

ЗДОРОВАЯ ЖИЗНЬ

ЛЕЧЕНИЕ ТРАВАМИ ВАРИКОЗНОГО РАСШИРЕНИЯ ВЕН



Здоровая жизнь (Научная книга)

Сборник

Лечение травами

варикозного расширения вен

«Научная книга»

2019

Сборник

Лечение травами варикозного расширения вен / Сборник —
«Научная книга», 2019 — (Здоровая жизнь (Научная книга))

Варикозное расширение вен — весьма распространенное и разнообразное по своим проявлениям заболевание. В этой книге мы расскажем об основных причинах его появления и дадим конкретные рекомендации по профилактике, лечению и образу жизни, которые помогут вам вернуть здоровье.

Содержание

Введение	5
Что такое варикозная болезнь	6
Основные причины и механизм развития варикозной болезни (патогенез)	7
Основные принципы и направления профилактики и лечения варикозной болезни	12
Применение лекарственных трав	14
Дубильные вещества	17
Эфирные масла	18
Органические кислоты	19
Алкалоиды	20
Витамины и коферменты	21
Фитотерапия	23
Сбор, сушка и хранение растительного лекарственного сырья	25
Способы приготовления лекарственных трав	27
Конец ознакомительного фрагмента.	29

Лечение травами варикозного расширения вен

Введение

Варикозное расширение вен – заболевание, характеризующееся изменением формы, строения и функции венозной системы, нарушением венозного кровотока, прогрессирующим течением и появлением ряда осложнений. Оно может быть самостоятельным или симптомом другой болезни.

Варикозное расширение вен – весьма распространенное и разнообразное по своим проявлениям заболевание. Это обусловлено, с одной стороны, причинами и механизмами его возникновения, а с другой – индивидуальными особенностями организма. Варикозному расширению подвержены не только сосуды конечностей, но и вены внутренних органов (прямой кишки, пищевода и др.). Осложнения и периодические обострения варикоза часто приводят к временной потере трудоспособности, а прогрессирование распространенности болезни преимущественно среди наиболее работоспособной части населения, значительные трудовые и материальные потери, связанные с лечением и частой инвалидизацией больных указывают на социальную значимость этой проблемы, требующей безотлагательного решения.

В последние десятилетия заболеванию вен, в частности варикозному расширению их, уделяется большое внимание. У нас в стране выяснением причин и механизмов развития варикозного расширения вен, совершенствованием методов диагностики и лечением занимаются центры сосудистой хирургии и специализированные сосудистые флебологические отделения.

При написании книги перед нами стояла задача: рассказать об основных причинах варикозного расширения вен и дать конкретные рекомендации по профилактике, лечению и образу жизни, которые помогут вам вернуть здоровье. Сегодня от варикозных вен можно избавиться достаточно быстро, даже не прибегая к операции. Особенно если болезнь не запущена и соответствующие меры приняты вовремя.

Ваши больные вены исчезнут, а это значит, что ваши ноги вновь станут такими же здоровыми и, соответственно, красивыми, что немаловажно для женщин. У вас улучшится кровообращение, что принесет здоровое ощущение всему вашему телу, а значит, и повысит работоспособность. Из нашей книги, дорогие читатели, вы сможете отчетливо понять, что именно происходит в вашем организме, когда у вас начинает развиваться варикозное расширение вен. А главное, чтобы, разобравшись во всем этом, вы не пугались, не прятали ваши ноги и не прибегали к самостоятельному лечению, а точно знали, что именно и как нужно делать. Итак, читайте книгу и избавляйтесь как от самого варикоза, кто уже заболел им, так и от возможности обзавестись этим неприятным недугом.

Что такое варикозная болезнь

Варикозная болезнь – это расширение поверхностных вен, сопровождающееся нарушением кровотока. Варикозное расширение вен развивается обычно над венозными клапанами и связано со слабостью венозных стенок и с повышением давления крови в венах. Когда вены здоровы, клапаны внутри них подгоняют кровь, однако, если стенки сосудов ослаблены, они могут расширяться, разъединяя створки клапанов. В результате функции клапанов нарушаются и под силой тяжести кровь просачивается обратно. Она скапливается в нижних участках ног, и в результате мы имеем вздутые варикозные вены. Расстройства венозного кровообращения возникают либо как проявление общих расстройств при недостаточности кровообращения, либо в результате патологических процессов в самой венозной системе.

Варикозное расширение вен – заболевание, при котором происходит расширение вен из-за постоянного давления крови. Вены начинают выступать на внутренней стороне икр и голени, иногда сеточки вен явно просматриваются на бедрах. Представьте себе, что кровь в ваших венах – как вода в бассейне. Чем глубже вы ныряете, тем больше она на вас давит. И это давление на вены прямо пропорционально весу человека. Иначе говоря, у людей высоких и тучных, страдающих варикозом, заболевание проходит тяжелее, чем у невысоких и худощавых. Считается, что это заболевание встречается у четверти взрослого населения планеты. В нашей стране заболеванием вен страдает более сорока миллионов человек. И половина жертв этого заболевания не подозревают, что необходимо вплотную заняться проблемами собственного здоровья. А ведь варикозное расширение вен – не только косметический недостаток. Оно чревато серьезными последствиями, осложнениями, неблагоприятный исход которых может грозить даже смертью. Чтобы разобраться, как и почему возникает варикозная болезнь, нужно немного подробнее остановиться на строении и функционировании сосудистой системы ног.

Основные причины и механизм развития варикозной болезни (патогенез)

На протяжении многих десятилетий причины варикозной болезни являются предметом дискуссий, которые не прекращаются и в настоящее время. Выдвинуто большое число теорий, пытающихся объяснить причины и механизм развития этого заболевания. Среди них наибольшее распространение получили: наследственная, механическая, гормонально-эндокринная, инфекционно-аллергическая.

На основании длительного изучения данного заболевания отмечено, что варикозная болезнь является **наследственным заболеванием**. При опросе больных, страдающих варикозным расширением вен, а также при обследовании их семей, как правило, выявляются родственники, страдающие болезнями вен. По наследству передается предрасположение к возникновению заболевания, которое выражается во врожденной слабости соединительной и мышечной ткани стенки вены, ее клапанов (клапанов может быть слишком мало), а также в неправильном строении стопы. Не исключаются также врожденные нарушения развития венозной системы. Заболевание наследуется чаще по женской линии. Вены у подобной категории людей могут выдерживать лишь нормальное давление. При чрезмерной физической нагрузке (особенно в юношеском возрасте) сосуды нижних конечностей переполняются кровью, и в них повышается венозное давление, которое при слабости стенки приводит к расширению вен. Примером тому является расширение вен у спортсменов-штангистов. Однако далеко не у всех людей, имеющих врожденную предрасположенность к этому заболеванию, обязательно проявляется варикозное расширение вен.

Следовательно, для развития и возникновения заболевания необходимы еще и другие какие-то причины. Обсуждая вопросы развития варикозной болезни, следует отметить передачу по наследству двух факторов. Это нарушения соотношений коллагена и эластина в стенках вен, что обуславливает их плохую сопротивляемость повышением внутрисосудистого давления.

Стенки вен чрезмерно растягиваются, что приводит к развитию относительной недостаточности клапанов и нарушениям кровотока. Второй фактор – это недостаточная оснащенность вен клапанами и их врожденная анатомическая неполноценность. Естественно, что при сочетании этих обоих факторов заболевание может протекать с ранним появлением его первых признаков и быстрым развитием симптомов.

По первому признаку заболевание ближе стоит к группе коллагенозов, по второму – к категории ангиодисплазий. Коллагеноз и ангиодисплазии – заболевания наследственные, и близость варикозной болезни к этим разновидностям врожденной патологии не может служить основанием, чтобы отдать предпочтение одному из них как основному причинному фактору.

Варикозная болезнь не встречается у животных; только человеку присуще это заболевание, так как феномен наличия большей части циркулирующей крови ниже уровня сердца во время активной жизнедеятельности (60–70 %). Различают два вида гипертензии в венах нижних конечностей: ортостатическую и динамическую, которые играют основную роль в развитии варикозной болезни. Саму ортостатическую венозную гипертензию следует считать явлением физиологическим, патологические проявления ее возникают при нарушениях функции венозных клапанов, когда в поверхностных и глубоких венах возникает патологический ретроградный кровоток. Патологические проявления динамической венозной гипертензии также возможны только при наличии противоестественного ретроградного кровотока.

Такой кровоток возникает как в пределах глубоких вен, так и из соединяющих вен. При классификации варикозной болезни выделены ее нисходящие и восходящие формы. При нис-

ходящих формах заболевания основную повреждающую роль играет нисходящий кровоток, обусловленный деятельностью насоса нижней поллой вены.

Восходящая форма в большей мере обусловлена нарушениями кровотока под воздействием насосов стопы и голени. Но ни гипертензия, ни патологический кровоток сами по себе не вызывают варикозную болезнь. Только при наличии врожденной неполноценности вен эти факторы являются решающими в развитии заболевания.

Механическая теория основывается на отрицательном действии гидростатического давления на стенку вены в положении больного стоя и при действии всех факторов, ведущих к повышению внутрибрюшного давления, затрудняющих венозный отток из бассейна нижней поллой вены (беременность, опухоли малого таза и брюшной полости, тяжелая физическая работа стоя, хронические колиты, сопровождающиеся запорами и др.).

У человека в положении стоя, в покое даже при полноценной структуре клапанов и венозной стенки гидростатическое давление в венах нижних конечностей равно высоте столба крови от правого предсердия до точки измерения на нижних конечностях. Полноценные клапаны, рассекая этот столб на отдельные фрагменты, снижают отрицательное действие на них толчкообразных нагрузок. Движение крови к сердцу обеспечивается остаточным систолическим давлением сердца, тоническими сокращениями венозной стенки и присасывающей силой грудной клетки.

Это давление должно быть выше гидростатического. Вследствие длительного действия высокого гидростатического давления на венозную стенку расширяются комиссуры, расходятся морфологически полноценные створки клапанов и наступает относительная клапанная недостаточность. Этот процесс проходит значительно быстрее при врожденной или приобретенной слабости мышечной и эластичных структур венозной стенки и самого клапана, а также при врожденном их недоразвитии. Ввиду того что высокое гидростатическое давление у человека постоянно, после возникновения относительной клапанной недостаточности развивается абсолютная в результате атрофии створок клапана как нефункционирующего образования.

В подтверждение этой теории приводятся данные о более частом заболевании варикозной болезнью лиц, труд которых связан с длительным пребыванием на ногах и высокой психологической нагрузкой (хирургов, стоматологов, наборщиков типографий), с подъемами больших тяжестей (грузчиков, землекопов, шахтеров и др.), а также беременных, больных с опухолями органов брюшной полости, особенно гениталий, и других, на которых влияют различные факторы, способствующие длительному и часто повторяющемуся повышению внутрибрюшного давления, затруднению оттока крови из вен нижних конечностей. Чрезмерные нагрузки, возникающие либо от избыточного веса, либо от излишне интенсивных физических нагрузок, особенно если они сопровождаются частым перетягиванием или пережатием тех или иных участков тела всевозможными повязками или тесной одеждой. Вены в верхних частях начинают растягиваться, в результате чего пластинки клапанов становятся не в состоянии полностью перекрывать просвет, и часть крови поступает обратно. Это, в свою очередь, увеличивает давление на нижерасположенные участки вен, растягивает клапаны во всех более и более нижних зонах. И в конце концов на венах начинают образовываться всевозможные бугры и дополнительные извивы.

О роли нейроэндокринных перестроек в растяжении вен говорит тот факт, что чаще она проявляется в период полового созревания, при беременности, после родов, а также в период полового развития. В эти периоды происходят изменение обменных процессов и перестройка гормональной системы, в связи с чем изменяется сосудистая стенка.

Она становится подверженной к расширению. Поэтому первые признаки болезни начнутся в детстве, а более тяжелые формы – в пожилом возрасте.

Чаще всего такое происходит во время второй беременности. Если бы в этом случае причиной возникновения варикозного расширения вен было увеличение нагрузки в результате

увеличения веса и кровотока, то болезнь не возникала бы на ранних стадиях беременности. То же, что она возникает именно на ранних стадиях беременности, особенно второй, позволяет сделать вывод, что ее причиной являются какие-то гормональные изменения, происходящие в организме матери в этот период.

Четвертой сопутствующей причиной заболевания можно назвать и следующую. У животных, передвигающихся на четырех конечностях, органы пищеварения находятся в свободном состоянии в брюшной полости. У человека же ввиду вертикального положения его тела желудок и кишечник, свисая вниз, могут передавливать крупные вены, несущие кровь к сердцу от нижних конечностей.

Переполненный кишечник, особенно последний его отдел, в котором скапливаются фекальные массы, может пережимать вены на достаточно продолжительный срок. А чем больше сдавливаются основные венозные стволы, тем большее сопротивление приходится преодолевать поступающей снизу крови. При напряжении живота давление в венах нижних конечностей достигает 200 мм рт. ст. и более. То есть имеется влияние внутрибрюшного давления на гидростатическое давление в венах нижних конечностей. Это связано с эвакуацией очень плотных кишечных масс. Последнее зависит от специфики питания населения, в частности от использования продуктов, бедных растительной клетчаткой. Этим объясняется и возрастное удлинение пассажа кишечных масс по кишечнику с увеличением возраста человека, и географическое распространение варикозного расширения вен.

Такое постоянное повышение внутрибрюшного давления и внутривенного давления со временем может привести к варикозному расширению вен.

Естественно, эвакуация кишечных масс с возрастом замедляется, но вряд ли можно считать этот факт главной причиной болезни.

Большая распространенность варикозной болезни в экономически развитых странах связана не только с преобладанием рафинированных продуктов в питании населения, но и с тем, что темп жизни в этих странах несравненно выше, чем в экономических отсталых.

Расширению вен способствуют воспалительные заболевания органов малого таза (особенно у женщин). Определенную роль играют и такие инфекции, как грипп, ангина. Неблагоприятными факторами являются кашель и запоры, особенно если они имеют затяжной характер. Кашель и запоры повышают внутрибрюшное давление, которое способствует повышению внутрибрюшного давления. Предрасполагающими моментами к расширению вен нижних конечностей служат избыточный вес и деформация стоп: продольно-поперечное плоскостопие, деформация пальцев. Люди с избыточным весом обычно неправильно и мало ходят.

Пятым фактором можно назвать малоподвижный образ жизни. Гиподинамия – это бич современного человека, приводящий к развитию многих заболеваний. Жители экономически развитых стран, особенно жители городов, ведут оседлый, малоподвижный образ жизни, поэтому их физическое развитие, несомненно, уступает физическому состоянию «людей природы». Наряду с увеличением факторов, вредно действующих на региональный кровоток, у них снижается сила мышц нижних конечностей. В результате ослабляется мышечно-венозный насос, который в основном продвигает кровь бассейна нижней полой вены к правому сердцу.

Например, если вы долго сидите, особенно на жестком стуле или скамейке, да еще положив ногу на ногу, то ваши вены находятся в сжатом состоянии. Соответственно, участкам вен, особенно расположенным ниже голеней, в течение длительного промежутка времени достается повышенная нагрузка, заключающаяся в преодолении дополнительного сопротивления. Мышцы же ног при этом практически не работают, т. е. не помогают проталкиванию новых потоков крови в верхние области. Когда вы, наоборот, долго стоите, ваши глубокие вены, особенно в районе голени, почти постоянно находятся в сжатом состоянии из-за непрекращающегося напряжения мышц. И теперь увеличенное сопротивление приходится преодолевать кровотоку на участках стопы и лодыжек.

Гиподинамия – ограничение движений – отрицательно сказывается на деятельности системы кровообращения, вызывает вегетативно-сосудистые расстройства: изменение тонуса сосудов, увеличение частоты сердечных сокращений, снижение кожной температуры и др.

Ну и, конечно же, нельзя не отметить, что курение и алкоголь, особенно при злоупотреблении ими, также весьма способствуют износу вен, что, в свою очередь, может оказаться той недостающей каплей, которая и решит исход дела не в вашу пользу.

Ведь курение и алкоголь являются сосудорасширяющими средствами, именно в этом и заключается их якобы стимулирующее действие при работе. От спиртных напитков еще и временно усиливается кровоток, а потом происходит обратный процесс – спад давления и сужение сосудов. В конце концов сосуды могут расширяться настолько, что клапаны на венах перестанут перекрывать просвет и процесс заболевания варикозным расширением вен начнет в полную силу развиваться. Кроме того, под влиянием никотина в крови освобождается тромбосан, который способствует усилению свертываемости крови. А это прямой путь к скорому осложнению варикоза – тромбоза.

Итак, если к наследственной предрасположенности добавить пребывание в неподвижном, особенно стоячем или сидячем положении – могут возникнуть застои крови в нижних конечностях, нарушающие работу венозных клапанов и приводящие к расширению сосудов, что, в свою очередь, ведет к образованию всевозможных узлов и извилин. Другим комплексом причин, приводящим к возникновению варикоза расширенных вен, могут быть: препятствие к свободному оттоку крови из нижних конечностей к сердцу, возникающие в результате развития беременности, при хронических запорах, опухолях, а также от ношения перетягивающих повязок, что вместе с наследственной предрасположенностью может привести к возникновению варикоза.

Как развивается варикозная болезнь

При нарушении венозного кровообращения кровь задерживается в глубокой системе. Давление ее там повышается, а это, в свою очередь, не дает клапанам полностью развернуться. Клапаны начинают пропускать кровь в обратном направлении. Из коммуникантных вен кровь возвращается снова в поверхностные вены, и они переполняются. Повышается давление в венах, а значит, замедляются обменные процессы. Стенки сосуда, сколько могут, держат это давление, но со временем они слабеют, и это приводит к их расширению. В начальных стадиях заболевания в ответ на повышение давления стенки вен утолщаются. В более поздних стадиях вены разрушаются и постепенно замещаются рубцовой тканью. Преобладающим процессом становится склероз. Но в поверхностные вены кровь из коммуникантных (соединяющих) вен поступает неравномерно. Поэтому поверхностные вены расширяются неравномерно, и образуются варикозные узлы.

С глубокими венами все обстоит иначе, их расширение носит равномерный характер. Увеличивается проницаемость сосудов. В межтканевую жидкость выходит плазма, возникают отеки. Из сосудов выходят лимфоциты, потом очередь доходит до эритроцитов. Отек сдавливает капилляры, уменьшая их просвет. В межтканевое пространство продолжают проникать элементы крови, плазменные белки. Белки стимулируют развитие в коже и подкожной клетчатке соединительной ткани, вызывают склероз стенок мелких сосудов и капилляров. Сосуды теряют способность сокращаться и превращаются в простые трубочки с узким просветом. В тканях нарушаются обменные процессы, образуются язвы, экземы, дерматиты. В конце концов механизм поддержания разницы давления в артериолах и венах оказывается окончательно сломанным. Обменные процессы почти затухают. Возникает гипоксия (кислородное голодание) тканей. Чаще всего это происходит в нижней трети голени. Кожа становится холодной, ткани приобретают синюшный оттенок. И, если вовремя не принять меры, образуются

трофические язвы. Когда нарушается механизм движения крови в венозной системе, скорость кровотока замедляется. Кровь становится менее текучей. Тромбоциты, лейкоциты и эритроциты собираются в пучки, прилепливаются друг к другу. Скопления эритроцитов могут и вовсе закупорить вены небольшого диаметра.

Но самое страшное – в результате определенных химических реакций образуется белок фибрин, который и завершает образование тромба. Тромб прикрепляется к стенке сосуда, а «хвост» его свободно болтается в просвете вены, мешая движению крови. Грозные последствия может иметь варикозная болезнь. Поэтому к ней нельзя относиться легкомысленно, нужно обязательно предпринимать профилактические меры, чтобы не допустить развития варикоза. Ну а если это все же произошло, очень важно вовремя заметить начало болезни и приступить к своевременному лечению.

Основные принципы и направления профилактики и лечения варикозной болезни

Многовековой опыт лечения варикозной болезни позволяет определить наиболее доступные и эффективные способы борьбы с этим недугом. Не секрет, что заболевание гораздо легче предупредить или начать лечение на ранних стадиях, чем заниматься лечением запущенных случаев или осложнений. В арсенале современных возможностей имеется много методик и способов лечения и предупреждения варикозной болезни, в результате которых можно избежать самых неприятных осложнений (трофических язв, тромбозов) и избежать хирургического лечения, кроме того, способы предупреждения и лечения варикозной болезни довольно просты и доступны и могут применяться в домашних условиях. Следует отметить, что возможности лечения варикозной болезни «без операции» на современном этапе практически не ограничены.

Большое значение, конечно же, необходимо придавать соблюдению рационального режима труда и отдыха, ограничению физических нагрузок, правильному питанию, исключению «вредных» привычек и т. д.

Кроме того, существенное значение в решении задачи предупреждения и лечения варикозной болезни имеет индивидуальный подход в каждом отдельном случае заболевания с учетом индивидуальных особенностей организма каждого больного (наследственность, наличие сопутствующих заболеваний, условия быта, профессия, психоэмоциональный статус). Необходимо решительно отказаться от стандарта при проведении лечения варикозной болезни.

Следует отметить, что одним из важнейших принципов лечения варикозной болезни является сочетание ряда способов и методик: сочетание диеты, оптимального режима нагрузок и отдыха, массаж, лечебная гимнастика, применение лекарственных трав, наложение эластичных повязок и т. д. Таким образом, лечение варикозной болезни должно быть комплексным.

Одной из важнейших проблем при варикозной болезни, по-прежнему, остается вопрос – как на ранних стадиях заболевания остановить его развитие? Ответ прост: ранняя диагностика! А первые тревожные признаки могут быть обнаружены каждым пациентом даже без медицинского образования: наличие заболеваний у близких родственников – бабушки, матери, тетки (именно по женской линии), а также расширение вен на одной ноге при отсутствии патологических изменений на другой. Такой симптом должен обязательно насторожить! И означает, что пора начинать профилактическое лечение! Таким образом, одним из важнейших принципов лечения варикозной болезни – профилактическое направление, внимательное и серьезное отношение к своему здоровью.

Арсенал средств, применяемых при лечении варикозной болезни, в настоящее время очень широк и в большинстве случаев прост и доступен, однако важнейшим принципом остается принцип – «не навреди и своему здоровью». Поэтому лучше всего при выборе лечения посоветоваться с врачом, пройти лабораторное и функциональное обследование. Большое значение в достижении положительных результатов при лечении варикозной болезни имеет лечение сопутствующих заболеваний: заболеваний сердечно-сосудистой системы, заболеваний желудочно-кишечного тракта, борьба с избыточным весом.

Кроме того, немаловажное значение имеет отказ от курения (никотин разрушает весь организм в целом и сосуды в частности), а также ограничение употребления алкоголя. Таким образом, немаловажное значение имеет «здоровый образ жизни».

Ни для кого не секрет, что наша жизнь в современных условиях – это стресс. Неприятности на работе, ссора с друзьями, сложности «быта», «нервы на пределе!». Нельзя забывать очень актуальное высказывание – «все болезни от нервов». Не является исключением из

этого правила и развитие варикозной болезни. Поэтому очень важно особое внимание уделять состоянию нервной системы и избегать различных стрессовых ситуаций, психоэмоциональных нагрузок.

Применение лекарственных трав

С учетом вышеизложенного подробнее остановимся на основных методах лечения и профилактики варикозной болезни вен нижних конечностей, важнейшим из которых является применение лекарственных трав – фитотерапия.

Интерес к лекарственным растениям не случаен. С нарастающим потоком фармакологических препаратов увеличивается и количество их побочных эффектов от аллергических реакций и тяжелых осложнений вплоть до изменений генетического аппарата. Фитотерапия практически лишена недостатков фармакотерапии. Однако следует отметить, что рекомендуется применение лекарственных трав, включенных в Государственную фармакологию, и только неядовитых растений с минимально выраженной токсичностью. Особое значение имеет лечение лекарственными травами, имеющее древние истоки. Фитотерапия является незаменимым, безвредным и эффективным способом лечения варикозной болезни.

Целебные свойства растений человечество использовало давно. Растения – неисчерпаемая кладовая лекарственного сырья. На протяжении всей истории человечества растения используются людьми с лечебной целью, и многие из них прочно занимают почетное место в научной медицине. Свыше 30 % всех фармакологических лекарственных препаратов получены на основе растений. В растениях содержатся алкалоиды, витамины, микроэлементы, биологически активные вещества в определенных соотношениях, которые создались в процессе всей эволюции жизни, при взаимодействии растений с окружающей средой. В этом-то и заключается преимущество растительных препаратов по сравнению с лекарственными веществами, полученными путем синтеза в лабораторных условиях или выделенными в изолированном виде.

Фитотерапия доступна для каждого человека, но все-таки следует подчеркнуть, что успешное лечение травами лучше проводить, посоветовавшись с врачом. Чем эффективнее лечебное растение, тем больше оно может причинить вреда при неправильном его использовании, а среди растений есть много таких, которые оказывают сильное действие на организм и даже могут вызывать отравление.

Первые заметки о лекарственных растениях, употребляемых в лечебных целях, обнаружены у древнейших народов мира – шумерийцев, живших за 6000 лет до н. э. Древние лекари Шумера изготавливали порошки и настои, использовали побеги ивы, сливы, иглы сосны и пихты, скорлупу орехов для припарок и компрессов. В качестве растворителя они применяли воду, вино, пиво. Таким образом, не менее восьми тысячелетий для лечения заболеваний люди применяют простейшие препараты из растений. Вавилоняне и ассирийцы, пришедшие на смену шумерам, широко использовали растения в лечебных целях.

У вавилонян и ассирийцев сведения о лекарственных растениях были заимствованы египтянами, составившими за 4000 лет до н. э. папирус, в состав которых входили лекарственные растения. В этом папирусе перечислено несколько сот растений, в том числе тысячелистник, каштан, фиалка, каланхоэ, которые успешно используют для лечения варикоза и в настоящее время. Древним народам были хорошо известны целебные свойства клещевины, лука, ивы, лотоса, мяты, мака, подорожника, акации, льна, аниса и многих других растений. Причем с лечебной целью уже тогда применяли и дикорастущие растения, и культивируемые специально для лечебных целей.

Варикозной болезни насчитывается более 6000 лет, об этом свидетельствуют археологические раскопки, проводимые на территории современного Египта, так как были найдены мумии с признаками варикоза. Древние целители успешно применяли лекарственные травы для лечения этого недуга, о чем свидетельствуют найденные папирусы в гробницах.

Древним народам Юго-Восточной Азии также были известны лекарственные растения. Их применяли в Китае, Индии, Тибете. К наиболее древней относят китайскую медицину. Великие «травники» Китая уже в 3216 году до н. э. описали 844 вида лекарств, приготовленных из растений.

Большое распространение в китайской фитотерапии получили настои и отвары, содержащие компоненты многих лекарственных растений (до нескольких десятков). Многие настои и отвары успешно применяются для лечения варикоза и в настоящее время. Китайские рецепты составляются согласно основному положению китайской медицины о лечении не болезни, а симптомов, наблюдающихся у больного человека. Из растительных средств в Древнем Китае наиболее успешно применяли женьшень, лимонник, пустырник, лук, чеснок, корку мандарина и др. Около 2000 лет лечат «недуги» и на Руси. Народные лекари – ведуны и знахари – первые носители медицинских знаний в Древней Руси. Они использовали знания о лекарственных растениях и их лечебных свойствах, накопленные русским народом и передававшиеся из поколения в поколение.

Для лечения внутренних и наружных болезней на Руси знахари применяли свежие растения, например капусту, горчицу, подорожник, а также настои, отвары, растительный сок, использовали сочетание нескольких целебных трав.

Многие древнейшие рецепты русских лекарей и русских ученых, например М. В. Ломоносова, И. И. Лепехина, А. Т. Болотова, С. П. Боткина, А. П. Нелюбина, В. А. Тихомирова, Г. С. Назарова, не потеряли актуальность и в настоящее время.

Роль лекарственных растений в лечении многих заболеваний неоспорима. На чем же основано целебное действие лекарственных трав? Лекарственные растения в процессе своей жизнедеятельности синтезируют различные химические вещества, среди которых много и биологически активных соединений, оказывающих на организм человека фармакологическое действие. По химической природе биологически активные вещества очень разнообразны: гликозиды, алкалоиды, углеводы, эфирные и жирные масла, дубильные вещества, органические кислоты, витамины, микроэлементы, фитонциды, ферменты, полипептиды, гормоны.

Лекарственные растения, как правило, содержат десятки химических групп, причем в строго сбалансированном количестве, необходимом человеческому организму.

Углеводы – наиболее распространенная в растениях группа соединений, они представлены моносахаридами – рибозой, ксилозой, глюкозой, галактозой, фруктозой, принимающих активное участие в обменных метаболических процессах организма. Рибоза непосредственно участвует в синтезе рибонуклеиновой кислоты, которая является основным строительным материалом клеточного генотипа. Широко распространены в растениях урановые кислоты – галактурановая и глюкоурановая. Недостаток этих соединений является причиной тяжелейшего заболевания – фенилкетанурии, приводящей к смерти больного (при отсутствии лечения).

Широко представлены в растениях и полисахариды – клетчатка, лигнин, крахмал, инулин, пектин, гелицеллюлоза. Клетчатка – это строительный материал соединительных тканей организма, целлюлоза играет большую роль в поддержании нормальных процессов обмена в пищеварительном тракте, в регуляции обменных процессов в организме. Инсулин полезен для лечения больных сахарным диабетом, пектин обладает адсорбирующими и вяжущими свойствами, обеззараживает поврежденные ткани, на карбоксильных группах пектина находятся катионы различных металлов (калия, кальция, магния, молибдена и др.), поэтому при лечении пектины способны обменивать катионы металлов на катионы тяжелых металлов (ртути, свинца, стронция), таким образом защищая организм. Пектин полезен для профилактики и лечения сосудистой патологии (в том числе и варикоза). Он регулирует обменные процессы в стенках сосудов и скорость кровотока.

Из лекарственного сырья, содержащего пектины и инсулин (корень девясила, женьшеня, цветки липы, одуванчика, листья подорожника и др.), изготавливают отвары, настои. Для сборов лекарственных трав часто применяют корень алтея, плоды земляники и черники, цветки липы, листья подорожника и т. д.

Дубильные вещества

Во многих растениях содержатся дубильные вещества. Источником природных дубильных веществ являются древесина дуба (отсюда и возникло название этих веществ), каштана, корневища торана, кора хвойных деревьев, плоды черники, корневище лопчатки, плоды черемухи и др. Дубильные вещества обладают противовоспалительным свойством и применяются наружно как вяжущие и бактерицидные средства. Противовоспалительный эффект их основан на образовании защитной пленки белка и полифенала на месте трофической язвы или дерматита (осложнения варикозной болезни).

Дубильные вещества применяют при лечении нарушения пищеварения (внутренний фактор риска по классификации в возникновении варикоза). Дубильные вещества плодов черники используют при аллергизации организма (также внутренний фактор риска варикоза).

Из растений, содержащих дубильные вещества, готовят экстракты, настои, отвары, кисели. Они входят в состав сборов.

Эфирные масла

Эфирные масла встречаются во многих растениях. Известно около 3500 эфиромасличных растений.

Эфирные масла в малых дозах при всасывании в кровь возбуждают сосудодвигательный центр, обладают анализирующим седативным, противовоспалительным свойствами (масло чабреца, березы, сосны, аниса, пастернака, сельдерея и др.).

Благодаря наличию эфирных масел, разнообразному набору витаминов и минеральных веществ потребление пряных свежих растений (укроп, петрушка, сельдерей, пастернак и др.) нормализует обмен веществ в организме, улучшает работу пищеварительного тракта, нормализует водно-солевой обмен.

Большой интерес представляют противомикробные свойства эфирных масел многих растений (эвкалипт, багульник, ромашка, тысячелистник, можжевельник, шалфей, лаванда, гвоздика, анис, сосна, пихта, мята, зверобой и др.).

Эти свойства лежат в основе использования этих растений в качестве дезинфицирующих и противовоспалительных средств. В последние годы установлено, что эфирные масла и эфироносные лекарственные растения оказывают действия на такие формы микроорганизмов, которые не чувствительны к антибиотикам. Весьма перспективно использование эфирных масел в целях улучшения обменных процессов в организме. Из растительного сырья, содержащего эфирные масла, получают настойки и экстракты. Растительное эфиромасличное сырье широко применяют в сборах, так как оно оказывает разнообразное фармакологическое действие (противовоспалительное, успокаивающее, улучшающее пищеварение).

Органические кислоты

Органические кислоты – широко распространенная в растительном мире группа соединений. Они играют важную роль в обмене веществ, являясь продуктами окисления и гидролиза углеводов, жиров, полипептидов и белков.

Наиболее широко распространены яблочная, лимонная, щавелевая, винная, галловая, кофейная кислоты. В растениях может содержаться большое количество органических кислот и их производных.

Например, содержание щавелевой кислоты в форме кальциевой соли может достигать 16 % в щавеле, шпинате; лимонной – до 9 % в лимонах, яблочной – до 6 % в плодах рябины, барбариса, кизила, хинной кислоты – до 9 % в хинной коре.

Органические кислоты обладают широким спектром действия. Салициловая кислота, содержащаяся в цветках ромашки и таволги, коре ивы, обладает антисептическим свойством. Производные кофейной и коричной кислот, содержащиеся в листьях подорожника, мать-и-мачехи, побегах артишока, обладают противовоспалительным действием. Урановые кислоты и их производные (пектины), содержащиеся в мякоти плодов и ягод (яблоки, айва, груша, абрикос, крыжовник, малина, вишня, персик и др.), обладают детоксицирующими свойствами и способствуют выведению токсических веществ из организма.

Органические кислоты, содержащиеся в растительном сырье, – эффективные вещества для профилактики заболеваний сосудистого русла, укрепления сосудистой стенки и нормализации венозного давления. Аминокислоты, содержащиеся в лекарственных растениях, играют большую роль в обмене веществ.

Практически во всех лекарственных растениях имеется набор разных аминокислот, откуда организм человека получает их по мере надобности в легкоусвояемой форме. Во многих лекарственных растениях органические кислоты находятся в сочетании с витаминами, микроэлементами, пектиновыми веществами. Яблочная кислота играет большую роль в усвоении железа организмом и синтезе гемоглобина, кроме того, влияет на механизм свертывания крови и тромбообразования.

Из лекарственного сырья, содержащего органические кислоты, готовят экстракты, настои, отвары, свежеприготовленные соки. Сырье, содержащее органические кислоты, широко используют в сборах.

Алкалоиды

Алкалоиды оказывают различное лечебное действие. К алкалоидам относятся атропин, морфин, кофеин, стрихнин и др. Атропин содержится в растениях семейства пасленовых (красавка, белена, дурман и др.). Он широко применяется в качестве спазмолитического средства. Морфин – главный алкалоид мака – применяется как сильное болеутоляющее средство. Резерпин и аймалин обладают гипотензивным, психоседативным, успокаивающим действием.

Алкалоиды группы пурина – кофеин, теобромин – в значительных количествах содержатся в листьях чая и плодах кофе, широко используются как психостимулирующие средства. Следует отметить, что пуриновые алкалоиды по своей структуре очень сходны с ДНК и РНК, а значит, играют важную роль в формировании иммунных механизмов и генетического кода (наследственности).

Лобелин, анабазин и цитизин – алкалоиды, используются как средства отвыкания от курения (внешний фактор риска развития варикоза). Эффект отвыкания связан с конкурентными взаимоотношениями рецепторов, с которыми в организме взаимодействует никотин.

Алкалоид хелидонин, содержащийся в чистотеле, способствует расслаблению гладких мышц, кровеносных сосудов и снижению внутрисосудистого давления. Другие алкалоиды чистотела (гемохелидонин и метохелидонин) оказывают влияние на обмен веществ и свертываемости крови, деление клеток (регенерация). Алкалоид эфедрин, получаемый из травы эфедры, является сосудо- и бронхо-расширяющим средством. Учитывая высокую биологическую активность алкалоидов и в ряде случаев довольно значительную токсичность, лекарственные формы, содержащие эти вещества, применяются только под контролем врача.

Лекарственное сырье, содержащее алкалоиды, применяется в виде настоек, густых и сухих экстрактов, отваров, соков, чаев, различных лекарственных сборов. Например, сбор травы хвоща, чистотела, коры и корня барбариса, листьев дурмана успешно применяют для повышения сосудистого тонуса, нормализации артериального давления, увеличения скорости кровотока.

Витамины и коферменты

Растительное сырье – неисчерпаемый источник витаминов. Витамины, содержащиеся в растительных продуктах, эффективнее искусственных, так как они находятся там в гармоничном сочетании друг с другом и с микроэлементами, белками, полисахаридами и другими биологически активными веществами.

При назначении природных витаминов нет опасности передозировки и гипervитаминизации. Витамины участвуют во всех процессах метаболизма в организме, что позволяет применять их для профилактики и лечения различных заболеваний, в том числе и варикозной болезни, дополняя, усиливая и улучшая действие других лечебных средств. Особенно большое значение имеют витамины для нормализации обмена веществ на ранних стадиях заболевания. Входя в состав коферментов, они играют важную роль в слаженной работе сотен ферментов организма человека. Нарушение синтеза даже одного фермента ведет к разрушению гормональной работы всех органов и систем на молекулярном уровне и приводит к возникновению того или иного патологического процесса.

Так, аскорбиновая кислота, содержащаяся в достаточном количестве в плодах шиповника, свежей и квашеной капусте, черной смородине, зеленом и красном перце, картофеле, хвое сосны, мякоти цитрусовых, молодой крапиве и др., является одним из самых необходимых веществ в жизнедеятельности организма. Она участвует в синтезе белков, в частности коллагена, белков ткани мозга, стенок сосудов, предохраняет от окисления клеточные липиды, связывает токсические продукты патологического тканевого метаболизма. Аскорбиновая кислота является катализатором окислительно-восстановительных процессов в организме, переносит атомы водорода, нормализуя тем самым гомеостаз.

Пангамовая кислота содержится в отрубях риса и других злаковых растениях. Она улучшает липидный обмен, повышает усвоение кислорода тканями, оказывает детоксицирующее действие, устраняет явления гипоксии. Способность этого витамина улучшать обменные процессы, нормализовать липидный и углеводный обмен улучшает течение ряда заболеваний, исключает развитие осложнений (что очень актуально при варикозе). Наконец, пангамовая кислота замедляет процессы старения организма, этот витамин – одно из главных средств в профилактике преждевременного старения (варикозная болезнь чаще всего развивается в среднем и старческом возрасте).

Ретинол (витамин А). Витамин А в растениях в чистом виде не встречается. Многие растения (морковь, шпинат, салат, петрушка, зеленый лук, щавель, черная смородина, черника, крыжовник, томаты, тыква, облепиха и др.) содержат провитамин каротин. Ретинол способствует укреплению клеточных мембран, нормализации обменных процессов в клетках, повышает иммунитет, влияет на рост, развитие, дифференциацию тканей, регенерацию.

Витамин группы К (филлохинон) широко распространен в растительном мире, содержится в листьях люцерны, шпината, цветной капусте, хвое, зеленых томатах, крапиве и др. Филлохинон – антигеморрагическое вещество, необходимое организму для поддержания нормального состояния свертывающей системы крови (что немаловажно при варикозной болезни). Недостаток витаминов группы К в организме приводит к нарушению свертываемости крови, кровоизменениям и формированию тромбов.

Витамины группы Р (флавоноиды), особенно в сочетании с аскорбиновой кислотой, уменьшают проницаемость и ломкость капилляров. Флавоноиды содержатся в листьях чая, коже цитрусовых, мякоти плодов шиповника, ягодах калины, земляники, черноплодной рябины, черники, цветках гречихи, рябины, козлятника, траве астрогала, горца, листьях подорожника, боярышника, калитана и др. Флавоноиды являются «спутниками» аскорбиновой кислоты в растениях, и поэтому они потенцируют действие друг друга.

Пиридоксин (витамин В₆) содержится в шелухе риса, зародышах пшеницы и кукурузе, сое, горохе, овсяной муке. Он влияет на клеточный метаболизм, нормализует окислительно-восстановительные реакции в организме, влияет на нервную систему, нормализует функцию кожных покровов. Пиридоксин и его коферменты играют главную роль в обмене аминокислот.

Тиамин (витамин В₁) содержится в зародыше и оболочках злаковых, а также в орехе, винограде, фасоли, шпинате, моркови, луке, чечевице и др. Нормализует работу сердечно-сосудистой и нервной систем, регулирует липидный и углеводный обмен.

Фитотерапия

Медицина настоящего времени обогатилась огромным количеством методов и средств лечения: фармакотерапия, широкий диапазон воздействий на организм физиотерапевтических и бальнеологических процедур, лучевая терапия, лазеротерапия, психотерапия, иглорефлексотерапия и многие другие.

И все же, несмотря на, казалось бы, огромные возможности и разнообразие лечебных воздействий, современная медицина еще не достигла желаемого результата в лечении целого ряда заболеваний. Академик Е. И. Чазов считает, что, «помимо недостаточного эффекта лечения современными фармакологическими средствами, отмечается большая частота осложнений, среди которых особо выделяются аллергические реакции, мутагенная активность многих препаратов, заболевания крови, печени, почек, нервной системы.

На основании сказанного становится очевидным и оправданным поиск немедикаментозных эффективных средств лечения, коим является лечение лекарственными травами! Практическую медицину всегда интересовали три аспекта в лечебной практике:

- ✧ лечение острых заболеваний;
- ✧ лечение обострений хронических заболеваний;
- ✧ лечение хронических заболеваний в период ремиссии.

Основной задачей медицины все-таки является профилактика заболеваний.

Лечебная практика с учетом профилактического направления медицины и вышеперечисленных аспектов различна. Однако и острые и хронические процессы имеют общие механизмы развития.

Деятельность здорового организма может быть представлена как взаимодействие трех уровней функционирования:

- ✧ уровень этиологических влияний (внутренние и внешние факторы воздействия);
- ✧ уровень систем регуляции (системы приспособления организма);
- ✧ уровень метаболизма внутри клеток.

Между всеми уровнями существует тесная взаимосвязь. С учетом действия на все три уровня строится лечение любого патологического процесса.

Фитотерапия – безвредный, эффективный, практически не имеющий противопоказаний метод лечения, оказывающий корректирующий и лечебный эффект на все три уровня функционирования организма. С учетом вышеизложенного строится классификация лекарственных трав, применяемых для лечения варикозной болезни.

Таким образом, лечение с использованием целебных свойств растений, или фитотерапия, имеет глубоко научное основание. Деятельность любого здорового организма обусловлена тремя основными факторами:

- ✧ влияние причинных (этиологических) факторов, которыми могут быть внешние воздействия, в случае варикозной болезни – это неадекватные физические нагрузки, неправильное питание, вредные привычки, психоэмоциональные стрессы;
- ✧ влияние внутренних нарушений – изменение метаболизма жиров, белков, углеводов в организме, нарушение процесса пищеварения, нарушения деятельности эндокринных желез и т. д.;
- ✧ влияние адаптационных (приспособительных) способностей организма. Способность организма приспособиться к неблагоприятным условиям «обитания» (этиологическим факторам) и нарушениям внутренних метаболических тканевых процессов в организме.

Нарушение адаптационных механизмов и приводит к различным заболеваниям, в том числе и к варикозной болезни вен нижних конечностей, так как организм теряет возможность противостоять неблагоприятным внешним и внутренним факторам.

Учитывая все перечисленные факторы, лекарственные растения, применяемые при лечении варикозной болезни, можно подразделить на следующие группы:

- ✧ устраняющие неблагоприятные воздействия внешних факторов;
- ✧ регулирующие обменные процессы в организме;
- ✧ совершенствующие адаптационные механизмы, повышающие иммунитет.

Кроме того, уместно подразделение лекарственных растений, предназначенных для внутреннего и наружного применения.

И наконец, лекарственные растения, применяемые для лечения варикоза, можно подразделять еще на две группы:

- ✧ лекарственные растения, применяемые для профилактики и лечения в ранних стадиях заболевания;
- ✧ лекарственные растения, применяемые для лечения осложнений – трофических язв, тромбозов, дерматитов.

Теперь рассмотрим подробнее способы приготовления лекарственных форм из растений и каждую вышеперечисленную классификацию растительных препаратов.

Сбор, сушка и хранение растительного лекарственного сырья

Для сохранения целебных свойств лекарственных растений необходимо правильно и своевременно их собрать и сохранить. Сбор лекарственных растений необходимо проводить только в хорошую сухую погоду. Нельзя собирать в одну тару несколько видов растений одновременно. Нельзя засорять сборы химическими примесями – землей, песком и т. д., а также примесью других растений и частями собираемого растения, не являющимися лекарственными. Так, при сборе листьев не должно быть в сырье веток, плодов, а при сборе трав (надземных частей) – корней и одревесневших стеблей и т. д.

Сбору подлежат только те части растения, которые являются лекарственными. Действующие лекарственные вещества накапливаются в различных органах растений: в листьях, стеблях, корнях, почках, цветках, плодах. Содержание биологически активных веществ в этих органах неодинаково в течение жизни растения, количество их различно не только в разных органах, но и одних и тех же органах в различное время дня и в различные фазы вегетации растения. Необходимо знать, в каких органах содержатся действующие начала и когда их больше всего содержится.

Как правило, наибольшее содержание действующих начал в растениях наблюдается по окончании цветения и созревания плодов или до начала распускания листьев или цветков (ива, ольха, дуб). Поэтому заготовка подземных частей (корней, корневищ, клубней) производится осенью или ранней весной до сокодвижения. Лучше производить сбор осенью, когда наземные части растения еще не отмерли, и по ним легко узнать растения, и когда плоды и семена уже созрели, и растение может размножаться в дальнейшем семенным путем.

Наземные части растений – листья, стебли, цветки – наиболее богаты действующими началами перед наступлением полного цветения. Заготовка их поэтому производится в момент цветения растения.

Для некоторых растений сбор травы и нераспустившихся цветков производится во время бутонизации за несколько дней до распускания цветков (полынь). Кору растений снимают ранней весной до начала сокодвижения или во время его, до распускания почек. Насыщенность соком тканей деревьев ранней весной позволяет легко снимать кору. Почки собираются весной, когда они набухли, но еще не раскрылись. Плоды и семена наиболее богаты лекарственными веществами в зрелом состоянии, но не переспелые, их заготавливают по мере созревания.

При сборе лекарственного сырья подземные части растения выкапываются лопатами, надземные срезаются серпами, или скашиваются косой, или срезаются ножницами. Выдергивать растение с корнем не допускается, потому что с корнями уничтожаются запасы этого растения в месте сборов.

Для снятия коры необходимы ножи с острыми концами. На ветвях или стволах молодых деревьев с гладкой корой делаются острием ножа на расстоянии 25–30 см поперечные надрезы до древесины, которые соединяются продольными разрезами, а затем трубкой снимают кору или, разрезав трубки коры вдоль, двумя полутрубками.

Почки собирают вручную или обиванием пучков веток о землю или пол. Лекарственное сырье собирается в какую-либо тару.

Корни – в корзины, мешки; листья, цветки, плоды складываются в корзины как возможно рыхлее.

Вообще туго набивать ни корзины, ни мешки не следует, так как сырье самосогревается, и часть биологически активных веществ в них разлагается. Из тех же соображений нельзя оставлять собранными растения на ночь неразложенными, в пучках.

Перед сушкой собранное лекарственное сырье перебирается, сортируется. Подземные части очищаются от земли, моются холодной водой лучше проточной. Листья и цветки отбираются от посторонних примесей. Удаляются побуревшие, заплесневелые и порченные насекомыми. Семена, плоды и почки просеиваются и отвеиваются от сора и пыли. Сочные плоды (ягоды) перед сушкой провяливают на солнце или в печи, но при этом следят, чтобы они не подгорели.

Сушка собранных растений производится немедленно после сбора: они раскладываются тонким слоем на какой-либо подстилке.

Большинство лекарственных растений нельзя сушить на солнце, так как при этом разрушаются некоторые биологически активные вещества: гликозиды, эфирные масла, разрушается хлорофилл. На солнце можно сушить танинсодержащие растения – корни раковых шеек, кровохлебки, лапчатки. Воздушная сушка производится под навесами, на чердаках, в сушилках, в палатках, хорошо проветриваемых помещениях. Нельзя сушить в помещениях со специфическим запахом – керосина, бензина, близ скотных дворов. Готовое сырье должно быть хорошо высушено, ломаться с хрустом, но не крошиться. Готовое сырье должно быть упаковано в тару и снабжено биркой с указанием названия сырья, его веса и времени заготовки.

Тарой и упаковкой служат мешки и ящики. Некоторое сырье упаковывается в тюки. Нежные виды лекарственного сырья – цветки ландыша, ромашки, сосновые «почки» – укладываются в ящики, выложенные плотной оберточной бумагой.

Сроки хранения, как правило: для цветков и травы – 1–2 года, для корневищ, корней, клубней, коры – 3–5 лет. Для отдельных видов сроки хранения изменяются: трава хвоща и ежевика хранится до 4 лет, листья толокнянки – до 5 лет, корни солодки (лакричный корень) – до 10 лет, споры липодия хранятся без срока. Сроки хранения лекарственного сырья установлена Министерством здравоохранения России. Сырье, не включенное в Государственную фармакопею, к употреблению запрещено.

Способы приготовления лекарственных трав

Для достижения желаемого лечебного эффекта большое значение имеют способы приготовления лекарственной формы (настойка, экстракт, отвар, настой, сок), правильность приготовления (особенно в домашних условиях), способ и продолжительность применения.

Настойки представляют собой спиртовые вытяжки из лекарственных растений. При этом используют этиловый спирт (95, 70 и 40 %) или смесь его с эфиром. Для приготовления сильнодействующих настоек из одной весовой части растительного сырья получают 10 объемных частей настойки. Несильнодействующие настойки приготавливают в соотношении 1: 5. Бывают и другие соотношения в зависимости от действующих веществ. Полученные настойки отстаивают в течение нескольких дней при температуре не выше 8 °С, затем фильтруют.

Экстракты представляют собой сгущенные вытяжки из растительного сырья. По своей консистенции они бывают жидкими, густыми, сухими. Таким образом, экстракты различают по содержанию влаги. Для сухих экстрактов допускается содержание влаги не более 5 %, для густых – не более 25 %, для экстрагирования применяют воду, спирт, жидкую углекислоту, реже эфир и другие растворители.

В некоторых случаях к растворителю добавляют кислоты, основания, глицерин, хлороформ в зависимости от состава действующих веществ, содержащихся в растительном сырье.

Для приготовления экстрактов могут быть использованы различные способы: настаивание, мацерация, вытеснения, извлечения под давлением и др. Экстракты доводят до соответствующих норм (жидкий, сухой, густой) путем смешивания с индифферентным веществом – молочным сахаром, декстрином, глюкозой и др. Приготавливают экстракты промышленным способом.

Основное преимущество при применении экстрактов – это возможность дозировать действующие вещества лекарственных растений.

Соки из растений можно получить и в домашних условиях. На производстве получают соки из листьев подорожника, каланхоэ, алоэ. В домашних условиях свежие соки готовят из фруктов, плодов, пищевых растений.

Для этого растения (картофель, редьку, сельдерей, петрушку, капусту, фрукты и др.) измельчают при помощи соковыжималки или мясорубки. Полученную кашицу отжимают, остаток смешивают с небольшим количеством воды и еще раз отжимают. Полученный таким образом сок содержит почти все компоненты растения. Свежие соки содержат комплекс витаминов, ферментов, микроэлементов, органических кислот и других биологически активных веществ. Недостаток этой формы лекарственных растений – быстрое разрушение действующих веществ при хранении.

Наиболее широко лекарственные растения применяют в виде настоев, отваров и чаев. Для приготовления настоев и отваров растительный материал измельчают (листья, цветки и траву), помещают в какой-либо сосуд, заливают водой комнатной температуры, закрывают крышкой и нагревают на кипящей водяной бане при частом помешивании отвара в течение 30 мин. Настой – 15 мин. По истечении указанного срока сосуд снимают с водяной бани и охлаждают при комнатной температуре: отвары в течение 10 мин, настои – 45 мин. После чего процеживают через марлю (остаток отжимают), затем через вату и добавляют воду до нужного объема.

Отвары из ряда растений (листьев толокнянки, корня ревеня, корневища змеевика, лапчатки, коры дуба) и другого растительного сырья, содержащего дубильные вещества, процеживают немедленно после снятия с водяной бани.

Кроме того, листья, цветки и другие органы травянистых растений, из которых легко извлекаются действующие вещества, обычно просто заливают кипятком, настаивают 10–

20 мин. Затем процеживают и в зависимости от назначения настоек пьют горячим или холодным (например – листья подорожника, цветки бессмертника и др.).

Некоторые виды растительного сырья оказывают более активное действие, если применять их в свежем виде: так, например, свежие корни валерианы, лопуха, цикория, родиолы розовой в десятки раз более эффективны, чем сухие, так как при сушке изменяется химический состав биологически активных веществ – придоидов, вимпотриатов, эфирных масел, терпенов и их комплексов.

Чай из растительного сырья – наиболее предпочитаемая лекарственная формула, так как его можно без труда приготовить несколькими способами.

Чай из корней валерианы приготавливается из расчета 1–2 ч. л. нерезанных корней, они заливаются стаканом холодной воды и оставляются на ночь, утром настоем перемешивается, процеживается и принимается в теплом виде по 150–200 мл в день как успокаивающее (применяется для снятия психоэмоционального напряжения).

Чай из шишек или цветков хмеля приготавливают следующим образом: 2 ч. л. измельченного лекарственного сырья залить стаканом крутого кипятка, настоять в течение 10 мин, затем процедить, принимать по 70–100 мл 2 раза в день (днем и на ночь) как успокаивающее средство. Кроме того, настоем и мазь из порошка шишек хмеля используется при лечении осложнений варикозной болезни – трофических язв, дерматитов (подробнее будет описано далее).

Чай из корней горечавки приготавливается следующим образом: 1 ч. л. мелко измельченных корней залить стаканом холодной воды довести до кипения и кипятить 5 мин, снять с огня, настоять в течение 30 мин и процедить. Принимать по 20–30 капель перед едой для повышения иммунитета (адаптационный фактор по классификации).

Сложные лекарственные сборы и чаи представляют собой смеси нескольких видов растительного сырья, иногда с примесью солей и эфирных масел. Сырье, входящее в состав сборов и чаев, подвергается измельчению по отдельности. Листья, травы и корни используют в резанном виде, корневища обычно дробят, плоды и семена растирают, кожистые листья измельчают до крупного порошка. Ягоды, цветки и мелкие цветочные корзинки, как правило, берут целыми. Измельченное сырье тщательно смешивают для получения равномерной смеси. Из полученных сборов приготавливают настои, отвары, чаи, извлечения для ванн и прочее. Например: настой сбора для ванн: трава душицы, трава шалфея, листья березы по 10 г.

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.