою деятельность во влажной

среде, особенно при повышенной температуре (около 30 °С), когда растительное сырье уложено плотно и к нему нет доступа воздуха.

Особенно не устойчивы к действию ферментов сахара, гликозиды, алкалоиды, дубильные и красящие вещества и органические кислоты.

Сами же ферменты разрушаются при нагревании растительного сырья до 40-60 °С.

Поэтому при правильной сушке довольно быстро приостанавливается нежелательное действие ферментов и прекращается разрушение ценных лекарственных веществ. Однако температура нагрева сырья, как правило, не должна превышать 50-60 °С, так как при более высоком температурном режиме может произойти разрушение некоторых лекарственных веществ.

Естественная сушка

Приготовленное к сушке сырье раскладывают на ткани, фанере, бумаге (только не на газете) ровным слоем в 1-2 см, так чтобы листья были расправлены, не перегибались и не скручивались, а ветки располагались в одном направлении.

Лекарственное растительное сырье можно сушить в естественных условиях на открытом для прямых солнечных лучей месте или в тени на воздухе, периодически переворачивая его 3-4 раза в день. Надо следить за тем, чтобы при сушке на солнце сырье не пересыхало. В противном случае оно утрачивает зеленый цвет («выгорает») и одновременно теряет лечебные свойства.

Сушка летом в тени под навесом или на чердаке протекает медленнее, но зато сырье не теряет естественной окраски и почти полностью сохраняются все действующие вещества.

Не высохшее полностью за день сырье на ночь убирают в закрытое помещение, чтобы его не увлажняли ночные и утренние росы. Смоченные росой цветки и травы утрачивают естественную окраску и чернеют, а содержание действующих веществ в них снижается.

Если сырье собирают осенью, полностью высушить его в естественных условиях практически не удастся. Поэтому в солнечные дни производится лишь частичная подсушка – подвяливание, для чего сырье раскладывают тонким слоем на подстилках и периодически переворачивают. Таким образом удаляется более половины имеющейся в сырье влаги. Досушивают сырье на чердаках или в жилых помещениях, получая хорошие результаты в том случае, если помещение хорошо проветривается. Для ускорения сушки сырье раскладывают на натянутой на рамку марле или на сите, которые устанавливают на козлы или стойки.

Искусственная сушка

Искусственную сушку рекомендуют применять в том случае, если сырье собирают осенью и в дождливый период. Для этого очень хорошо использовать печки: в них продолжительное время удерживается тепло, и сырье сушится равномерно. Тщательно вычищают под печи и устанавливают в ней подставку, на которой размещают в 2-3 ряда рамы с разложенным на решетках сырьем. Чтобы не произошло запаривания сырья, необходимо несколько раз открывать заслонку в печи, удаляя из нее влажный воздух. Обычно сырье оставляют в печи на ночь. То же самое можно осуществить и в обычной духовке. Температура должна быть не более 60 °С. Сушка считается законченной, если листья и цветки растрескиваются в руках, стебли ломаются и не гнутся, ягоды рассыпаются на части, не давая влажных комков.

Хранение

Высушенное сырье требует определенных условий хранения. Места хранения должны быть совершенно сухими, темными, без сора, насекомых и пыли. Ядовитые растения хранятся отдельно от неядовитых, с запахом – отдельно от непахнущих. Плоды малины, земляники, черники следует хранить на сквозняке.

Готовое сырье должно быть упаковано в тару и снабжено биркой с указанием сырья, его веса и времени заготовки. Тарой для упаковки служат ящики, мешки, бумажные пакеты, банки. В тех случаях, когда лечебное действие растения связано с эфирным маслом или другими летучими веществами, сырье следует хранить в стеклянной банке с притертой пробкой или в неметаллических банках с плотно закрываемой крышкой. Сырье также упаковывается в кипы, тюки. В тюки спрессовываются трава, кора, листья и некоторые цветки.

Ягоды, спорынья и некоторое другое сырье упаковывается в двойные мешки (вложенные один в другой).

Легкое сырье – толокнянка, ольховые шишки, корни лапчатки и другие – укладываются в большие двойные мешки. Нежные виды лекарственного сырья – цветки ландыша, ромашки, сосновые почки – укладываются в ящики, выложенные плотной оберточной бумагой.

Сроки хранения лекарственного сырья установлены Министерством здравоохранения.

Таблица 2

Сроки хранения лекарственного сырья

Наименование сырья	Предельный срок хранения	Наименование сырья	Предельный срок хранения
Корневища аира	1 год	Мелисса, трава	2 года
Алтей, корень	3 года	Наперстянка, листья	2 года
Анабазис, трава	4 года	Одуванчик, корень	5 лет
Арника, цветки	3 года	Окопник, корень	3 года

Белена, листья	2 года	Ольха, кора	4 года
Береза, почки	2 года	Папортник, корневища	2 года
Бессмертник, цветки	3 года	Пастушья сумка, травы	3 года
Бузина, цветки	3 года	Перец водяной, травы	2 года
Валериана, корневища с корнями	3 года	Петрушка, корень	1 год
Горечавка, корневища с корнями	5 лет	Подорожник, листья	2 года
Гречица, травы	1 год	Подсолнечник, листья и цветки	2 года
Горицвет, травы	2 года	Польнь, травы	2 года
Девясил, корневища	3 года	Пустырник, травы	3 года
Донник, травы	2 года	Раковые шейки, травы	2 года
Дубовая кора	5 лет	Ромашка, травы	2 года
Душица, травы	3 года	Росьянка, травы	2 года
Дурман, листья	2 года	Рябина, плоды	2 года
Дягиль, корень	3 года	Смородина, плоды	2 года
Жоспер, кора	4 года	Спорынья, рожки	2 года
Заманиха, корень	4 года	Жоспер, кора	4 года
Жоспер, кора	3 года	Сушеница, травы	3 года
Земляника, плоды	2 года	Термопсис, травы	2 года
Золототысячник, травы	2 года	Тмин, плоды	3 года
Ива, кора	4 года	Толокнянка, листья	5 лет
Жоспер, кора	4 года	Жоспер, кора	4 года

Калина, кора	4 года	Трифоль, листья	2 года
Коровяк, цветки	2 года	Тыква, семена	2 года
Крапива, трава и листья	2 года	Тысячелистник	2 года
Красавка, листья	2 года	Фиалка, трава	2 года
Кровохлебка, корень	5 лет	Хмель, шишки	3 года
Крушина слабительная, плоды	2 года	Хвощ, трава	4 года
Крушина мокрая, кора	5 лет	Цитварное семя	3 года
Кукуруза, рыльца	2 года	Черемица, корневища	3 года
Лакрица, корень	10 лет	Черемуха, кора	5 лет
Ландыш, трава	2 года	Черника, плоды	2 года
Лапчатка (калган), корневища	6 лет	Чеснок, луковицы	1 год
Липа, цветки	2 года	Чистотел, трава	3 года
Лопух, корень	5 лет	Шиповник, плоды	2 года
Малина, плоды	2 года	Щавель, корень	3 года
Мальва, трава	2 года	Яблоня, плоды	2 года
Мать-и-мачеха, листья	3 года	Ятрышник (салеп), клубни	6 лет

Сырье, не включенное в Государственную фармакопею, подвергается проверке в отношении внешнего вида и качества ежегодно. При отрицательных результатах проверки сырье не может быть использовано и подлежит уничтожению. Сроки хранения: для травы и цветков 1-2 года, для корневищ, клубней, корней, коры 3-5 лет. Для отдельных видов эти сроки изменяются: трава хвоща и ежевника хранится до 4 лет, листья толокнянки – до 5, корни солодки (лакричный корень) – до 10 лет, споры ликопоидия хранятся без срока.

Химический состав лекарственных растений

В лекарственных растениях содержатся так называемые действующие вещества, которые при поступлении в организм животных и человека оказывают физиологически активное действие и проявляют целебные свойства. Эти вещества имеют разнообразный состав и относятся к различным классам химических соединений.

Алкалоиды – это органические основания, содержащие азот. Характерным свойством алкалоидов является то, что они дают щелочную реакцию. Именно эта особенность и определила их название, которое происходит от арабского слова «алкали», что означает «щелочь». Алкалоиды встречаются главным образом в цветковых растениях, их присутствием объясняется ядовитость некоторых растений. Многие алкалоиды являются ценными лекарственными веществами, они используются для лечения заболеваний внутренних органов, нервных и других болезней. Это стрихнин, папаверин, морфин, кодеин, эфедрин, хинин, никотин, кофеин и др.

В виде лечебных препаратов употребляются в медицине обычно соли алкалоидов. Алкалоидоносные растения применяют также в виде галеновых препаратов и порошков.

Гликозиды – нелетучие вещества, состоящие из глюкозы и других сахаров с различными органическими веществами. Под влиянием ферментов или кипячения с водой гликозиды распадаются на сахарную часть и несахарную (агликозин). Этот компонент может иметь различное химическое строение, и именно он определяет физиологическую активность гликозидов. В медицине гликозиды имеют большое лекарственное значение. Особенно широко используют для лечения сердечно-сосудистых заболеваний так называемые сердечные гликозиды. Растения, содержащие сердечные гликозиды, очень ядовиты, и их применение требует строгого врачебного контроля.

Сапонины – гликозиды сложного строения, образующие, подобно мылу, при взбалтывании с водой стойкую пену. «Сапо» в переводе с латинского означает «мыло», это и определило их название. Для сапонинов характерна способность понижать поверхностное натяжение. Они тоже распадаются на сахарную часть и агликон, который называется сапогенином. Различают 2 вида сапогенинов: стероидную и тритерпеноидную. В зависимости от химической структуры сапонины этих групп находят различное применение в медицине. Многие из них являются очень активными в физиологическом отношении веществами и оказывают на ткани животного организма сильное воздействие. На практике довольно часто используют отхаркивающее действие сапонинов, а также выявлено антисклеротическое действие некоторых сапонинов.

Горечи – это безазотистые вещества, обладающие горьким вкусом. Они способствуют усилению деятельности желудочных желез, увеличению выделения желудочного сока и улучшению пищеварения. Обычно горечи представляют собой гликозиды. В качестве возбуждающих аппетит особенно ценятся те растения, в которых, кроме горечи, еще содержится эфирное масло.

Дубильные вещества (таннины) – аморфные безазотистые соединения, растворяющиеся в воде или спирте и обладающие способностью коагулировать клеевые растворы и давать нерастворимые осадки с алкалоидами и солями свинца. Свое общее название эти вещества получили благодаря способности превращать шкуры животных в непроницаемую для воды прочную кожу. В России для этого чаще всего пользовались корой дуба, поэтому и содержащиеся в ней вяжущие вещества стали называться дубильными. Таннины встречаются почти во всех растениях. В некоторых растениях количество их достигает 20-30 % и более, что позволяет использовать их в хозяйственных и медицинских целях. Благодаря выраженному вяжущему и противовоспалительному действию дубильные вещества часто используют при желудочно-кишечных расстройствах, ожогах и других заболеваниях.

Флавоноиды – гетероциклические соединения, плохо растворимые в воде и имеющие желтую окраску, за что они и получили такое название («флавум» в переводе с латинского означает «желтый»).

Лактоны – вещества, образующиеся из оксикислот. Они обладают фотосенсибилизирующими свойствами, проявляют противоопухолевую активность, влияют на состав крови.

Эфирные масла – смеси различных летучих веществ, обладающие своеобразным запахом. Они состоят главным образом из терпенов и их производных. Получают эфирные масла из растительного сырья, перегоняя его с водяным паром. Растения, содержащие эфирные масла, широко применяются в медицине, главным образом благодаря ароматическому и противомикробному действию.

Некоторые эфирные масла проявляют также болеутоляющее, противокашлевое действие и др. Отдельные эфирные масла и выделяемые из них терпины имеют самостоятельное лечебное значение и используются в медицине в чистом виде. Кроме того, эфирные масла находят применение в ликероводочной, парфюмерной, пищевой промышленности.

Органические кислоты – группа связанных между собой многоосновных аминокислот, содержащихся в клеточном соке большинства растений.

К ним относятся яблочная, молочная, винная, тартро-новая кислоты, играющие большую роль в обмене веществ. Иногда органические кислоты входят в состав лекарственных препаратов, используемых для лечения различных заболеваний. Яблочная кислота, например, входит в состав некоторых слабительных средств, различные соли винной кислоты (тартраты) используют для создания эффективных алкалоидных препаратов; натриевая соль лимонной кислоты широко используется при консервировании крови.

Минеральные соли, содержащиеся в растениях, и входящие в них элементы играют важную роль в обмене веществ, в образовании ферментов, гормонов и в кроветворении. Они существенно влияют на деятельность сердца, возбудимость нервной системы и мышц, входят в состав костей скелета.

Фитонциды были открыты русским ученым, профессором Б. Р. Токиным в 1928 г. Это органические вещества различного химического состава, объединяемые в одну группу благодаря четко выраженным антимикробным свойствам. Фитонциды оказывают губительное действие на плесневых грибов и инфузорий.

Считают, что подавляющее большинство высших растений содержит в большем или меньшем количестве фитонцидные вещества. Некоторые растения, содержащие летучие фитонциды, используют в медицине в качестве антибиотиков при некоторых инфекционных и вирусных заболеваниях, болезнях уха, горла, носа и др. При наружном применении они действуют как дезинфицирующие вещества.

Широко известны и используются в медицине фитонциды чеснока, черемухи, эвкалипта, хрена, тополя и многих других растений.

Витамины – вещества, очень малые количества которых необходимы для нормального развития и жизнедеятельности человека. Витамины играют первостепенную роль в обмене веществ, регуляции процессов усвоения и использования основных пищевых веществ – белков, жиров и углеводов. Недостаток витаминов приводит к гипо-витаминозам и авитаминозам. Многие витамины организм не может синтезировать из других соединений, и они поступают в него с пищей. В настоящее время известны растения, которые настолько богаты теми или иными витаминами, что могут служить средством профилактики и лечения гипо-витаминозов и других заболеваний, при которых показано применение больших количеств определенных витаминов.

Крахмал – важнейший резервный питательный углевод растений, состоящий из полисахаридов. В холодной воде крахмал не растворяется, в горячей образуется вязкий раствор, который при охлаждении превращается в студенистую массу. Иногда употребляют крахмал в разваренном виде как обволакивающее средство при желудочно-кишечных заболеваниях. Лучшие сорта крахмала, например рисовый, употребляют в качестве присыпки.

Пектины – застудневающие межклеточные вещества, не имеющие лечебного значения. Пектинов много во фруктовых соках. Иногда их используют в фармацевтической практике. Так, пектин из подсолнечника применяют для приготовления некоторых препаратов, предназначенных для лечения желудочно-кишечных заболеваний.

Слизи – безазотистые вещества различного химического состава, преимущественно полисахариды. При кипячении с водой они разбухают и образуют студнеобразную массу. Благодаря обволакивающим свойствам слизи используют в медицине (при кашле, желудочно-кишечных заболеваниях и др.). Применяют их и как наружное средство для смягчения кожи.

Камеди – образуются в некоторых растениях как запасные питательные вещества при их болезнях. Камедь некоторых растений проявляет активное физиологическое действие.

Так, например, камедь солодки определяет ее слабительные свойства. Камедь некоторых растений, например трагаканта, используется в фармацевтическом деле.

Смолы – твердые или полужидкие комплексные образования с характерным запахом. Близки по химическому составу к эфирным маслам. Смола некоторых растений обладает лечебными свойствами. В медицинской практике используется, например, ранозаживляющее действие сосновой смолы.

Жирные масла обычно получают из семян так называемых масличных растений, но они имеются в семенах и других частях многих растений. Масла используют для приготовления растворов некоторых лекарственных веществ, мазей, растираний, пластырей, лечебного мыла и пр. Иногда их употребляют самостоятельно в качестве лекарства (например, как слабительное средство – касторовое и реже – подсолнечное масло).

ГЛАВА 2. СПОСОБЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ И ПРИМЕНЕНИЯ ПРЕПАРАТОВ В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ

Лекарственные растения редко используются в медицине в натуральном виде.

Обычно из них готовят различные препараты, лекарственные формы.

На заводах фармацевтической промышленности из некоторых растений получают в чистом виде индивидуальные действующие вещества, которые применяют в виде растворов, порошков, таблеток, мазей и др.

Фабричным способом изготавливают и галеновые препараты. Их, а также препараты, состоящие из отдельных или нескольких химических веществ, продают в аптеках по врачебным рецептам и частично без них.

В аптеках в расфасованном виде продается значительное количество сухих растительных лекарственных растений и их смесей, называемых сборами или чаями.

Из приобретенных в аптеках, а также из заготовленных самостоятельно лекарственных растений в домашних условиях готовят и употребляют водные настои, отвары и спиртовые настойки.

Для их приготовления сырье необходимо измельчить: из небольших частиц действующие вещества извлекаются быстрее и полнее.

Обычно размер частиц из листьев, цветков и травы не превышает 5 мм, из стеблей, коры, корней – 3 мм, семян – 0,5 мм.

Настои

Настои готовят следующим образом.

Измельченный растительный материал помещают в эмалированную кастрюлю, фарфоровой или стеклянный сосуд и заливают водой.

В отдельных случаях настои парят в духовке или печи несколько часов. Чаще всего из 1 весовой части лекарственного сырья получают 10 объемных частей настоя (чтобы получить 1000 мл настоя, нужно взять 10 г измельченных частей растения).

Следует помнить, что при приготовлении настоя небольшая часть воды теряется, поэтому всегда можно вначале дать воды несколько больше.

Сосуд закрывают крышкой и нагревают на кипящей водяной бане в течение 15 мин.

В домашних условиях водяную баню заменяют стоящим на огне небольшим тазом или кастрюлей с кипящей водой.

Нагрев сосуд, настой снимают и охлаждают при комнатной температуре в течение 1 ч. Затем его процеживают через слой ваты, обернутой в марлю или чистую хлопчатобумажную ткань, отжимают вату и добавляют кипяченой воды до указанного в рецепте объема.

Например, если готовят настой из расчета 1: 10 из 20 г измельченных частиц, должно получиться 200 мл готового настоя. Если после фильтрования будет получено всего 190 мл настоя, необходимо добавить еще 10 мл воды.

Настои некоторых растений для внутреннего употребления готовят менее концентрированными, и для них соотношение сырья и воды составляет не 1: 10, а 1: 20, 1: 30 и т. д.

Настои, предназначенные для наружного применения, готовят более концентрированными.

При приготовлении настоев можно обойтись и без водяной бани.

В этих случаях измельченные частицы растений заливают кипятком, ставят на плиту или в горячую воду и следят, чтобы настой не кипел. Через 15 мин его снимают, охлаждают и фильтруют.

Такой способ приготовления настоев практически не отличается от заварки обычного чая. Некоторые настои готовят холодным способом.

Измельченные частицы растений в кастрюле или стеклянном сосуде заливают соответствующим количеством кипяченой воды комнатной температуры, закрывают крышкой и настаивают от 4 до 12 ч, после чего фильтруют через несколько слоев марли, марлю с ватной прокладкой или неплотную ткань.

Отвары

Для приготовления отваров измельченное сырье кладут в такую же посуду, как и для приготовления настоев, и заливают кипятком.

Затем поставленный на кипящую водяную баню или легкий огонь отвар кипятят в течение 20-30 мин. Охлаждают отвары при комнатной температуре в течение 10-15 мин, после этого их фильтруют и добавляют кипяченой воды до предписанного объема.

Отвары растений, содержащих дубильные вещества (листья толокнянки, кора дуба и др.), нужно фильтровать сразу же после снятия с огня.

Настои и отвары быстро портятся, особенно в летнее время или в теплом помещении. Поэтому лучше всего их готовить ежедневно.

Если это не всегда возможно, их хранят в темном прохладном месте или в холодильнике, но не более 3 суток.

Настойки

Настойки представляют собой жидкие спиртовые, спиртово-водные или спирто-эфирные прозрачные извлечения из лекарственных растений.

Готовят их следующим образом.

Измельченные растения высыпают в сосуд (обычно стеклянную банку), заливают, как правило, 70– или 40-градусным спиртом, закупоривают и выдерживают при комнатной температуре в течение 7 суток.

Чаще всего на 1 часть измельченного растения берется такое количество спирта, чтобы получилось 5 объемных частей готовой настойки (например, из 20 г растения должно получиться 100 мл настойки).

Через неделю настойку сливают, хорошо отжимают остатки растений и фильтруют, для чего берут несколько слоев марли или марлю с ватной прокладкой. Профильтрованная настойка независимо от цвета должна быть прозрачной.

Спиртовые настойки пригодны для продолжительного хранения. Употребляют их в небольших количествах и дозируют обычно каплями.

Порошки

Иногда в народной медицине используют целые свежие или высушенные листья (листья подорожника, прикладываемые к ранам), кусочки коры или корней. В некоторых случаях высушенные части растений измельчают в обыкновенной ступке в порошок и в таком виде принимают внутрь или используют в качестве присыпки ран, язв и т. д.

Мази

Мази готовят из порошков лекарственных растений для наружного применения. Для этого их смешивают со свиным жиром, вазелином, сливочным или растительным маслом. Предпочтительнее готовить такие мази на подсолнечном, льняном, хлопковом или каком-либо другом растительном масле, так как приготовленные на животном жире мази быстрее портятся.

Чай и сборы

Чай и сборы представляют собой смеси высушенных и измельченных различных лекарственных растений, иногда с добавлением солей, эфирных масел и других веществ.

Различные части лекарственных растений, входящих в состав сборов и чаев, подвергают измельчению по отдельности.

Траву, кору, листья и некоторые корни разрезают, твердые корни и корневища дробят, кожистые листья размельчают в крупный порошок, семена и плоды измельчают в специальной мельнице.

Степень измельчения сырья зависит от назначения сбора.

Если сбор или чай предназначены для внутреннего употребления или полоскания, то сырье просеивают сквозь сито с отверстиями, длина сторон которых равна 4-6 мм.

Если сбор предназначен для приготовления ванн, то его просеивают сквозь сито с отверстиями, длина которых равна 2 мм.

Лекарственное сырье, из которого готовят смягчительные сборы для припарок, просеивают сквозь сито с отверстиями, длина сторон которых равна 1,4 мм.

При всех этих степенях измельчения производят отсеивание пыли сквозь сито с размером отверстий 1 мм.

Измельченное лекарственное сырье тщательно и осторожно перемешивают для получения равномерной смеси. Если к сбору или чаю нужно добавить какую-нибудь соль, то их опрыскивают насыщенным раствором соответствующей соли из пульверизатора и перемешивают с последующим высушиванием (не выше 60 °С). Опрыскивание применяется и при добавлении к сборам эфирных масел.

Сборы могут быть дозированными и недозированными.

Дозированными отпускают сборы, содержащие сильнодействующие или ядовитые вещества.

Сборы и чай предназначены для приготовления на дому настоев и отваров, полосканий и припарок, лечебных ванн и так далее в соответствии с указаниями в каждом отдельном случае.

Готовые сборы и чай хранят в сухом месте.

Сборы и чай, содержащие душистые вещества, сохраняют в железных коробках, а остальные – в закрытых деревянных ящиках.

Для предупреждения порчи сборов (особенно содержащих ягоды) в ящики помещают банку с ватой, пропитанной хлороформом; по мере испарения хлороформ вновь добавляют.

Соки

Нередко для лечения применяются ягодные, фруктовые, овощные соки.

Для приготовления ягодного или фруктового сока отбирают зрелые, неиспорченные ягоды и плоды, моют их в воде, измельчают и через редкую ткань руками отжимают сок в

чистый сосуд. Удобно пользоваться специальной соковыжималкой или механическим прессом. Из некоторых ягод (малина, смородина и т. д.) получить сок обычным способом нелегко.

После измельчения их кладут в эмалированную или стеклянную посуду и добавляют на 1 кг ягод полстакана воды, нагревают примерно до 60 °С и через плотную ткань отжимают сок. Для получения овощных соков морковь, капусту и другие овощи можно пропускать через мясорубку.



Часть II Применение лекарственных средств при различных заболеваниях



ГЛАВА 1. ГИНЕКОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Общие сведения

Гинекологические заболевания – это заболевания половых органов женщины.

Наиболее часто встречаются **воспалительные заболевания** половых органов. В зависимости от вида микроба-возбудителя различают неспецифические, специфические (кандидомикоз, туберкулез, хламидиоз, трихомоноз), венерические болезни.

Большую группу составляют **опухоли** половых органов и опухолевидные заболевания, наиболее часто поражающие матку, яичники, реже – наружные половые органы, влагалище, маточные трубы.

Гинекологические **эндокринные заболевания** включают расстройства менструального цикла – от аменореи до дисфункциональных маточных кровотечений, так называемые нейроэндокринные синдромы, связанные с угасанием, исключением или нарушением функции яичников.

Выделяют также **аномалии положения и развития** половых органов. Нарушения анатомического строения или задержка развития правильно сформированных половых органов в сочетании с другими заболеваниями являются причиной **бесплодия**.

Гинекологические заболевания способствуют нарушениям половой функции, снижению либидо.

В организме женщины существуют защитные механизмы, препятствующие возникновению ряда гинекологических заболеваний:

1) естественный наружный затвор влагалища, т. е. тесное соприкосновение внутренних поверхностей половых губ;

2) строение промежности, которое обеспечивает плотное смыкание половой щели, способствует защите влагалища от загрязнения извне, препятствует проникновению в него воздуха и быстрому высыханию его слизистой оболочки; соприкосновение эластичных стенок влагалища;

3) целостность девственной плевы. *Физиологические защитные механизмы* начинают функционировать в период полового созревания, с началом выработки гормонов яичниками (слищивание клеток влагалища и шейки матки и обновление слизистого покрова, кислая среда влагалища, естественная микрофлора влагалища, не допускающая поселения других, привнесенных извне микробов).

Кроме того, существуют *иммунные механизмы защиты* влагалища, защитные механизмы шейки матки (слизистая пробка) и слизистой оболочки матки (отторжение во время менструации, богатое кровоснабжение).

Возникновению гинекологических заболеваний способствуют несоблюдение правил личной гигиены, гигиены половой жизни, алкоголизм, наркомания, активная половая жизнь с разными половыми партнерами и внебрачные половые связи, использование нерациональных противозачаточных средств, спринцевания различными химическими средствами и температурные воздействия на слизистую оболочку влагалища, половая жизнь во время менструации, частые аборт, эндокринные, врожденные, инфекционные болезни, особенно в детском возрасте, заболевания мочевой системы, кишечника, обменные нарушения, стрессы, нарушения питания. Особенно неблагоприятны последствия раннего начала половой жизни при несформировавшихся механизмах защиты.

Профилактика гинекологических заболеваний включает охрану здоровья девочки уже с периода внутриутробного развития, своевременное лечение инфекционных и других забо-

леваний, последствий родовых травм, здоровый образ жизни, отказ от вредных привычек, закаливание, соблюдение правил общей гигиены, включая гигиену половых органов и половой жизни.

Большой проблемой женщины и огромным разделом в гинекологии является такое заболевание, как *бесплодие*.

Причины женского бесплодия многообразны. Они связаны как с патологией репродуктивной системы женщины, так и с экстрагенитальными факторами.

К числу важнейших причин следует отнести следующие:

- 1) воспалительные заболевания половых органов;
- 2) заболевания желез внутренней секреции;
- 3) недоразвитие половых органов (инфантилизм и гипоплазия);
- 4) неправильные положения половых органов;
- 5) эндометриоз матки, труб и яичников;
- 6) опухоли половых органов;
- 7) экстрагенитальные заболевания (ревматизм, туберкулез и др.);
- 8) неполноценное в количественном и качественном отношении питание;
- 9) иммунологические факторы.

В данном разделе будет рассказано о некоторых гинекологических заболеваниях и о значении трав в их излечении.

История фитотерапии в лечении гинекологических заболеваний

В сочинениях ученых и врачей более давнего времени можно найти описание изменений со стороны урогени-тального аппарата, приблизительно схожих по некоторым признакам с теми или иными заболеваниями или состояниями, известными нам сейчас. В первую очередь это касается цистита, уретрита, герпеса, импотенции, опухолей и др.

Об использовании лекарственных растений с лечебной целью рассказывается в «Книге приготовления лекарств для всех частей тела», написанной более 3600 лет назад (найден *немецким* ученым Георгом Эберсом). В ней содержатся сведения о мяте, подорожнике, мирте и их лечебном применении.

В медицине *Древнего Вавилона*, в частности при ассирийском царе Ашшурбанипале (примерно 660 г. до н. э.), использовались целебные свойства можжевельника, подорожника, мяты, мирта, алоэ и др. При раскопках библиотеки царя были найдены 33 таблички с описанием лекарственных растений и указанием их применения.

В V в. до н. э. в *Китае* была написана книга о древней медицине «Ней цзин» («Книга о внутреннем человеке»).

Автор ее, врач Бэнь Цао (по другим сведениям Ван Шу-хе), кратко описывает аднексит, цистит с довольно широким перечнем лечебных средств растительного происхождения.

Известен фармакологический сборник лекарственных растений «Основы фармакологии» Ли Ши Чжэна (1522-1596), в котором подробно характеризуется 1892 средства из лекарственных растений, в том числе и для лечения гинекологических заболеваний.

Эта книга не утратила своего значения и в настоящее время и была переведена на многие языки мира.

Древнеиндийские врачи использовали в своей практике большую группу лекарств (около 760 наименований), значительная часть которых имела растительное происхождение. «Если посмотреть вокруг взглядом врача, ищущего лекарственные средства, то можно сказать, что мы живем в мире лекарств. Нет в мире вещества, которое не годилось бы в качестве лекарства», – гласит одна из заповедей древнебуддийской медицины.

Научная медицина начинает свое развитие со времен знаменитого *врача Древней Греции Гиппократ* (примерно 460 – около 370 гг. до н. э.), использовавшего многочисленные растительные препараты. Некоторые из них были заимствованы из *египетской* практики. Гиппократ в трактате «*Corpus Hippocraticum*» описал 236 растений, часть которых использовалась в лечении герпеса, афт, кровотечений и других заболеваний.

Широко известно медицинское сочинение в виде энциклопедии или лечебника, принадлежащее *древнеримскому врачу Авлу Цельсу* (I в. до н. э.). В 8 книгах «О медицине» он обобщил медицинскую литературу того времени от «Аюрведы» Сушруты (конец II – начало I тысячелетия до н. э.) до трудов Асклепиада (128-56 гг. до н. э.). В этом трактате Цельс описал методы лечения ряда заболеваний урогени-тальной сферы, дал рекомендации по использованию некоторых растений в фитотерапии. Автором нового учения о лекарственных растениях был знаменитый врач и фармацевт *Авл Клавдий Гален* (129-201 гг.).

Его перу принадлежат около 400 трактатов по медицине и философии. Наибольшее значение имеют 2 травника, сыгравшие особую роль в медицине. Они переводились на латинский, арабский, сирийский, персидский и древнееврейский языки. Автор был инициатором получения препаратов из растений с помощью различных растворителей. Продукты обработки растительного сырья – настойки, экстракты – и теперь называются галеновыми препаратами и широко используются в лечении гинекологических болезней (настойка мяты, календулы, ротокан, экстракт водяного перца и коры калины).

Знаменитый *врач Средневековья Абу Али ибн Сина* (примерно 980-1037 гг.) внес несомненный вклад в лечение ряда гинекологических заболеваний. Ибн Сина вопросам этиологии, патогенеза, клинического течения и лечения гинекологических заболеваний посвятил 3 и 4 части книги «Канон врачебной науки».

Причины возникновения болезней Авиценна связывал с эндогенными и экзогенными факторами. На страницах этой медицинской энциклопедии можно найти сведения о 3000 простых и сложных лекарственных средств, в том числе и растительного происхождения. По его данным, корица усиливает менструации, отвар лапчатки прямостоячей принимается при маточных кровотечениях, обильных менструациях, герпесе; примочки из льняного семени – при твердых опухолях гениталий; отвар из травы люцерны – для спринцеваний при белях; настой травы майорана – при болезненных менструациях; отвар корней марены красильной – при задержке месячных; петрушка полезна при нарушениях менструального цикла и пр. В качестве лактогонных средств рекомендовалось использовать петрушку, спаржу, фенхель и др.

Сегодня, как и тысячу лет назад, ромашка, любисток, зверобой и многие другие лекарственные растения применяются в гинекологической практике в виде отваров, настоев, вагинальных орошений и для вагинальных тампонов. Скажите, какой из современных препаратов прошел клинические испытания тысячелетием? Заболевания остались теми же, что были тысячу лет назад, только при современных исследованиях диагнозы носят новые названия.

Амирдовлат Амасиаци, а до него многие *армянские врачи*, а также врачи Средней Азии изучали вопросы этиопатогенеза, клиники и лечения гинекологических заболеваний и широко использовали опыт традиционной медицины. В фитотерапии ряда женских заболеваний он использовал укроп, ажгон, сельдерей, фенхель, ферулу, миндаль, вишню, частуху, редьку, якорцы стелющиеся и другие растения, не потерявшие своей ценности и в настоящее время.

В «Салернском кодексе здоровья» (XIV в.) можно найти много сведений об использовании ряда лекарственных растений (кизил, любисток, девясил, ячмень, репа, шалфей и др.) при воспалительных заболеваниях гениталий. Приводятся сведения о растительных средствах, повышающих потенцию, нормализующих функции половых органов (рута, полынь, мята, хмель и др.), что не потеряло своей ценности и в настоящее время, например: «Корень вареный алтея, добавленный к салу свиному, тертые вместе, а также смола терпентинного дерева матки припухлости лечат и прочие матки недуги».

Большой популярностью пользовалась рукопись медико-биологического содержания «Тайная тайных». Это произведение, широко распространенное в странах Западной Европы, попало в *Литовскую Русь* и здесь, по мнению многих исследователей, в конце XV – начале XVI в. было переведено на белорусский язык. Кроме медико-биологических сведений, в рукописи имелись многочисленные указания на силу трав.

Первая половина XVI в. ознаменовалась выдающимся событием – появлением первого белорусского доктора медицины. Это был Георгий (Франциск) Скорина, уроженец древнего Полоцка, крупного центра обширной Полоцкой земли. Медицинской практикой Скорина занимался в Кенигсберге и Вильно. В старинном русском лечебнике, названном «Прохладный вертогад», переизданном в 1997 г. («вертогад» – сад, цветник, огород), собраны энциклопедические сведения об уровне здравоохранения и медицины XVI-XVII вв. Приведем названия некоторых глав: «Чем выгнати постельная нечистота после роду или на детороднем язва», «О мертвом плоду во утробе женской», «О болезни, названной кенсарь (рак)» и др. Известна рукопись «Вертогада» – самого старого списка, который относился к 1616 г. Однако в тексте имеется указание на то, что рукопись была выполнена еще в 1534 г. В 1523 г. в Польше был издан «Прохладный вертогад» – «*Ortus amoenus*», который в 1672 г. был переведен на русский язык подъячим Земского приказа Андреем Микифоровым.

Перечень растений, используемых в лечении заболеваний женской половой сферы, включает березу, буквицу, горчицу, гречиху, грушу, девясил, землянику, иву, капусту, кедр, лаванду, липу, лук, майоран, малину, можжевельник, мяту, овес, ольху, полынь, копытень, пастернак и др. Растения использовали в лечении воспалительных («горячества», «запаления») и инфекционных («огнь палящий», «моровое поветрие», «поветрость») заболеваний в виде настоя, отвара, pessarium (свечи), мусья (лечебного состава, приготовленного из чемерицы, вареной в сыти), мазуна (мази) и клистера (клизмы).

При описании растений даны подробные «инструкции» о механизме действия и способе их применения: «корицу толченую даем пити с водою женам после роду – вычистит болезнь внутреннюю, коя бывает после роду».

О настое зори (любистка) автор пишет: «тою водою заживляем детородные язвы, аще жена дважды или трижды вымывает тою водою и платки омоча прикладывает».

В качестве кровоостанавливающих широко применяли отвары и настои водяного перца, корни кровохлебки, траву и корни таволги вязолистной, настоем листьев крапивы двудомной, цветки кошачьей лапки и хвоща полевого. Нельзя, конечно, отрицать и того, что вместе с применением средств растительного происхождения в рану попадали болезнетворные микробы.

Однако ввиду того, что в составе большинства перечисленных растений имелись бактерицидные вещества, инфицирование ран было не очень частым.

Перед фитотерапией в настоящее время стоит серьезная и сложная задача – подтвердить на современном уровне знаний лечебные свойства и клиническую эффективность лекарственных растений.

А теперь о конкретных заболеваниях.

Бесплодие

Основные формы заболевания

Бесплодие представляет собой симптом одного или нескольких заболеваний.

Принято различать следующие основные формы бесплодия женщин:

- 1) трубное бесплодие, обусловленное патологией маточных труб;
- 2) эндокринное бесплодие, связанное с расстройствами в деятельности желез внутренней секреции;
- 3) бесплодие, обусловленное преимущественно анатомическими нарушениями в репродуктивной системе;
- 4) иммунологическое бесплодие. Остановимся теперь на каждом подробнее.

Трубное бесплодие

Эта форма бесплодия обычно бывает вторичной и развивается в результате воспалительного процесса, который приводит к закрытию просвета труб вследствие инфильтрации стенок, облитерации полости труб, перегибов, обусловленных перитурбарными сращениями. В качестве возбудителей, вызывающих воспалительный процесс в маточных трубах, патогенные и условно-патогенные микроорганизмы, наиболее часто встречаются гонококк, патогенный стафилококк, который нередко вызывает воспаление вместе с кишечной палочкой, протеем. Реже встречается туберкулезная этиология сальпингитов (воспаление маточных труб). Большая роль в происхождении трубного бесплодия принадлежит функциональным нарушениям кинетики маточных труб, которые могут быть обусловлены эндокринными факторами, воспалительной инфильтрацией стенок труб, атрофией реснитчатого эпителия, выстилающего внутреннюю поверхность маточных труб.

Эндокринное бесплодие

Все многочисленные варианты эндокринных расстройств, ведущие к бесплодию, могут быть условно объединены в отдельные клинические группы, для которых характерен соответствующий симптомокомплекс.

I группа – *гипоталамо-гипофизарная недостаточность*. Сюда относятся патологические состояния, определяемые как половой инфантилизм и характеризующиеся аменореей, гипоменструальным и, реже, гиперменструальным синдромом. У таких больных содержание ФСГ и ЛГ (фолликулостимулирующий и лютеинизирующий гонадо-тропины) в крови резко снижены, уровень пролактина не повышен, количество эстрогенов резко уменьшено. Матка у таких больных уменьшена, трубы удлинены, тонкие, извитые; шейка матки конической формы; влагалище узкое. Такие анатомические изменения со стороны половых органов играют определенную роль в происхождении бесплодия, но основное значение принадлежит отсутствию овуляции.

II группа – *гипоталамо-гипофизарная дисфункция*. В эту группу входят больные с расстройствами менструального цикла (недостаточность лютеиновой фазы, ановуляторные циклы или аменорея), повышенной секрецией эстрогенов и невысоким уровнем пролактина и гонадотропина.

В эту же группу входят женщины со склерокистозными яичниками (в яичниках продуцируется много андро-генов, подавлена овуляция, развивается гипертрихоз, ожирение).

III группа – *яичниковая недостаточность*. Она проявляется аменореей, снижением продукции эстрогенов, повышенным количеством ФСГ и часто бывает результатом различных хромосомных аномалий (синдром Шере-шевского-Тернера, диспениезия гонад, тестикулярная феминизация).

IV группа – *врожденные и приобретенные нарушения половой системы*. Для больных этой группы характерна аменорея. Она имеет стойкий характер. К этой группе относятся больные с облитерацией полости матки и образованием синехий после абортов.

V группа – *гиперпролактинемия при наличии опухоли в гипоталамо-гипофизарной области*. У больных имеется стойкая ановуляция или недостаточность функции желтого тела.

VI группа – *гиперпролактинемия без поражения в гипоталамо-гипофизарной области*. Патология развивается в связи с функциональными нарушениями в гипоталамической области. Продукция гипофизом пролактина повышена, происходит подавление овуляции. Клинически это выражается аменореей.

VII группа – *аменорея на фоне опухоли в гипоталамо-гипофизарной области*. У таких больных снижена продукция релизинг-гормонов и гонадотропинов. Количество эстрогенов снижено, овуляция снижена, развивается аменорея при нормальном уровне пролактина (подобная картина бывает при болезни Симмондса).

Бесплодие, связанное с анатомическими нарушениями в репродуктивной системе (травмы, опухоли, аномалии развития)

Хирургическое удаление матки, маточных труб, яичников приводит к утрате репродуктивной функции женщины. Бесплодие часто встречается при мочеполовых свищах, при образовании в матке синехий в результате травмы при выскабливании. При миоме матки, эндометриозе, опухолях яичников беременность возможна, но возможность к зачатию обычно понижена.

Иммунологическое бесплодие

Характеризуется тем, что у женщины или мужчины развивается реакция клеточного и гуморального иммунитета к спермальным антигенам. Установлено, что антигенной активностью обладают не только сперматозоиды, но и семенная плазма. Женская яйцеклетка также имеет антигенные свойства. В организме женщины вырабатываются следующие антиспермальные антитела:

- 1) спермиоагглютинирующие;
- 2) спермиоиммобилизирующие;
- 3) спермиоцитотоксические.

Механизм иммунологического бесплодия различен в зависимости от места развития иммунных реакций; возможна иммобилизация сперматозоидов при их встрече с антителами, имеющимися в слизи канала шейки матки или при контакте с яйцеклеткой, при имплантации зиготы в матку. Вредное влияние на сперматозоиды, зиготу и плод могут оказывать соответствующие иммунные антитела, возникающие в крови женщины. В настоящее время известно, что определенное значение имеет иммобилизация сперматозоидов в шейечной слизи вследствие связи с антителами, что и приводит к бесплодию.

Народные средства, применяемые при лечении бесплодия

В народной медицине большую роль играет лечение лекарственными растениями. Создано множество сборников, посвященных подробному описанию лекарственных свойств трав, методов их сбора и приготовления настоев и отваров. Один из наиболее известных специалистов в области траволечения С. И. Ильина для лечения бесплодия рекомендует такие растения, как айва, багульник, гвоздика, зверобой, ива, календула, лаванда, мать-и-мачеха, подорожник, роза, ромашка, шалфей и щавель.

Айва. У древних греков плоды айвы были символом красоты, любви и плодородия. Древние знахари лечили бесплодие свежим соком айвы. Сок пьют от молодого месяца до двух третей его по 1 ст. л. вечером.

Гвоздика. Листья и цветы применяются в виде отвара. Для этого 1 ст. л. сырья заливают стаканом кипятка.

Пьют по 1 ст. л. 3 раза в день. Отвар можно сгустить в духовке до половины и тогда пить по 1 ч. л. 3 раза в день через 20-30 мин после еды.

Зверобой. Отвар готовят из 1 ст. л. травы с цветками на 1 стакан кипятка. Пьют по 1/3 стакана 3-4 раза в день через 30 мин после еды.

Ива. При всех гинекологических заболеваниях помогает отвар коры ивы. 1 ст. л. истолченной коры заливают в термосе 1 стаканом кипятка на 5-6 ч, пьют по 1 ст. л. 3 раза в день через 30 мин после еды.

Календула. Отвар готовят из 1 ст. л. цветков и листьев, залитых стаканом кипятка, настаивают до охлаждения. Пьют по 1/2 стакана 4-6 раз в день перед едой.

Подорожник. Подорожник применяется для лечения как женского, так и мужского бесплодия. Для этого 1 ст. л. семян заливают 1 стаканом кипятка и на водяной бане выдерживают не более 5 мин. Пьют по 2 ст. л. 4 раза в день.

Роза. Белая и розовая розы содержат большое количество витамина Е. При женском бесплодии применяют сироп из белой и розовой розы. При мужском бесплодии используют темно-красную или темно-розовую розы.

Ромашка. Используют настой. Для приготовления разового настоя берут 1/2 ч. л. сухих цветков ромашки и заливают 1/2 стакана кипятка. Пьют 3 раза в день в горячем виде.

Шалфей. Применяют как при женском, так и при мужском бесплодии. Настой готовят так: 1 ч. л. семян на 1 стакан кипятка. Пьют по 1 дес. л. 2 раза в день – утром натощак и перед сном в течение 11 дней сразу после прекращения менструации. Курс лечения – 3 месяца.

Если не наступит беременность, то через 2 месяца повторяют лечение.

Щавель. При лечении женского бесплодия применяют настой щавеля, который готовят следующим образом: 1 ст. л. щавеля заливают стаканом кипятка, варят на малом огне 1 мин. Настаивают до охлаждения. Пьют 3 раза в день за 30 мин до еды по 1/3 стакана.

Если к настою щавеля добавить спорыш и мумие, то эффект лечения наступит быстрее.

Еще предлагаются *следующие народные средства от бесплодия.*

Настой семян подорожника большого: 1 ст. л. семян заливают стаканом кипятка, настаивают 20 мин. Пьют по 1 ст. л. 3 раза в день 1-2 месяца.

Настой травы спорыша (горца птичьего): заливают 1 стакан травы 1 л кипятка, настаивают и пьют как чай.

Свежий сок зерен пшеницы молочно-восковой спелости. Пьют по 1/2 стакана 2-3 раза в день за 20 мин до еды.

Настой травы горицвета кукушника: 2 ст. л. травы заливают стаканом кипятка, настаивают 30 мин. Принимают по 1 ст. л. 3 раза в день.

Отвар корня девясила: 1 ч. л. корня заливают стаканом кипятка, кипятят 15 мин. Настаивают 4 ч, пьют по 1 ст. л. 3 раза в день.

Больше едят лука-порея.

Пьют свежий сок из ягод облепихи, содержащий много витамина Е, а также облепиховое масло.

Настой плодов лимонника китайского: 1 ст. л. сухих плодов заливают 1 стаканом кипятка, настаивают 30 мин, пьют по 1 ст. л. 2 раза в день.

Употребляют в пищу поджаренные семена конопли с солью.

Народные средства, применяемые при нарушениях менструального цикла

Аменорея – это отсутствие менструации в течение 6 месяцев. Аменорея может быть физиологической и патологической. Физиологическая наблюдается в детском возрасте, во время беременности, во время менопаузы. Это абсолютно нормальное состояние, не требующее лечения, поэтому рассматривать его мы не будем и обратимся к патологическим аменореям.

Среди патологических аменорей различают первичную (полное отсутствие менструаций у женщин, находящихся в периоде половой зрелости) и вторичную (аменорея, возникшая у женщин, у которых ранее были менструации). Причины возникновения аменореи: генетическая патология в результате нарушения функции желез, поражения эндометрия матки и др. Отсутствие менструаций вызывает у женщин беспокойство, снижение либидо, бесплодие, вегетативные и сосудистые расстройства (внезапные приливы жара, стеснение в груди, похолодание конечностей, сердцебиение, потливость, диспепсические явления).

Олигоменорея – урежение менструаций. Возникает практически по тем же причинам, что и аменорея.

Т. Н. Гончарова в энциклопедии лекарственных растений рекомендует для лечения нарушений менструального цикла сборы.

При аменорее и олигоменорее для стимуляции менструаций рекомендуются *следующие сборы*.

Тысячелистник (травы) – 10 г, солодка голая (корень) – 10 г, можжевельник (плоды) – 10 г, зверобой (травы) – 10 г, рута душистая (травы) – 10 г.

Отвар готовят из расчета 10 г смеси на 200 мл воды, принимают по 2 стакана на ночь.

Крушина ломкая (кора) – 20 г, рута (травы) – 20 г, розмарин (листья) – 70 г. Настой готовят из расчета 10 г смеси на 200 мл воды, принимают по 1 стакану 2 раза в день (пить небольшими глотками) в течение 7-8 дней до появления менструации.

Дисменорея – это болезненные менструации. Наблюдаются чаще у молодых девушек, при бесплодии.

Боли появляются за 2 дня до менструации и продолжаются 1-2 дня, реже до конца месячных. Дисменорея может возникать при воспалительных заболеваниях репродуктивных органов, при повышенной возбудимости нервной системы. Женщина испытывает боль внизу живота, головную боль, головокружение, тошноту, рвоту.

При дисменорее *рекомендуется сбор*.

Крушина (кора) – 20 г, ежевика (листья) – 20 г, береза (листья) – 20 г, мята перечная (травы) – 20 г, тысячелистник (травы) – 20 г, валериана (корень) – 20 г. Принимают по 1 стакану настоя (пьют небольшими глотками) в течение дня.

Среди «Знахарских рецептов», собранных доктором П. М. Куренковым, также встречаются *средства, применяемые при дисменореях и олигоменореях*.

Наливают в кастрюлю 1,5 стакана воды, доводят до кипения. Убавляют огонь так, чтобы кипение прекратилось, и продолжают лишь нагревание.

Кладут в горячую воду 4 г сушеной руты и варят ее в течение 15 мин, не допуская кипения.

Процеживают и выпивают всю отваренную порцию сразу, лучше утром натощак, и после приема лекарства не едят 6 ч.

При лечении бесплодия к этой проблеме необходимо подходить комплексно и сочетать достижения современной медицины с народными средствами лечения.

В последние годы заметно вырос интерес к народной медицине и народным средствам, которыми в России пользовались издавна.

Это лечение и лекарственными растениями, и энергоинформационными методами (камни, металлы, цветотерапия, мануальная терапия и т. д.).

Воспалительные заболевания женской половой сферы

К народным методам лечения **воспалительных заболеваний** женской половой сферы – **матки, придатков, влагалища** – относится также и траволечение.

Народные средства, применяемые при воспалении матки

Отвар коры березы и ольхи: смешивают в равных частях мартовскую березовую и ольховую кору. 2 ст. л. заливают 2 стаканами кипятка, кипятят 15 мин. Пьют по 1/2 стакана 3 раза в день.

Отвар цветов калины: 1 ст. л. цветков залить стаканом кипятка, кипятить 10 мин. Пить по 1/4 стакана 3 раза в день.

Отвар из зверобоя продырявленного: 1 ст. л. травы заливают 1 стаканом кипятка, кипятят 15 мин.

Пьют по 1/4 стакана 3 раза в день.

Отвар корня барбариса: 2 ст. л. барбариса заливают 0,5 л воды (суточная норма), кипятят 15 мин, процеживают.

Апельсин и лимон натирают с кожурой и смешивают с сахаром. Принимают по 1 ч. л. 3 раза в день.

Народные средства, применяемые при воспалении придатков

Аднексит – воспаление придатков, которое вызывается возбудителями, проникшими в них из влагалища и матки. В период обострения женщина испытывает боль внизу живота, рвоту, повышение температуры. Вне обострения боли могут стихать. Нужно есть как можно больше тыквы во всех видах, пить тыквенный сок.

Отвар кукурузных столбиков с рыльцами: 1 ст. л. сырья заливают стаканом кипятка, кипятят 15 мин. Пьют по 1/3 стакана 3 раза в день.

Сок свежих листьев алоэ принимают по 1 дес. л. 2-3 раза в день.

Равное количество ягод шиповника и черной смородины: 4 ст. л. смеси заливают 2 стаканами воды, настаивают 20 мин. Пьют по 1/2 стакана 3-4 раза в день.

Настой листьев ореха грецкого: 1 ст. л. листьев заливают 1 стаканом кипятка, настаивают 4 ч. Пьют за сутки.

Настой для микроклизм. Настой ромашки аптечной: заливают 2 ст. л. сухих цветков стаканом кипятка, настаивают 20 мин.

Фитотерапия вульвитов и кольпитов

Особенно большую роль применение лекарственных трав находит в местном лечении воспалительных процессов.

При лечении **вульвитов** и **кольпитов** применяют отвары и настои для орошения влагалища.

Лист эвкалипта – 6 г на 1 л воды; настой шалфея – 14 г на 1 л воды.

Для сидячих теплых ванночек используют отвары ромашки, ноготков, крапивы, чистотела – по 10 г на 1 л воды, продолжительность процедуры – 15 мин.

Е. Шмерко и И. Мазан предлагают следующие сборы лекарственных растений, настоек которых применяется для спринцеваний и фитотампонов.

Листья, цветки арники горной – 2 части; листья подорожника большого – 1,5 части; трава сушеницы топяной – 2 части; цветки ромашки аптечной – 2 части; цветки календулы лекарственной – 2 части; трава мяты перечной – 1,5 части. Измельченное сырье перемешивают, 5-6 ст. л. смеси заливают 500 мл крутого кипятка и настаивают в течение 2 ч. Спринцуют влагалище теплым настоем перед сном. На ночь закладывают марлевый тампон, смоченный в настое. В качестве фитотампонов можно использовать само сырье, при этом распаривать его необходимо в течение 30 мин. Распаренную смесь сырья, завернутую в марлю, заложить во влагалище на ночь.

Цветки календулы лекарственной – 1 часть; цветки пижмы обыкновенной – 1 часть; цветки ромашки аптечной – 1 часть; трава чистотела большого – 1,5 части; листья подорожника большого – 1 часть; трава лапчатки прямостоячей – 1 часть; трава сушеницы топяной – 1,5 части. Приготовление и применение идентично сбору, указанному выше.

Листья смородины черной – 1 часть; трава череды трехраздельной – 1,5 части; трава сушеницы топяной – 1 часть; цветки черемухи обыкновенной – 1 часть; цветки календулы лекарственной – 1,5 части; цветки ромашки аптечной – 1,5 части; листья ольхи клейкой – 1 часть; листья, цветки арники горной – 1 часть. Приготовление и применение идентично сбору, указанному выше.

Отвары этих же сборов можно рекомендовать для сидячих лечебных ванночек, температура воды – 32-33 °С, продолжительность – 15-20 мин.

Т. А. Гончарова рекомендует применять для лечения вульвовагинитов и кольпитов спринцевания из *отваров следующих сборов*:

- 1) цветы ромашки аптечной, лапчатка гусиная (трава) – по 50 г;
- 2) кора дуба, ромашка аптечная (цветки) – по 10 г; крапива двудомная (трава) – 30 г; горец птичий (трава) – 50 г;
- 3) розмарин (листья), шалфей (листья), тысячелистник (трава) – по 20 г; дуб (кора) – 40 г. Отвары готовят из расчета 10 г смеси на 200 мл кипяченой воды. Смесь кипятят 30 мин на водяной бане. Для спринцевания берут 1-2 ст. л. отвара на 1 л теплой кипяченой воды. Применяют 2 раза в день.

При лечении **сальпингоофоритов, эндометритов** фитотерапия входит в состав комплексного лечения. Компоненты сборов должны оказывать противовоспалительное, дезинфицирующее, кровоостанавливающее действие, а также способствовать улучшению гемодинамики в малом тазу.

Е. Шмерко и И. Мазан рекомендуют следующие сборы.

Почки, листья березы – 2,5 части; листья мяты перечной – 1,5 части; листья арники горной – 1,5 части; трава грушанки круглолистной – 1 часть; трава сушеницы топяной – 1 часть; листья барбариса обыкновенного – 2 части; трава тысячелистника обыкновенного – 2 части; семена овса посевного – 5 частей; цветки ландыша майского – 1 часть; листья, плоды смородины черной – 5 частей; трава хвоща полевого – 2 части. Сбор перемешивают. 2 ст. л. сырья заливают 500 мл крутого кипятка. Настаивают 1 ч. Процеживают, добавляют мед, лимон по вкусу, пить по 0,5 стакана 6-8 раз в день в теплом виде.

Трава сушеницы топяной – 2 части; цветки календулы лекарственной – 3 части; листья арники горной – 2 части; трава горца птичьего – 1,5 части; цветки ромашки аптечной – 2,5 части; трава Melissa лекарственной – 2 части; листья, плоды земляники лесной – 6 частей; трава грушанки круглолистной – 4 части; семена овса посевного – 5 частей; цветки василька синего – 2,5 части; плоды шиповника (толченые) – 5 частей; трава зверобоя продырявленного – 2 части. Приготовление и применение аналогично сбору, указанному выше.

Эффективным лечебно-профилактическим средством при воспалительных заболеваниях женских половых органов являются фитокомпрессы.

Один из сборов, применяемых для фитокомпрессов.

Листья черемухи обыкновенной – 5 частей; трава чистотела большого – 4 части; трава шалфея лекарственного – 4 части; листья березы повислой – 4 части; листья лещины обыкновенной – 2 части; трава сушеницы топяной – 6 частей; трава ромашки аптечной – 6 частей; листья смородины черной – 5 частей; трава язвенника многолистного – 4 части; трава хвоща полевого – 5 частей. Измельченное сырье перемешивают, берут нужное количество и заливают небольшим объемом горячей воды.

Настаивают в течение 30 мин, затем воду сливают, а растения рассыпают по ткани или марле, заворачивают, слегка отжимают и кладут на область низа живота, температура фитоаппликации не должна превышать 40 °С. Сверху на компресс накладывают клеенку и одеяло. Длительность процедуры – 40-45 мин, на курс лечения применяют 10-15 процедур через день.

В качестве противовоспалительного и кровоостанавливающего средства в гинекологии применяют жидкий экстракт из корневищ бадана толстолистного. Экстракт готовят следующим образом: 3 ст. л. измельченных корневищ заливают 1 стаканом кипятка и кипятят на медленном огне до выпаривания половины объема. Принимают по 30 капель 2-3 раза в день. Для спринцеваний используют 1 ст. л. экстракта, разведенную в 0,5-1 л воды.

С. И. Ильина рекомендует для лечения воспалительных процессов гениталий следующие растительные средства: аир, анис, белая акация, береза, василек, гиацинт, дуб, душица, ежевика, зверобой, калина, клевер, крапива, лен, лилия, липа, любисток, малина, можжевельник, орех, пастушья сумка, пижма, полевой хвощ, полынь, ромашка, сирень, тысячелистник.

Аир. Рекомендуются сухой корень аира хорошо измельчить и принимать на кончике чайной ложки 5-6 раз в день, запивая медовой водой.

Анис. Из аниса в домашних условиях готовят спиртовую настойку, содержащую 1 часть аниса и 5 частей 70-градусного спирта. Настаивают в течение недели, процеживают, ставят в холодильник. Принимают по 10-50 капель до 8-10 раз в день.

Береза. Березу повислую используют в виде настоя березовых почек, который готовится так: 5 г березовых почек кипятят 15 мин в 1 стакане воды, затем настаивают в течение часа и процеживают. Принимают по 1/2 стакана 4 раза в день после еды.

Василек. Из василька готовят отвар: 10 цветков заваривают 1 стаканом кипятка, настаивают до остывания, не процеживают. Пьют по 1/8 стакана 3 раза в день между едой.

Дубовая кора. Отвар из дубовой коры используют для сидячих ванночек, тампонов: 500 г измельченной коры варят в 3-4 л воды в течение 30 мин на небольшом огне, отвар разводят 1:1 кипяченой водой – для фитотампонов. Для ванночек можно использовать весь отвар.

Душица. Из душицы чаще применяют чай: 2-3 щепотки травы помещают в небольшой заварочный фарфоровый чайник. Пьют 2-3 чашки в день, забеливая молоком и подслащивая медом.

Ежевика. В качестве противовоспалительного средства применяют чай из корня ежевики – 1 ст. л. мелко нарубленного корня заливают 1 стаканом кипятка и настаивают 2 ч, процеживают. Пьют по 1 ст. л. на протяжении дня, но не более 2 стаканов.

Зверобой. Листья зверобоя в народной медицине часто используют для заварки чая, обладающего большой целебной силой: 2-3 ст. л. измельченной травы вместе с цветками или листочками заливают 1 л крутого кипятка. Настаивают 30-40 мин, процеживают, пить как чай, добавляя по вкусу сахар или мед.

Калина. Калину в народной медицине применяют при лечении в виде экстракта коры, отвара коры и спиртовой настойки.

Экстракт коры. 10 частей 50%-ного спирта и 1 часть коры калины настаивают 7 дней в темной бутылке. Пьют по 20-30 капель 2-3 раза в день за 30 мин до еды.

Отвар коры:

1) 1 часть коры и 20 частей воды настаивают 9 дней. Пьют по 1 ст. л. 3 раза в день за 30 мин до еды;

2) кору варят на слабом огне 15 мин, отмерив 2 ч. л. на 1 стакан воды. Пьют по 2 ст. л. 4 раза в день. Спиртовая настойка. 1/4 стакана измельченной коры

настаивают на стакане водки. Принимают 1 ч. л. в 1/4 стакана теплой воды, пьют 2-3 раза в день до еды.

Клевер. Для внутреннего приема 3 ч. л. травы заваривают 1 стаканом кипятка. Настаивают 1 ч, пьют по 1/4 стакана 3-5 раз в день за 20 мин до еды. Для местного применения: 2 ч. л. цветков на 1 стакан кипятка. Настаивают 5-6 ч в термосе, делают сидячие ванночки, припарки.

Любисток. Настой корня любистка. Заливают 1 ст. л. мелко наструганного корня любистка стаканом кипятка, настаивают 1 ч. Пьют по 1/2 стакана 3 раза в день через 20-30 мин после приема пищи. Эффект от лечения заметно выше при сочетании со спринцеванием настоем корня любистка.

Пижма. Для лечения воспалительных процессов применяют отвар цветков пижмы: половину 1 ч. л. на стакан кипятка. Закутывают в газеты и так держат до остывания. Процеживают. Пьют в 4-5 приемов.

Ромашка. Ромашка, в народе называемая маточной травой, нашла широкое применение в лечении гинекологических заболеваний. Половину 1 ч. л. сухих цветков ромашки заливают 1/2 стакана кипятка. Пьют 3 раза в день в горячем виде.

Хвощ полевой. Хвощ полевой применяют для местного лечения. Заваривают 2 ст. л. травы 2 стаканами кипятка. Спринцевание проводят утром и вечером маленькой клизмой по 2/3 стакана настоя. Предварительно не забывают процедить траву. Лечение продолжают до стойкого улучшения состояния.

Опухолевые заболевания матки

Основные формы опухолевых заболеваний матки

Миома матки – один из актуальнейших вопросов женского здоровья. Миома выявляется у 3,2 % всех женщин старше 30 лет. У тех, кто имеет гинекологическую патологию, миома встречается гораздо чаще – в 12-20 % случаев. Преимущественное возникновение – у женщин старше 40 лет. Злокачественное перерождение миомы происходит в 1,5-5 % случаев, в 2 % – имеется сочетание миомы и рака эндометрия. Бесплодие встречается в 40 % случаев у больных миомой в связи с предшествующим расстройством работы яичников с формированием менструального цикла по типу ановуляторного.

Фибромиома – это доброкачественная гормонозависимая опухоль, развивающаяся из мышечных и соединительно-тканых элементов матки. Термин «гормонозависимая» отражает современное воззрение на природу возникновения миомы.

Опухоль возникает в результате избыточной стимуляции тканей матки к росту. Эту стимуляцию осуществляют гормоны эстрогены. Эти гормоны вырабатываются в норме яичниками в первую фазу менструального цикла.

Однако их свойство вызывать рост гормонозависимой ткани существенно ограничивается прогестероном – еще одним гормоном яичников (вторая фаза цикла). Поэтому у молодых здоровых женщин миома – явление достаточно редкое. В климактерическом периоде, когда роль яичников снижается, основным источником эстрогенов служат мужские половые гормоны андрогены.

У женщин в климактерическом периоде преимущественным поставщиком андрогенов являются надпочечники. Секретированные в кровь андрогены попадают в жировую ткань, где происходит их превращение (путем ароматизации) в эстрогены (преимущественно эстрон).

Таким образом, несмотря на снижение функции яичников, уровень эстрогенов в крови довольно высокий, особенно у лиц, имеющих выраженную подкожную и висцеральную жировую клетчатку (избыточная масса тела, ожирение). В условиях дефицита прогестерона возникает ситуация, характеризующаяся постоянной стимуляцией тканей матки. Происходит избыточный рост – миома.

На развитие миомы имеют влияние и другие причины: перенесенная гинекологическая патология, бесплодие, ановуляторные менструальные циклы, некоторые факторы внешней среды, нервно-психическое напряжение, наличие хронической патологии со стороны внутренних органов.

Миома матки классифицируется по признаку расположения узлов:

- 1) субсерозная – узел под серозной оболочкой матки с наружной ее поверхности;
- 2) субмукозная – узел под слизистой оболочкой матки (ближе к внутренней полости);
- 3) интрамуральная – узел в толще мышц матки;
- 4) интралигаментарная – узел расположен в связке матки;
- 5) диффузная – когда как таковые узлы отсутствуют, а разрастание приобретает неопределенный диффузный характер. Основными симптомами миомы являются:

1) маточные кровотечения в виде чрезмерно обильных месячных или даже вне связи с менструацией;

2) боли, которые могут быть связаны с менструацией либо носят постоянный характер, локализуются, как правило, внизу живота, в пояснице; бесплодие. Помимо кровоте-

ний, миома может осложняться рождением субмукозного узла с его некрозом и нагноением; перекрутом ножки субсерозного узла также с его последующим некрозом.

Показания к плановой операции:

- 1) подслизистое расположение узла, создающее угрозу трудно купируемых кровотечений, а также рождения узла;
- 2) развитие вторичной анемии, т. е. малокровия, развивающегося из-за обильных кровотечений, вызванных миомой;
- 3) субсерозный узел на ножке (угроза перекрута);
- 4) нарушение функции смежных органов, например мочевого пузыря;
- 5) быстрый рост опухоли (более чем на 5 недель в год);
- 6) рост опухоли в менопаузе, когда менструации уже прекратились;
- 7) бесплодие при отсутствии других причин;
- 8) сильные боли.

Во всех перечисленных случаях можно попытаться сначала добиться лечебного эффекта путем применения лекарственных растений. Только при их неэффективности следует решать вопрос об операции. Не нуждаются в операции и, соответственно, могут в полной мере использовать фитотерапию женщины с небольшими размерами миомы (менее 14 недель), при отсутствии или малой выраженности симптомов, а также при интрамуральном расположении узла.

Траволечение миомы матки

Применяются противоопухолевые растения и «маточники».

1. **Противоопухолевые** – растения, которые направлены на уничтожение опухоли вне зависимости от ее локализации, назначаются при любых опухолях и при миоме матки. Используют спиртовые вытяжки из следующих растений:

- 1) борцы джунгарский и байкальский (ядовит!);
- 2) болиголов крапчатый (ядовит!);
- 3) мухомор красный (ядовит!);
- 4) сабельник болотный.

Способ применения зависит от вида травы. Лучшими среди них при миоме матки являются мухомор и болиголов.

2. **«Маточники»**. Эти растения целенаправленно действуют именно на опухоли матки:

- 1) шандра обыкновенная;
- 2) боровая матка;
- 3) зюзник европейский;
- 4) шутавари;

5) гуггул и некоторые другие. Их избирательное действие на матку связано с наличием в их составе йода. Но не каждое растение, содержащее йод, подходит для лечения миомы. Применение таких йод-содержащих трав, как череда, грецкий орех, ламинария, также дает положительный результат.

Существуют виды растений, воздействующие на причины возникновения и развития опухоли.

1. **Регуляторы трофики соединительной ткани:**

- 1) харитаки;
- 2) амалаки;
- 3) бала;
- 4) брингарадж;

- 5) гокшура;
- 6) манжишта;
- 7) маргоза;
- 8) горец птичий;
- 9) хвощ полевой; 10) медуница лекарственная.

Необходимость их применения связана с тем, что избыточные разрастания соединительной фиброзной ткани нередко связаны с неправильной работой так называемых соединительно-тканых макрофагов. Это клетки, которые вырабатывают специальные вещества, стимулирующие активность фибротических процессов в органе.

Они первыми встречаются с чужеродными микроорганизмами, частицами, а также с опухолевыми клетками. В результате запускаются все необходимые механизмы иммунной системы, направленные на ликвидацию возникшей проблемы.

Активность их зависит от присутствия молекул *кремния*.

Перечисленные выше растения как раз содержат в своем составе этот химический элемент.

2. Иммуномодуляторы и адаптогены:

- 1) брингардж;
- 2) шатавари;
- 3) элеутерококк колючий;
- 4) родиола розовая;
- 5) левзея сафроловидная;
- 6) аралия маньчжурская;
- 7) копеечник.

Регуляция менструального цикла

Травы для лечения:

- 1) амалаки;
- 2) ашваганда;
- 3) бала;
- 4) брами;
- 5) брингарадж;
- 6) гокшура;
- 7) гуггул;
- 8) манжишта;
- 9) маргоза; 10) муста; 11) харитаки; 12) шатавария.

При задержке менструации принимают настойку аристо-лохии, отвар цветков пижмы.

При болезненных месячных помогают манжетка, ромашка, хмель.

При ранних менструациях – прострел обыкновенный.

При менструациях, сопровождающихся отеками, – ясменник душистый.

При атоничной матке – гвоздика полевая, душица обыкновенная.

Ликвидация маточных кровотечений:

- 1) крапива двудомная;
- 2) пастушья сумка;
- 3) тысячелистник обыкновенный. Эти травы усиливают свертывание крови. Крапива приводит к резкому спазмированию сосудов матки, в результате чего кровотечение останавливается.

Местное лечение усиливает действие назначаемых внутрь трав.

В зависимости от того, какой эффект должно быть достигнут, подбирают растения. Например, для противоопухолевого эффекта делают спринцевание с отваром корня конского щавеля или подмаренника цепкого. Чтобы уменьшить боли, берут ромашку аптечную.

Припарки прикладывают на низ живота. Основу припарки составляют какие-либо субстанции, долго сохраняющие тепло и не препятствующие всасыванию лекарственного вещества. В качестве основы используют: недоваренную перловую кашу, кукурузную кашу, отвары сли-зесодержащих растений – семена льна, корень алтея, мальву и др.

В готовую основу припарки добавляют настойки и отвары лечебных растений, например донника лекарственного, чернокорня лекарственного, синяка обыкновенного и др.

Для приготовления тампонов используют те же лекарственные растения в виде отваров, мазей и масел.

Чай женский

Состав: манжетка обыкновенная, тимьян обыкновенный, мелисса лекарственная, тысячелистник обыкновенный, зверобой продырявленный.

Показания. Чай благотворно воздействует при расстройствах менструации и в климактерическом периоде, оказывает спазмолитическое действие. Он помогает при воспалительных заболеваниях мочевых путей и нарушениях обмена веществ.

ГЛАВА 2. ЗАБОЛЕВАНИЯ ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНОГО ТРАКТА

Гастрит

Основные формы заболевания

Гастрит – это воспаление слизистой оболочки (в ряде случаев и более глубоких слоев) стенки желудка. Острый гастрит – острое воспаление слизистой оболочки желудка. Существует множество причин, вызывающих развитие острого гастрита:

- 1) химические и механические повреждения;
- 2) термические ожоги;
- 3) бактериальные инфекции.

Воспалительный процесс может ограничиваться поверхностным эпителием слизистой оболочки или распространяться на всю толщу слизистой оболочки, интерстициальную ткань и даже мышечный слой стенки желудка.

Острый гастрит часто протекает как острый гастроэнтерит или острый гастроэнтероколит. Различают *простой (банальный)*, *катаральный*, *коррозийный* и *флегмонозный* гастриты.

Простой гастрит встречается наиболее часто.

Причиной *экзогенного* гастрита являются: погрешности в питании, пищевые токсикоинфекции, раздражающее действие некоторых лекарств (салицилатов, бутадиона, бромидов, наперстянки, антибиотиков, сульфаниламидов), пищевая аллергия (на землянику, грибы и др.) и т. д.

Эндогенный острый гастрит возникает при острых инфекциях, нарушениях обмена веществ и массивном распаде белков (при ожогах).

Острое раздражение желудка может развиваться при тяжелых радиационных поражениях. При *катаральном гастрите* имеют место инфильтрация лейкоцитами поверхностного, местами дистрофически, некробиотически измененного эпителия, а также признаки воспалительной гиперемии.

Симптомы острого гастрита проявляются обычно через 4-8 ч после воздействия этиологического фактора. Характерны чувство тяжести и полноты в подложечной области, тошнота, слабость, головокружение, рвота, понос. Кожные покровы и видимые слизистые бледные, язык обложен серовато-белым налетом, отмечаются слюнотечение или, наоборот, сильная сухость во рту. При пальпации выявляется болезненность в эпигастральной области. Прогноз при своевременно начатом лечении благоприятный.

Лечение острого гастрита складывается из составляющих:

- 1) медикаментозная терапия, назначаемая врачом;
- 2) лечебное питание:
 - а) первые 1-2 дня рекомендуется воздерживаться от приема пищи, но разрешается пить небольшими порциями крепкого чая, боржома;
 - б) на 2-3-й день разрешают нежирный бульон, слизистый суп, манную и протертую рисовую кашу, кисели;
 - в) затем больного переводят на химически, механически и термически щадящую диету;

г) через 6-8 дней – обычное питание.

Гастрит коррозийный развивается вследствие попадания в желудок крепких кислот, щелочей, солей тяжелых металлов, концентрированного этилового спирта. **Симптомы:** боль во рту, за грудиной и в эпигастральной области, часто нестерпимая, повторная мучительная рвота; в рвотных массах отмечаются кровь, слизь, иногда фрагменты тканей. На губах, слизистой рта, зева и гортани видны следы химического ожога: отек, гиперемия, изъязвления. Лечение исключительно медикаментозное.

Гастрит флегмонозный (флегмона желудка) встречается крайне редко, характеризуется флегмонозным воспалением стенки желудка с диффузным или ограниченным распространением гноя преимущественно в подслизистом слое; распознается обычно при хирургическом вмешательстве.

Симптомы: характерно острое развитие с ознобом, повышением температуры, резкой адинамией, болью в верхней половине живота, тошнотой и рвотой. Язык сухой, живот вздут. Общее состояние резко ухудшается. Больные отказываются от еды и питья, быстро истощаются, изменяются черты лица (лицо Гиппократов). В подложечной области при пальпации – болезненность. Лечение проводят в основном в хирургических стационарах. Парентерально вводят антибиотики широкого спектра действия в больших дозах. При неэффективности консервативной терапии показано хирургическое лечение.

Если действие вредоносных факторов часто повторяется, то острый гастрит обычно переходит в **хронический**.

Гастрит хронический проявляется хроническим воспалением слизистой оболочки (в ряде случаев и более глубоких слоев) стенки желудка. Весьма распространенное заболевание, составляющее в структуре болезней органов пищеварения около 35 %, а среди заболеваний желудка – 80-85 %.

Хронический гастрит иногда является результатом дальнейшего развития острого гастрита, однако чаще развивается под влиянием различных экзогенных факторов (повторные и длительные нарушения питания, употребление острой и грубой пищи, пристрастие к горячей пище, плохое разжевывание, еда всухомятку, употребление крепких спиртных напитков – гастрит алкогольный). Причиной хронического гастрита могут быть качественно неполноценное питание (особенно дефицит белка, железа и витаминов), длительный бесконтрольный прием медикаментов, обладающих раздражающим действием на слизистую оболочку желудка (салицилатов, бутадиона, преднизолона, некоторых антибиотиков, сульфаниламидов и др.), производственные вредности (соединения свинца, угольная, металлическая пыль и др.), заболевания, обуславливающие гипоксию тканей (хроническая недостаточность кровообращения, пневмоклероз, анемия), эндогенные интоксикации при заболеваниях почек, подагре (при которых слизистой оболочкой желудка выделяются мочевина, мочевая кислота, индол, скатол и др.), действие токсинов при инфекционных заболеваниях и местных хронических очагах инфекции (так называемый элиминационный хронический гастрит), наследственная предрасположенность.

В 75 % случаев хронический гастрит сочетается с хроническим холециститом, аппендицитом, колитом и другими заболеваниями органов пищеварения.

Симптомы. Наиболее частыми симптомами являются ощущение давления и распирания в эпигастральной области после еды, изжога, тошнота, иногда тупая боль, снижение аппетита, неприятный вкус во рту, при пальпации – нередко легкая болезненность в эпигастрии. Вначале заболевание может протекать с различным секреторным фоном, хотя чаще всего имеется тенденция к снижению секреции и кислотности желудочного сока.

Хронический гастрит с нормальной и повышенной секреторной функцией желудка – обычно поверхностный или с поражением желудочных желез без атрофии; возникает чаще в молодом возрасте преимущественно у мужчин. Характерны боль, нередко язвенноподоб-

ная, изжога, отрыжка кислым, ощущение тяжести в эпигаст-ральной области после еды, иногда – запоры.

Геморрагический гастрит (гастрит эрозийный, эрозии желудка хронические) характеризуется склонностью к желудочным кровотечениям, преимущественно воспалительным и эрозивным изменениям слизистой оболочки желудка, сохраненной или высокой желудочной секреции.

В ряде случаев кровотечения связаны с повышенной проницаемостью сосудов желудка и легкой травматизации его слизистой. Другие клинические проявления – как при предыдущей форме гастрита.

Хронический гастрит с секреторной недостаточностью характеризуется атрофическими изменениями слизистой оболочки желудка и его секреторной недостаточностью, выраженными в различной степени; развивается в основном у лиц зрелого и пожилого возраста. Отмечаются желудочная и кишечная диспепсия (неприятный вкус во рту, снижение аппетита, тошнота, особенно по утрам, отрыжка воздухом, урчание и переливание в животе, запоры или поносы); при длительном течении – похудание, гипопротеинемия, симптомы полигиповитаминоза, нерезко выраженного гипокортицизма, недостаточности других эндокринных желез (общая слабость, импотенция и др.), нормохромная или железодефицитная анемия. Часто возникает сопутствующий энтерит; кишечный дисбактериоз, панкреатит, холецистит накладывают свой отпечаток на клиническую картину заболевания. Течение хроническое с периодами обострения под воздействием неблагоприятных факторов (нарушение режима питания и диеты, прием крепких алкогольных напитков и их суррогатов и др.).

Возможные осложнения: профузные кровотечения (при геморрагическом гастрите). Хронический гастрит (особенно «перестройки» и его атрофически-гиперпластическая форма) рассматриваются как предопухоловое заболевание. Прогноз в отношении жизни благоприятный: под влиянием лечения в большинстве случаев сравнительно быстро улучшается самочувствие больных, но основные морфологические изменения хронического гастрита и нарушения секреторной функции желудка, как правило, остаются. Лечение обычно проводят в амбулаторных условиях, при обострениях целесообразна госпитализация. Ведущее значение имеет лечебное питание. В период обострения болезни питание должно быть дробным, 5-6 раз в сутки. По мере стихания обострения диетотерапия строится с учетом характера секреторных нарушений.

Профилактика. Основное значение имеют рациональное питание, отказ от употребления крепких алкогольных напитков, курения. Необходимо следить за состоянием полости рта, своевременно лечить заболевания других органов брюшной полости, устранять профессиональные вредности. Больные хроническим гастритом, особенно с атрофически-дисрегуляторными изменениями, должны находиться на диспансерном учете и комплексно обследоваться не реже 2 раз в год.

Основное лечение гастрита с повышенной кислотностью – диета. Следует поэтому уделять особое внимание ее соблюдению в соответствии с рекомендациями врача.

Готовить пищу необходимо так, чтобы обеспечить больному органу максимальный покой, препятствуя чрезмерному выделению желудочного сока. Пища должна оказывать нейтрализующее воздействие на выделяемую в избытке соляную кислоту, не раздражая слизистую желудка и кишечник, т. е. должна быть механически, термически и химически щадящей.

Диета при гастрите

Напитки: чай с молоком, какао и кофе с молоком или сливками.

Хлебные изделия: черствый белый хлеб и сухари, несдобные сорта булочных изделий и печенья.

Закуски: неострый тертый сыр, сырное масло, диетические сосиски, нежирная ветчина и окорок, нежирная колбаса ветчинно-рубленая, хорошо вымоченная селедка, копченая нежирная рыба.

Молоко и молочные продукты: цельное и обезжиренное молоко, пахта, кефир, йогурт, свежий некислый творог, творожный сыр, сухое и сгущенное молоко в напитках и блюдах, сливки, сырки, простокваша, ацидофильное молоко.

Жиры: масло сливочное, топленое, оливковое, подсолнечное рафинированное.

Яйца и яичные блюда: яйца всмятку, яичница на пару, глазунья на пару.

Супы: разные супы на мясном, рыбном, грибном бульонах и на овощных отварах с мелко нарубленными или протертыми овощами и протертыми крупами, борщи, свекольники.

Мясные и рыбные блюда: различные рубленые изделия из нежирной говядины, телятины, баранины, свинины, птицы, из рыбы; частиковая рыба или птица отварные.

Крупяные и макаронные изделия: каши протертые из всех видов круп, полувязкие, пудинги запеченные, макароны мелко нарубленные отварные, отварная вермишель.

Овощи и зелень: пюре из хорошо отваренных овощей (шпината, кабачков, тыквы, помидоров (без кожуры), зеленого горошка, спаржи, моркови, свеклы); из сырых овощей – зеленый салат, укроп, петрушка.

Ягоды: сладкие сорта (клубника, малина, земляника).

Фрукты: мягкие, сладкие фрукты в вареном, протертом или запеченном виде.

Сладкие блюда: крем, желе, кисели, протертые компоты из сладких ягод и фруктов.

Соусы и пряности: мясные, рыбные, сметанные соусы, лавровый лист в очень незначительном количестве, корица.

Запрещаются:

- 1) алкогольные напитки;
- 2) свежие хлебобулочные изделия;
- 3) ржаной хлеб, горох, фасоль, чечевица, толстые макароны, рожки, твердые сыры;
- 4) жареные яйца, жирные сорта мяса, жареное мясо, мясные изделия с большим количеством пряностей и жира (в том числе мясные и рыбные консервы);
- 5) жареный картофель;
- 6) капуста, репа, редис, репчатый лук;
- 7) неспелые фрукты, фрукты с кожурой;
- 8) свиное и баранье сало, грудинка, топленое сало, сметана;
- 9) шоколад, конфеты;
- 10) черный и красный перец, хрен, горчица и другие острые приправы.

Лекарственные сборы, применяемые в сочетании с диетой для лечения хронического гастрита

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.