

- нормализовать осанку;
- уменьшить интенсивность или купировать боли;
- предотвратить рецидивы болей в спине или уменьшить их частоту и выраженность.

Для решения поставленных задач была разработана следующая методика реабилитации больных:

- силовые упражнения на тренажерах специального типа;
- суставная гимнастика;
- мануальная терапия, массаж, гидропроцедуры;
- психотерапия.

Результаты исследований.

Все пациенты характеризовали динамику своего общего состояния как положительную. У них исчезли боли, нарушения функции периферических нервов, повысилась мышечная сила, нормализовались рефлексы и чувствительность, состояние паравертебральных мышц и объем движений в суставах, исправилась осанка, исчезли признаки плоскостопия, улучшилась двигательная активность (способность поворачиваться в постели, садиться из положения лежа, вставать, передвигаться вне и внутри квартиры, пользоваться транспортом), появилась возможность самостоятельно осуществлять работы по дому (приготовление пищи, стирка, уборка, покупки и т.д.), повысилась общественная активность, нормализовался психологический фон.

Пациенты физически окрепли, у них улучшилось настроение, сон, появилось желание продолжать занятия физическими упражнениями и отказаться от вредных привычек.

Положительные сдвиги отмечены также со стороны деятельности сердечно-сосудистой системы, что выразилось в нормализации уровня артериального давления, частоты пульса, повышении физической работоспособности, сокращении времени восстановления после занятий.

Полученный опыт реабилитации больных остеохондрозом и грыжей межпозвонкового диска показал стойкий терапевтический эффект метода, легко воспроизводимого как в амбулаторных, так и в стационарных условиях. Данный метод обеспечивает восстановление полной работоспособности без оперативного лечения грыж межпозвонковых дисков практически в любом возрасте.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бубновский С.М. Природа разумного тела, или Как избавиться от остеохондроза / Руководство для тех, кто не хочет стареть / С. М. Бубновский. – М. : ДПК, 1997. – 72 с.
2. Жарков П.Л. Остеохондроз и другие дистрофические изменения позвоночника у взрослых и детей / П. Л. Жарков. – М. : Медицина, 1994.
3. Качесов В.А. Основы интенсивной реабилитации / В. А. Качесов. – М., 1999. – 126 с.

Т.С. Волжина,

кандидат биологических наук, доцент,

Одесский медицинский институт

Международного гуманитарного университета,

г. Одесса, Украина

НЕКОТОРЫЕ ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ ЯЗВЕННОЙ БОЛЕЗНИ ЖЕЛУДКА И ДВЕНАДЦАТИПЕРСТНОЙ КИШКИ

Лечение язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки лекарственными растениями известно с давних времен. Несмотря на это, и в наши дни применение фитотерапии в лечении означенных болезней остается весьма актуальным.

В определенный период времени, лечение этих заболеваний методами народной медицины отошли на второй план, уступив место традиционной медицине с применением в терапии лекарственных препаратов химического синтеза. Однако, не секрет, что синтетические лекарственные средства могут вызывать аллергию, отрицательные побочные реакции и быть причиной многих других осложнений.

Поэтому, в настоящее время очень актуальным является применение и использование лекарственных растений при лечении язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. Чаще всего методика лечения основывается на одновременном использовании и применении синтетических лекарственных препаратов и препаратов из лекарственного сырья растительного происхождения.

В статье представлены краткие данные о некоторых, наиболее распространенных в нашем регионе, видах лекарственных растений, применяемых при лечении заболеваний пищеварительного тракта.

АИР ОБЫКНОВЕННЫЙ (Лепеха звичайна) – *Acorus calamus L.*
Ароидные (ароїдні) – *Araceae*

Многолетник с толстым ползучим корневищем и длинными мочковатыми корнями. Стебель 60–100 см высотой, слегка уплощенный. Листья мечевидные, узколинейные. Початок на ножке; цветки обоеполые зеленовато-желтые. Цветет в июне. Растет на заболоченных лугах, болотах, по берегам рек и озер.

В медицине используются корни и корневища, которые заготавливаются осенью или ранней весной; имеют горьковатый вкус и содержат эфирное масло (до 4,8 %), горькие гликозиды, витамин С, дубильные вещества, смолы, крахмал и др.

В медицинской практике используется как регулятор деятельности желудочно-кишечного тракта и входит в состав препаратов викалин и викаир, а также желудочного сбора, применяемых при лечении язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. Также используется при почечнокаменной болезни; обладает антимикробными свойствами. При наружном применении используется для укрепления и роста волос.

В тибетской медицине корневища айра применяют как тонизирующее и противоглистное средство, а также для лечения некоторых поражений костей [4, с. 468; 2, с. 140].

ДЕВЯСИЛ ВЫСОКИЙ (Оман високий) – *Inula helenium L.*
Астровые (айстрові) – *Asteraceae*

Многолетнее растение 1–2,5 м высотой; корневище толстое, мясистое. Стебель прямой, толстый, ребристый, жесткоопушенный. Листья цельные, сверху, в основном голые, снизу густо-сероволочные. Корзинки не многочисленные, крупные, на толстых цветоносах, желтые. Цветет в конце июня до сентября. Растет по влажным лугам, берегам рек, около озер. Корни съедобны. Растение красильное – дает синюю окраску.

Используются, в основном, корни и корневища, заготавливаемые осенью или ранней весной. Растение культивируется в садах и огородах. Содержит полисахариды, эфирное масло (до 4,3 %), сапонины, инулин (до 44 %), витамин Е, смолы, камедь, следы алкалоидов и другие вещества.

Отвар девясила используют при воспалительных процессах верхних дыхательных путей; применяется при лечении язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки; при лечении сахарного диабета, атеросклероза, а так же как кровоостанавливающее средство. Входит в состав грудного и мочегонного чая. Обладает пищевой и кондитерской ценностью – используется как пряность в кулинарии; входит в состав БАДов – улучшает мышечную и умственную деятельность [5, с. 222].

ЗВЕРБОЙ ПРОДЫРЯВЛЕННЫЙ
(Звіробій звичайний) – *Hypericum perforatum L.*
Звербойные (звіробійні) – *Hypericaceae*

Травянистое, многолетнее растение, с прямыми, сверху ветвистыми стеблями, высотой 30–60 см. Листья овальные, с обильно просвечивающимися железками. Соцветие – рыхлая кисть или щитковидная метелка. Цветки крупные, желтые, лепестки усеяны черно-бурыми или фиолетовыми точками. Цветет в июне–июле. Растет на открытых сухих склонах, в кустарниках, светлых лесах. В период цветения собирают цветущие верхушки вместе с листьями, без грубых одревесневших стеблей.

Содержит витамины, дубильные вещества (до 10 %), эфирное масло, сапонины, микроэлементы (Mo, Se, Cd), флавоноиды, каротин (до 55 мг/100 г), БАВ.

Применяется как дезинфицирующее средство; как ранозаживляющее; регулирует обменные процессы; используется при лечении язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки; при терапии артритов; входит в состав противодиабетических сборов; применяется при воспалительных процессах в почках и при почечнокаменной болезни, а так же для ингаляций при воспалениях верхних дыхательных путей. Звербойное

масло применяется для лечения ожогов, ран и язв. Не рекомендуется применять препараты зверобоя при нахождении на солнце, так как это может вызвать кожные аллергические реакции [4, с. 102; 2, с. 176].

КАЛЕНДУЛА ЛЕКАРСТВЕННАЯ
(Нагідки лікарські) – *Calendula officinalis* L.
Астровые (айстрові) – *Asteraceae*

Однолетнее, редко двулетнее растение. Корень стержневой, стебель одиночный, прямостоячий 30–60 см высотой. Листья очередные, в основном продолговато-ланцетные, на верхушке заостренные. Корзинки крупные 8–10 мм длиной. Цветки оранжевые или ярко-желтые. Цветет с июня по сентябрь. Культивируется как лекарственное, декоративное и красильное растение.

Лекарственное сырье – цветки, содержащие каротиноиды, кумарины, дубильные вещества, полисахариды, эфирное масло, горечи, смолы, органические кислоты и др.

Цветки календулы применяются как желчегонное средство, для регуляции деятельности при желудочно-кишечных заболеваниях; как бактерицидное, ранозаживляющее и противовоспалительное средство; для дополнительной терапии при злокачественных новообразованиях; при воспалительных заболеваниях верхних дыхательных путей – ангине, тонзиллите; для усиления свертываемости крови; также применяется и наружно, для лечения некоторых заболеваний кожи. Используется в гомеопатии; входит в состав БАД. В кулинарии цветки календулы добавляют в чай, супы и различные напитки [4, с. 346; 3, с. 81].

КАЛИНА ОБЫКНОВЕННАЯ
(Калина звичайна) – *Viburnum opulus* L.
Жимолостные (жимолостеві) – *Caprifoliaceae*

Кустарник или небольшое дерево 1,5–4 м высотой, с трещиноватой серовато-бурой корой, молодые побеги голые. Листья супротивные, от широкояйцевидных до округлых, 3–5-ти пальчатолопастные; сверху листья темно-зеленые, голые, снизу – серовато-зеленые. Соцветие – рыхлая зонтиковидная метелка; цветки обоеполые, сидячие, белые или розовато-белые.

Плод – ярко-красный, костянообразный, с одной косточкой. Цветет с мая до середины июля. Встречается в подлеске, по опушкам увлажненных лиственных и смешанных лесов, в защитной зоне древесно-кустарниковых лесополос, по берегам рек, озер, болот; выращивается в садах и парках как декоративное, лекарственное, пищевое и медоносное растение. В лекарственных целях используются собранные осенью зрелые плоды. Кору со стволов и ветвей, для лекарственных целей, собирают ранней весной.

В плодах калины содержатся кислоты – аскорбиновая, хлорогеновая, кофейная и другие; каротиноиды, флавоноиды, антоцианы, сахара, дубильные вещества, смолы, органические кислоты, сапонины, алкалоиды.

Применяется как поливитаминное, желчегонное средство, при воспалительных заболеваниях желудочно-кишечного тракта; используется при заболеваниях верхних дыхательных путей; при малокровии; как ранозаживляющее; в комплексном лечении злокачественных новообразований; при сердечно-сосудистых заболеваниях; как потогонное и мочегонное средство; как кровоостанавливающее средство при маточных кровотечениях. Используется в кулинарии и косметологии [3, с. 194; 5, с. 719].

МАТЬ-И-МАЧЕХА ОБЫКНОВЕННАЯ
(Підбіл, мати-й-мачуха звичайна) – *Tussilago farfara* L.
Астровые (айстрові) – *Asteraceae*

Многолетнее травянистое растение. Корневище толстое, ползучее. Стебли 5–25 см высотой, одиночные, прямостоячие, шерстисто-опушенные, покрыты прижатыми чешуйками. Прикорневые листья, которые появляются после окончания цветения растения, длинночерешковые, округло-сердцевидные, сверху голые, светло-зеленые, снизу беловойлочные. Цветки желтые одиночные. Цветет с марта до мая. Растет на влажных песчаных и глинистых почвах, по берегам рек и ручьев, в канавах. Медонос.

Как лекарственное сырье, в первой половине лета, собирают здоровые листья без повреждений и «ржавых» пятен. В листьях содержится инулин, полисахариды, горькие гликозиды (2,6 %), сапонины, каротиноиды, дубильные вещества, микроэлементы, органические кислоты, флавоноиды, алкалоиды и др.

Применяется при лечении заболеваний дыхательных путей и легких, в качестве отхаркивающего, смягчительного и потогонного средства; входит в состав грудных сборов. Используется как ранозаживляющее средство, при лечении язвенной болезни, наружно – для лечения нарывов и ушибов. Цветы мать-и-мачехи могут входить в состав весеннего витаминного чая.

Растение мать-и-мачеха (*Tussilago farfara L.*) – листья и цветочные корзинки – включены в фармакопеи 15 стран мира [4, с. 344; 1, с. 135].

ОДУВАНЧИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ **(Кульбаба лікарська) – *Taraxacum officinale Webb. ex Wigg*** **Астровые (айстрові) – *Asteraceae***

Многолетнее травянистое растение, со стержневым, довольно длинным, ветвистым корнем (иногда до 50 см длиной). Листья многочисленные, зеленые, в основном, прижатые к почве. Цветочные стрелки 10–30 см высотой, в верхней части паутинисто-пушистые. Цветки собраны в крупные корзинки, ярко- или светло-желтые. Цветет с мая до июля. Встречается повсеместно – около жилья, дорог, в садах, огородах, опушках леса, на полях.

Одуванчик используется как лекарственное, витаминное, пищевое и медоносное растение. Лекарственным сырьем являются корни, которые собирают осенью, а так же зеленые части растения, собираемые в период цветения. В млечном соке одуванчика выявлены горькие гликозиды, много инулина (осенью до 40 %), сахаров (до 18 %), белковых веществ, жирное масло и органические кислоты. Надземная часть – соцветия и листья – содержат каротиноиды, никотиновую кислоту, сапонины, холин, Са, F, Fe, Mg и др.

Содержащиеся в корнях одуванчика горечи возбуждают аппетит, улучшают деятельность пищеварительного тракта, используются как желчегонное, диуретическое и слабительное средство. Находят своё применение при лечении сахарного диабета, заболеваниях печени и желчного пузыря; лечении желчекаменной болезни, гастрите, колите; применяется как ранозаживляющее, антигельминтное, анти-токсическое средство.

В некоторых странах Европы (например, во Франции) одуванчик возделывается как огородная культура. Для улучшения состава крови, ранней весной рекомендуют употреблять в пищу сок молодых листьев одуванчика. Сок одуванчика применяют также и в косметологии [2, с. 200; 3, с. 239].

В предложенной статье представлено всего лишь 7 видов лекарственных растений, хотя в реалии таких растений насчитывается несколько десятков. Описанные виды растений визуально хорошо известны широкому кругу людей, но для применения их в лекарственных целях необходима обязательная предварительная диагностика и консультация врача-специалиста, для правильного, эффективного и безопасного их использования в процессе лечения.

ЛИТЕРАТУРА

1. Крылов А. А., Марченко В. А., Максютин Н. П., Мамчур Ф. И. Фитотерапия в комплексном лечении заболеваний внутренних органов. – К. : Здоровья, 1992. – 237 с.
2. Растительные лекарственные средства / под редак. проф. Максютин Н. П. – К. : Здоров'я, 1985. – 278 с.
3. Мамчур Ф. И. Довідник з фітотерапії / Ф. И. Мамчур. – К. : Здоров'я, 1986. – 279 с.
4. Определитель высших растений Украины. – К. : Наукова думка, 1987. – 545 с.
5. Яковлев Г. П. Фармакогнозия. Лекарственное сырье растительного и животного происхождения : [учебное пособие] / Г. П. Яковлев. – СПб. : СпецЛит, 2010. – 862 с.