

4.2.1 Способы применения лекарственных растений

Фармакогнозия официальная и гомеопатическая. Способы применения лекарственных растений. Правила траволечения.

Основные способы применения лекарственных растений: внутренний и наружный

Внутрь применяют растения в виде водных настоев, отваров, экстрактов, спиртовых настоек, чаев и травяных сборов, выжатого сока и порошка из высушенных частей растений.

Наружно травы применяют в виде ванн, обертываний, примочек, компрессов, прикладывания частей растений к больным местам.

Предостережения при приеме фитопрепаратов

Иногда может наблюдаться непереносимость определенных фитопрепаратов (диарея, рвота, усиленное сердцебиение). В подобных случаях необходимо заменить весь препарат либо его компонент на близкий по действию.

Во избежание появления аллергических реакций лучше начинать лечение с приема одного растения, к которому со временем будут добавляться другие, при этом желательно в состав лекарственных сборов включать травы, обладающие антигистаминным действием (например, череду и солодку).

Девушкам и беременным женщинам не рекомендуется использовать лечебные травы, которые действуют на мускулатуру матки, а именно: алоэ, водяной перец, душицу, зверобой, календулу, любисток, морозник, пижму.

Правила фитотерапии

1. Траволечение проводится лишь по назначению врача, а также под его наблюдением, при этом назначение того либо иного фитопрепарата должно быть подкреплено данными лабораторных и рентгенологических исследований больного.

2. Запрещено употреблять незнакомые растения (особенно их корни), приобретенные на рынке.

3. В ходе лечения травами рекомендовано использовать сборы, составление которых основано на результатах проведенных клинических и лабораторных исследований.

4. Начинать прием сбора следует с 3 – 4 растений, при этом каждые 5 дней можно добавлять один новый компонент.

5. Растения применяются в свежем либо высушенном виде.

6. Внутренний прием подразумевает применение настоев, отваров, настоек и соков в определенной дозировке и пропорции.

7. Наружный прием подразумевает использование компрессов, примочек и ванн, при этом при приготовлении настоев и отваров применяется двойная или тройная доза растительного сырья.

8. Для приготовления отваров используют:

- кору,
- клубни,
- семена,
- ягоды,
- древесину,
- листья.

9. Для приготовления настоев используют:

- травы,
- листья,
- цветки,
- корни окопника,
- ягоды шиповника.
-

• 10. Фитотерапия начинается с небольших доз, которые со временем увеличиваются до общетерапевтических.

Основные принципы фитотерапии

1 Фитотерапия может использоваться в качестве основного лечения, а может быть дополнением к медикаментозным средствам.

2 Индивидуальность

Подбор лекарственных трав осуществляется с учетом следующих факторов:

- диагноза заболевания,
- степени выраженности патологического процесса,
- стадии болезни (обострение или ремиссия),
- вида функциональных расстройств,
- наличия болевого синдрома.

Под индивидуальностью понимается также учет таких характеристик больного:

- возраст,
- общее физическое и психическое состояние,
- уровень аллергологического фона,
- состояние выделительных органов (легких, ЖКТ, кожи, почек).

При диагностировании хронических заболеваний фитопрепараты рекомендованы:

- при затухании обострения,
- при неполной ремиссии,
- при проведении противорецидивной терапии,
- для профилактики прогрессирования болезни,
- на стадии выздоровления.

При непереносимости медикаментозных препаратов фитотерапия рекомендована нижеперечисленным группам больных:

- пожилым людям,
- лицам с ослабленным иммунитетом,
- детям,
- беременным,
- кормящим матерям,
- людям, страдающим аллергией на определенные медикаменты.

*Чтобы правильно составить сбор или подобрать для лечения (профилактики) какое-то одно растение, во-первых, необходимо поставить точный диагноз, а также знать другие нарушения, присутствующие в организме, сопутствующие заболевания.

Так как каждый человек индивидуален, то при назначении любого растительного средства – хоть однокомпонентного, хоть многокомпонентного, аптечного или приготовленного самостоятельно – следует обязательно учитывать ряд факторов:

Наличие беременности, период кормления грудью

Существуют основные правила в фитотерапии в таких случаях. Есть целый список растений, которые противопоказаны при беременности. Причем, иногда для беременных рекомендуют сборы, в которые входят растения, противопоказанные при беременности. Принципы здесь просты. Женщина должна сама попробовать каждое растение в маленькой дозе. Если применение его для нее комфортно, а беременные женщины очень чувствительны, если организм женщины траву принимает, она ей приятна, то использовать ее нужно. Но при малейших неприятных ощущениях, симптомах прием следует прекратить.

Период лактации также необычный. Во-первых, существуют растения, стимулирующие выделение грудного молока (например, семена многих сельдерейных – укропа, тмина, петрушки и др.) и угнетающие лактацию (например, шишки хмеля, листья шалфея и т.д.). Кроме того, у ребенка на какое-то растение может возникнуть аллергическая реакция. В этом случае его нужно заменить другим.

Уровень артериального давления (АД)

При повышенном давлении применение растений, его повышающих, противопоказано, а если их назначение необходимо, то с большой осторожностью. Лучше в сборы ввести растения с гипотензивным действием.

Состояние ЖКТ (кислотность желудка, характер стула)

Основные правила и принципы фитотерапии состоят в том, что растения могут повышать и понижать кислотность желудка. Поэтому этот показатель нужно учитывать обязательно. Существуют также растения с вяжущим и слабительным действием, поэтому нужно знать имеет ли пациент склонность к поносам или запорам.

Возраст

Для детей и пожилых людей дозы снижают в зависимости от возраста. Стараются также исключить растения, в которых содержатся сильнодействующие вещества.

Наличие аллергии на растения

Для людей, склонных к аллергиям, необходимо вначале провести пробу, подобную для беременных женщин, причем для каждого растения. Если в маленькой дозе растение принимается организмом, можно его использовать дальше.

Наличие опухолевых процессов

Есть растения, которые могут стимулировать рост опухолей, если таковые в организме есть. Это, в первую очередь, адаптогены и др. При новообразованиях они противопоказаны.

Состояние нервной системы

Человеку, склонному к бессоннице, неврозам, раздражительности, в сборы добавляют растения с успокаивающим, снотворным действием и исключают те, которые стимулируют, возбуждают. Соответственно, при сонливости, слабости нужно использовать растения и препараты с противоположным эффектом.

Наличие эндокринных заболеваний

Некоторые растения имеют гормоноподобное действие. Чтобы не навредить человеку, этот фактор тоже следует учитывать.

3 Монотерапия и многокомпонентность

Монотерапия Под «монотерапией» понимается лечение одним растением, но термин этот является условным, так как не существует лекарственных растений, не содержащих целого комплекса биологически активных веществ со всевозможными фармакологическими свойствами.

Преимущества монотерапии:

- Установленный химический состав препарата.
- Наличие экспериментальных исследований и клинических наблюдений, возможность определить эффективность препарата и его переносимости больным.
- Возможность излечить одним растением заболевание или устранить его синдромы:
 - зверобой либо ромашка помогут избавиться от стоматита,
- валериана или пустырник устранят нервное перевозбуждение и нарушение сна,
- женьшень либо золотой корень используются в качестве стимуляторов физической, психической, а также половой активности.

Многокомпонентность

К сожалению, далеко не всегда устранить болезнь или ее проявления удастся при помощи монотерапии (особенно это касается гастроэнтерологии). К тому же зачастую необходимо усилить терапию дополнительными БАВ, которыми могут быть натуральные витамины, желчегонные или же мочегонные средства.

В таких случаях целесообразнее воспользоваться многокомпонентными сборами, воздействующими на следующие факторы:

- причину (или микроорганизмы), спровоцировавшую развитие болезни,
- патогенетические механизмы (речь идет о воспалении и кислотной агрессии слизистой оболочки желудка),
- улучшение обмена веществ,
- стимулирование и повышение иммунитета,
- регенерацию тканей.

Но «много» – не всегда значит «эффективно». В современной фитотерапии преимущественно лекарственные сборы состоят максимум из 10 – 15 растений (чаще это 4 – 5 растений).

Важно при подборе фитопрепарата учитывать:

- область терапевтического воздействия каждого компонента,
- совместимость трав и растений.

** Зачастую одно растение имеет сразу несколько различных видов действия, ведь входит в него целый комплекс биологически активных веществ. Порой список этот включает десяток и более эффектов. Именно поэтому лекарственные растения оказывают комплексное действие на организм человека.*

Необходимо также знать, что к растениям может развиваться привыкание, поэтому состав сборов нужно менять, а также делать перерывы в лечении (если оно длительное).

При составлении сборов, подборе фитопрепаратов обязательно учитывают причину и механизм развития заболевания. Если, например, заболевание инфекционное, то применяются растения, оказывающие антибактериальное, противовирусное действие. При аутоиммунных заболеваниях, назначаются совсем иные растения. В сборы также включают растения, убирающие симптомы болезни: например, отхаркивающие – при кашле, жаропонижающие – при повышенной температуре и т.д.

При составлении сбора необходимо учитывать индивидуальные особенности больного и наличие сопутствующих заболеваний.

При составлении сбора необходимо, во-первых, знать показатели артериального давления и учитывать основную тенденцию его изменения. Например, при составлении сбора для больного холециститом с артериальной гипертонией в сбор включают растения не только желчегонные, но и с гипотензивным действием, иначе лечение может спровоцировать гипертонический криз, ухудшить общее состояние.

Во-вторых, следует учитывать склонность к запорам либо поносам и включать сырье слабительного или вяжущего действия.

В-третьих, некоторые растения действуют на мускулатуру матки и могут быть опасны для беременных. Растительные сборы и средства не рекомендуется принимать во время менструаций.

Часть растительных средств может вызвать аллергическую реакцию организма. В этих случаях надо начать со сбора из 2–3 компонентов и через 5–7 дней добавлять в сбор по одному растению, чтобы выявить аллерген.

4 Этапность и адекватность

Данные принципы рассматриваются в разрезе следующих положений:

- место фитотерапии на конкретном этапе заболевания,
- дозировка,
- форма лекарственных растений,
- длительность курса лечения,
- частота проведения повторного лечения.

Место фитотерапии на конкретном этапе заболевания

При лечении острых и тяжелых болезней, а также на стадии их обострения фитопрепараты являются дополнительной, симптоматической терапией. Использование лечебных трав дает возможность ускорить процесс выздоровления и значительно уменьшить число употребляемых медикаментозных средств, что впоследствии позволит и вовсе вытеснить последние. При таких заболеваниях как гастрит и колит траволечение может являться терапией, равноценной медикаментозной.

В ходе профилактики многих болезней и синдромов (при условии своевременного проведения поддерживающей и противорецидивной терапии) фитотерапия является основным методом лечения.

Таковыми заболеваниями являются:

- переутомление,
- стресс,
- хроническая усталость,
- гиповитаминоз,
- авитаминоз.

Дозировка

Дозировка фитопрепарата назначается сугубо индивидуально, при этом учитываются такие характеристики:

- возраст больного,
- масса тела,
- выраженность заболевания,
- наличие сильнодействующих трав в сборе.

В большинстве случаев традиционной дневной дозы травяного лекарства, составляющей 1 – 2 ст. л. сухого сбора на 200 мл воды, бывает недостаточно для лечения (как и не эффективной может быть схема, при которой настой или отвар принимается трижды в сутки). Поэтому к определению числа приемов фитопрепарата также следует подходить в индивидуальном порядке. Преимущественно назначается в день по 50, 75 либо 100 мл фитопрепарата в день, причем рекомендуется употреблять лекарство в теплом виде.

Длительность курса лечения

Фитотерапия – процесс длительный и непрерывный. Курс лечения при остро протекающих заболеваниях определяется исключительно индивидуально, составляя при этом не меньше 2 – 3 недель. При болезнях в хронической стадии курс – 1 – 2 месяца, причем на протяжении года необходимо пройти порядка 2 – 4 курсов. Рекомендуются начинать траволечение во время рецидива заболевания, что крайне важно как при язвенной болезни, так и при предъязвенных состояниях.

Частота проведения повторного лечения

Часто больным рекомендуется употреблять травы круглый год. В таких случаях обязательно между курсами делаются 2- или 3-недельные перерывы. Следует периодически менять компоненты сбора полностью либо частично, что поможет избежать привыкания организма к БАВ, содержащимся в лечебных растениях.

5 Принцип комплексности

Фитотерапия хоть и является полноправной составляющей системы лечения, но все же ее нельзя назвать панацеей от всех болезней. По этой причине для максимально эффективного лечения в комплексе с траволечением применяются иные медикаментозные, а также немедикаментозные методы:

- рефлексотерапия,
- апитерапия,
- гирудотерапия,
- лечебный массаж,
- мануальная терапия,
- иглоукалывание,
- ароматерапия,
- спелеотерапия,
- мезотерапия,
- акупунктура.

Все эти виды лечения активизируют естественные восстановительные процессы, протекающие в организме больного человека.

Обязательные условия выздоровления (помимо приема лекарств):

- соблюдение режима труда,
- полноценный отдых,
- соблюдение диетологических рекомендаций,
- искоренение вредных привычек (курения, употребления алкоголя),
 - устранение гиподинамии.