

«Использование лекарственных трав в лечении и профилактике заболеваний у детей»

Когда-то травы были единственными союзниками человека в борьбе с болезнью. Лечению травами посвящались основные медицинские трактаты древности. Настойки, экстракты, отвары, сиропы, полученные таким образом, с тех пор называются «галеновые препараты»

Это время осталось в далеком прошлом. Сегодня мы можем лечить болезни, используя тысячи химически синтезированных препаратов. Их победный марш начался с 19в., когда ученые научились выделять из растений вещества, обладающие ярко выраженным лечебным эффектом, - алкалоиды, глюкозиды, эфирные масла и др. В дальнейшем на их основе было создано множество химических лекарственных препаратов, которые предоставили возможность более эффективно управлять патологическими признаками, чем и завоевали у врачей большую популярность. Несмотря на то что фармакопрепараты широко востребованы в современной медицине, для восстановления тканевых обменных процессов все чаще стали использовать галеновые лекарственные формы народной медицины (настои и отвары лекарственных растений). За многие сотни лет лекарственные травы не потеряли своей притягательности.

Сегодняшнее траволечение отличается от того, каким оно было в древности, 100 и даже 20 лет назад. Наука коснулась этой области знаний. Изменились представления о безопасности трав, появились современные методы проверки качества сырья, усовершенствовалась технология производства фитопрепаратов. Современная фитотерапия использует только стандартизированные и зарегистрированные в установленном порядке лекарственные средства.

Особенности фитотерапии в педиатрии:

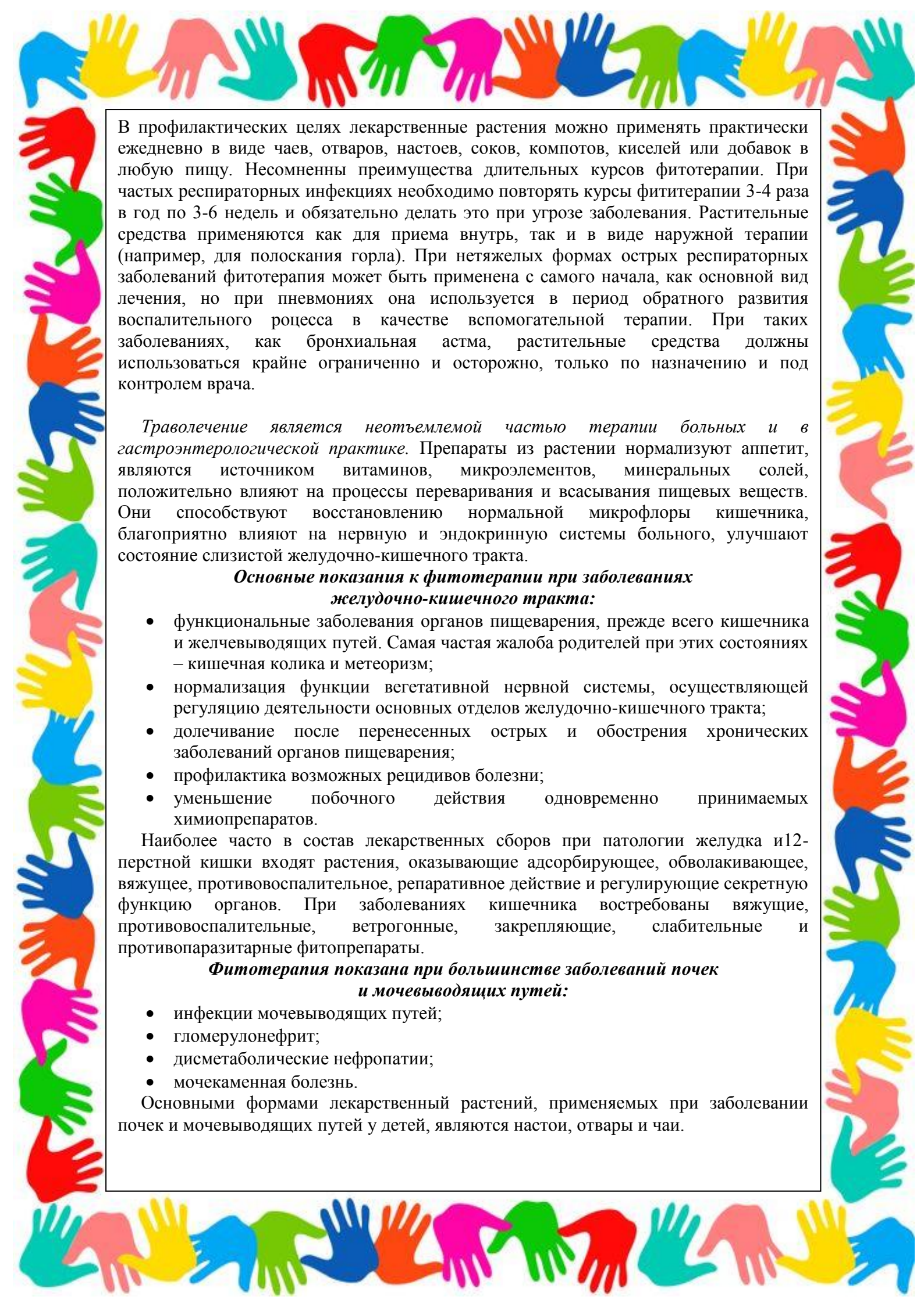
- исключение ядовитых и токсичных ингредиентов,
- исключение растительных лекарственных средств с гормональной активностью аллергенов,
- широкое применение в качестве профилактических мероприятий.

С чем же связаны лечебные свойства растений? Многие растения содержат фармакологически активные вещества, но зачастую лечебный эффект связан не с ними, а с многочисленными вторичными веществами, которые накапливаются в процессе жизнедеятельности растения и участвуют в его метаболических процессах и защитных реакциях. Активные лечебные комплексы образуются также в процессе приготовления лекарственной формы – при кипячении, холодном и горячем настаивании, получении сока из свежего растения и т.д.

В педиатрической практике лекарственные растения востребованы при заболеваниях органов дыхания ЛОР-органов:

- острые воспалительные заболевания верхних дыхательных путей;
- бронхиты, пневмонии;
- заболевания носоглотки;
- профилактика возможных рецидивов острых и хронических заболеваний органов дыхания;
- повышение сопротивляемости организма у часто и длительно болеющих детей.

Наиболее востребованы растения, обладающие противовирусным, антибактериальным, противовоспалительным и иммунорегулирующим действием, а также улучшающие дренажную функцию бронхов.



В профилактических целях лекарственные растения можно применять практически ежедневно в виде чаев, отваров, настоев, соков, компотов, киселей или добавок в любую пищу. Несомненны преимущества длительных курсов фитотерапии. При частых респираторных инфекциях необходимо повторять курсы фитотерапии 3-4 раза в год по 3-6 недель и обязательно делать это при угрозе заболевания. Растительные средства применяются как для приема внутрь, так и в виде наружной терапии (например, для полоскания горла). При нетяжелых формах острых респираторных заболеваний фитотерапия может быть применена с самого начала, как основной вид лечения, но при пневмониях она используется в период обратного развития воспалительного процесса в качестве вспомогательной терапии. При таких заболеваниях, как бронхиальная астма, растительные средства должны использоваться крайне ограниченно и осторожно, только по назначению и под контролем врача.

Траволечение является неотъемлемой частью терапии больных и в гастроэнтерологической практике. Препараты из растений нормализуют аппетит, являются источником витаминов, микроэлементов, минеральных солей, положительно влияют на процессы переваривания и всасывания пищевых веществ. Они способствуют восстановлению нормальной микрофлоры кишечника, благоприятно влияют на нервную и эндокринную системы больного, улучшают состояние слизистой желудочно-кишечного тракта.

Основные показания к фитотерапии при заболеваниях желудочно-кишечного тракта:

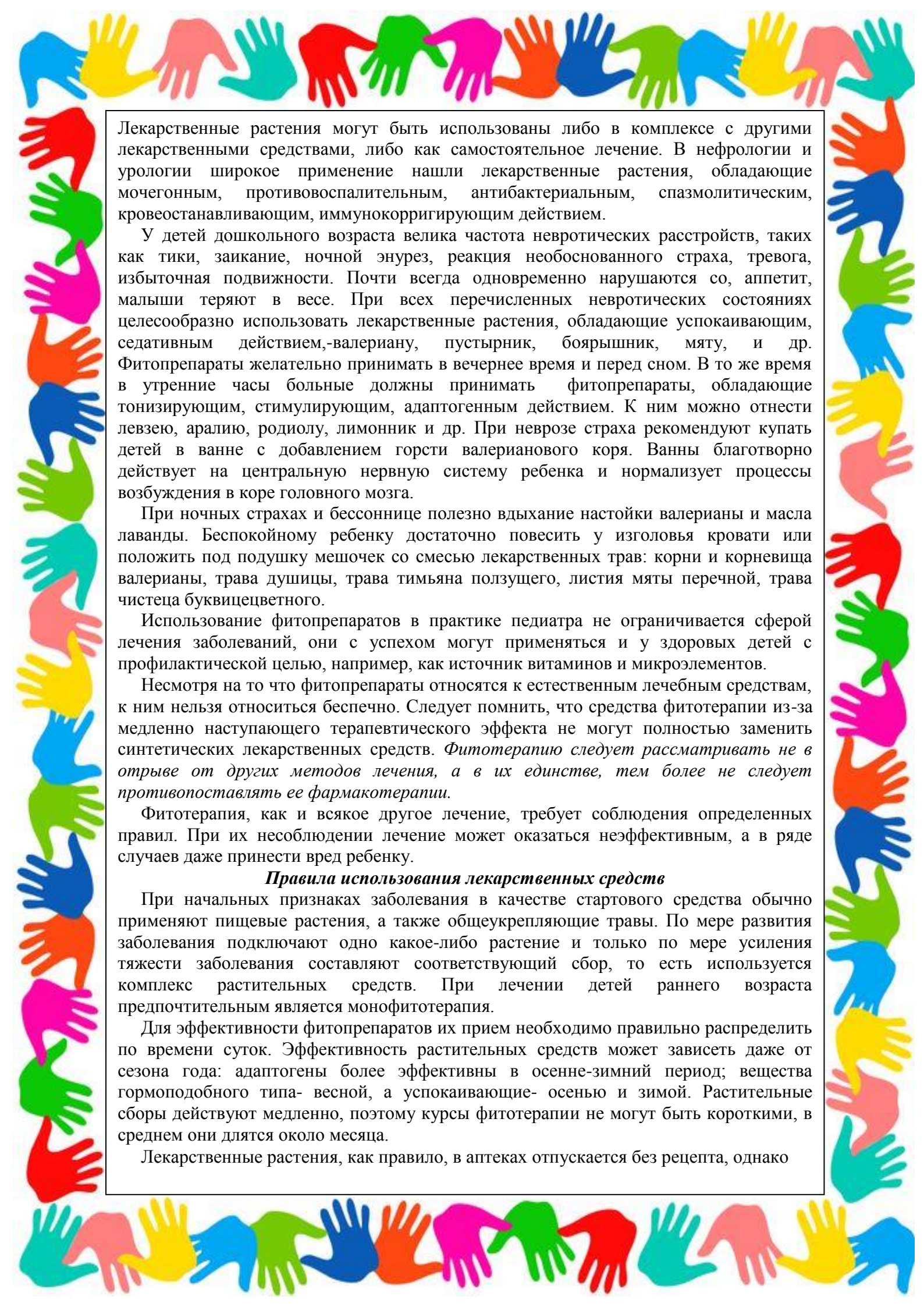
- функциональные заболевания органов пищеварения, прежде всего кишечника и желчевыводящих путей. Самая частая жалоба родителей при этих состояниях – кишечная колика и метеоризм;
- нормализация функции вегетативной нервной системы, осуществляющей регуляцию деятельности основных отделов желудочно-кишечного тракта;
- долечивание после перенесенных острых и обострения хронических заболеваний органов пищеварения;
- профилактика возможных рецидивов болезни;
- уменьшение побочного действия одновременно принимаемых химиопрепаратов.

Наиболее часто в состав лекарственных сборов при патологии желудка и 12-перстной кишки входят растения, оказывающие адсорбирующее, обволакивающее, вяжущее, противовоспалительное, репаративное действие и регулирующие секреторную функцию органов. При заболеваниях кишечника востребованы вяжущие, противовоспалительные, ветрогонные, закрепляющие, слабительные и противопаразитарные фитопрепараты.

Фитотерапия показана при большинстве заболеваний почек и мочевыводящих путей:

- инфекции мочевыводящих путей;
- гломерулонефрит;
- дисметаболические нефропатии;
- мочекаменная болезнь.

Основными формами лекарственных растений, применяемых при заболевании почек и мочевыводящих путей у детей, являются настои, отвары и чай.



Лекарственные растения могут быть использованы либо в комплексе с другими лекарственными средствами, либо как самостоятельное лечение. В нефрологии и урологии широкое применение нашли лекарственные растения, обладающие мочегонным, противовоспалительным, антибактериальным, спазмолитическим, кровоостанавливающим, иммунокорректирующим действием.

У детей дошкольного возраста велика частота невротических расстройств, таких как тики, заикание, ночной энурез, реакция необоснованного страха, тревога, избыточная подвижности. Почти всегда одновременно нарушаются сон, аппетит, малыши теряют в весе. При всех перечисленных невротических состояниях целесообразно использовать лекарственные растения, обладающие успокаивающим, седативным действием, -валериану, пустырник, боярышник, мяту, и др. Фитопрепараты желателно принимать в вечернее время и перед сном. В то же время в утренние часы больные должны принимать фитопрепараты, обладающие тонизирующим, стимулирующим, адаптогенным действием. К ним можно отнести левзею, аралию, родиолу, лимонник и др. При неврозе страха рекомендуют купать детей в ванне с добавлением горсти валерианового коря. Ванны благотворно действуют на центральную нервную систему ребенка и нормализуют процессы возбуждения в коре головного мозга.

При ночных страхах и бессоннице полезно вдыхание настойки валерианы и масла лаванды. Беспокойному ребенку достаточно повесить у изголовья кровати или положить под подушку мешочек со смесью лекарственных трав: корни и корневища валерианы, трава душицы, трава тимьяна ползущего, листья мяты перечной, трава чистеца буквицецветного.

Использование фитопрепаратов в практике педиатра не ограничивается сферой лечения заболеваний, они с успехом могут применяться и у здоровых детей с профилактической целью, например, как источник витаминов и микроэлементов.

Несмотря на то что фитопрепараты относятся к естественным лечебным средствам, к ним нельзя относиться беспечно. Следует помнить, что средства фитотерапии из-за медленно наступающего терапевтического эффекта не могут полностью заменить синтетических лекарственных средств. *Фитотерапию следует рассматривать не в отрыве от других методов лечения, а в их единстве, тем более не следует противопоставлять ее фармакотерапии.*

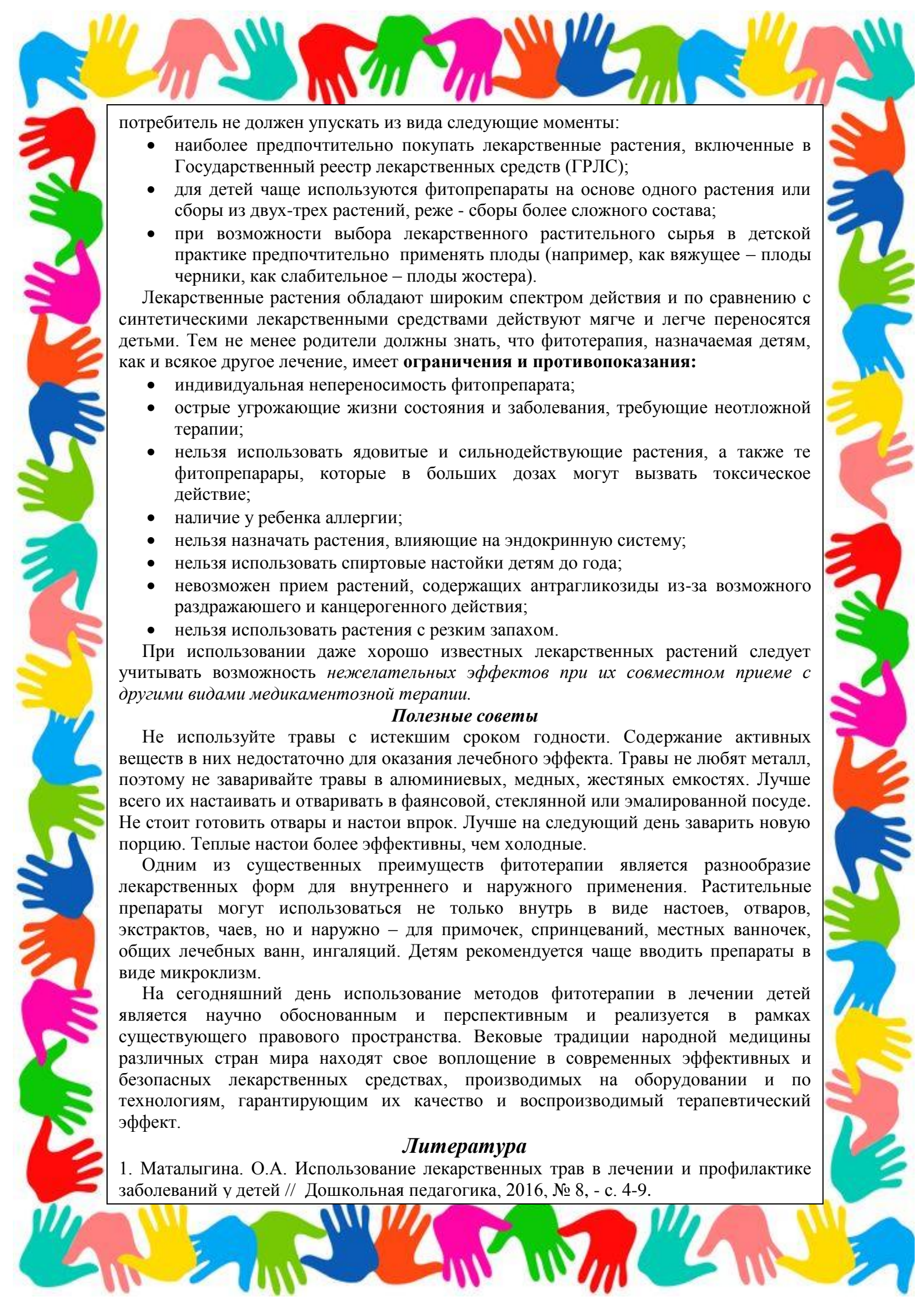
Фитотерапия, как и всякое другое лечение, требует соблюдения определенных правил. При их несоблюдении лечение может оказаться неэффективным, а в ряде случаев даже принести вред ребенку.

Правила использования лекарственных средств

При начальных признаках заболевания в качестве стартового средства обычно применяют пищевые растения, а также общеукрепляющие травы. По мере развития заболевания подключают одно какое-либо растение и только по мере усиления тяжести заболевания составляют соответствующий сбор, то есть используется комплекс растительных средств. При лечении детей раннего возраста предпочтительным является монофитотерапия.

Для эффективности фитопрепаратов их прием необходимо правильно распределить по времени суток. Эффективность растительных средств может зависеть даже от сезона года: адаптогены более эффективны в осенне-зимний период; вещества гормоноподобного типа - весной, а успокаивающие - осенью и зимой. Растительные сборы действуют медленно, поэтому курсы фитотерапии не могут быть короткими, в среднем они длятся около месяца.

Лекарственные растения, как правило, в аптеках отпускается без рецепта, однако



потребитель не должен упускать из вида следующие моменты:

- наиболее предпочтительно покупать лекарственные растения, включенные в Государственный реестр лекарственных средств (ГРЛС);
- для детей чаще используются фитопрепараты на основе одного растения или сборы из двух-трех растений, реже - сборы более сложного состава;
- при возможности выбора лекарственного растительного сырья в детской практике предпочтительно применять плоды (например, как вяжущее – плоды черники, как слабительное – плоды жостера).

Лекарственные растения обладают широким спектром действия и по сравнению с синтетическими лекарственными средствами действуют мягче и легче переносятся детьми. Тем не менее родители должны знать, что фитотерапия, назначаемая детям, как и всякое другое лечение, имеет **ограничения и противопоказания**:

- индивидуальная непереносимость фитопрепарата;
- острые угрожающие жизни состояния и заболевания, требующие неотложной терапии;
- нельзя использовать ядовитые и сильнодействующие растения, а также те фитопрепараты, которые в больших дозах могут вызвать токсическое действие;
- наличие у ребенка аллергии;
- нельзя назначать растения, влияющие на эндокринную систему;
- нельзя использовать спиртовые настойки детям до года;
- невозможен прием растений, содержащих антрагликозиды из-за возможного раздражающего и канцерогенного действия;
- нельзя использовать растения с резким запахом.

При использовании даже хорошо известных лекарственных растений следует учитывать возможность *нежелательных эффектов при их совместном приеме с другими видами медикаментозной терапии*.

Полезные советы

Не используйте травы с истекшим сроком годности. Содержание активных веществ в них недостаточно для оказания лечебного эффекта. Травы не любят металл, поэтому не заваривайте травы в алюминиевых, медных, жестиных емкостях. Лучше всего их настаивать и отваривать в фаянсовой, стеклянной или эмалированной посуде. Не стоит готовить отвары и настои впрок. Лучше на следующий день заварить новую порцию. Теплые настои более эффективны, чем холодные.

Одним из существенных преимуществ фитотерапии является разнообразие лекарственных форм для внутреннего и наружного применения. Растительные препараты могут использоваться не только внутрь в виде настоев, отваров, экстрактов, чаев, но и наружно – для примочек, спринцеваний, местных ванночек, общих лечебных ванн, ингаляций. Детям рекомендуется чаще вводить препараты в виде микроклизм.

На сегодняшний день использование методов фитотерапии в лечении детей является научно обоснованным и перспективным и реализуется в рамках существующего правового пространства. Вековые традиции народной медицины различных стран мира находят свое воплощение в современных эффективных и безопасных лекарственных средствах, производимых на оборудовании и по технологиям, гарантирующим их качество и воспроизводимый терапевтический эффект.

Литература

1. Матальгина. О.А. Использование лекарственных трав в лечении и профилактике заболеваний у детей // Дошкольная педагогика, 2016, № 8, - с. 4-9.