

# Фітотерапія гострого риносинуситу

**Риносинусит – це багатофакторний запальний процес, який залучає слизову оболонку носа та приносіві пазухи. До важливих факторів риносинуситу належать мукоциліарні порушення, інфекція, алергія та набряк слизової носа і пазух, які можуть сприяти розвитку, персистенції чи рецидиву риносинуситу (Passali et al., 2015).**

Гострий риносинусит (ГРС) – дуже поширена хвороба; має переважно вірусну причину (Fokkens et al., 2020). Бактеріальну причину фіксують лише в 0,5-1% випадків ГРС (Fokkens et al., 2020; Hryniewicz, 2016).

Основний механізм переходу вірусного в бактеріальний ГРС полягає у загущенні та затримці слизу в просвіті пазухи (рис.). Важливими напрямками терапії ГРС є протизапальний і муколітичний (розрідження, евакуація слизу із просвіту пазухи), який можуть забезпечити фітопрепарати.

## Чому фітотерапія?

Кількість наукових доказів, що постійно збільшуються, наводять на думку, що фітопрепарати можуть бути ефективними як доповнювальне лікування за риносинуситу (Passali et al., 2015). У публікаціях зазначено, що фітопрепарати можуть чинити муколітичну, противірусну, антимікробну, протизапальну та секретолітичну дію в експериментах (Passali et al., 2015).

Засвідчено, що фітотерапія ефективно зменшує вираженість симптомів ГРС у дітей і дорослих *in vivo*, демонструючи високий рівень переносимості та безпеки (Passali et al., 2015).

Доповнювальну чи альтернативну терапію широко застосовують у лікуванні як гострого, так і хронічного риносинуситу, проте складно розробити доказові рекомендації через недостатню кількість рандомізованих контрольованих випробувань. Загалом є декілька подвійних сліпих плацебо-контрольованих рандомізованих досліджень ефективності рослинних компонентів у лікуванні ГРС, які все одно не представляють повного спектра фітопрепаратів, що застосовують для лікування ГРС.

## Які докази?

Зафіксовано зростання популярності фітопрепаратів і частоти їхнього застосування при ГРС (Blanc et al., 2001). 2 із 3 пацієнтів із риносинуситом

вживають фітопрепарати як монотерапію або доповнення до іншого лікування (Krouse et al., 1999).

Наразі немає етіотропних противірусних ліків, які б забезпечували ефективну профілактику та лікування ГРС. У рекомендаціях з лікування інфекцій (Hryniewicz, 2016) стосовно фармакотерапії ГРС надано поради щодо симптоматичного лікування вірусного ГРС (аналгетики, антипіретики, промивання носа сольовими розчинами, носові деконгестанти, а також фітопрепарати із секретолітичною активністю).

При поствірусному ГРС (коли симптоми тривають >10 днів або якщо зростає їхня вираженість через 5 днів) в EPOS (Fokkens et al., 2020) також надано поради щодо фітотерапії серед інших ліків (табл. 1).

Таблиця 1. Лікувальна тактика при поствірусному ГРС згідно з EPOS (2020)

Ендоназальні кортикостероїди
Носові деконгестанти (менш як 10 днів)
Фітотерапія
Промивання носа розчинами солі
Уникання антибіотикотерапії

У польських рекомендаціях (Hryniewicz, 2016) для лікування респіраторних інфекцій автори зазначають, що в разі поствірусного ГРС можна застосовувати секретолітичні фітопрепарати. В EPOS (2020) деякі фітопрепарати (BNO 1060 таблетки, *Pelargonium silicoides* краплі, миртол з іншими ефірними оліями у формі капсул) внесено до рекомендованих для лікування поствірусного ГРС з метою зменшення тяжкості симптомів (рівень доказів Ib) (Fokkens et al., 2020).

В EPOS (2020) наведено 4 дослідження при ГРС комплексного фітопрепарату, який містить, зокрема, екстракт чорної бузини та трави вербени, що продемонстрували істотне поліпшення симптомів ГРС із хорошим профілем переносимості.

## Які рослини?

Нині фармацевтична індустрія демонструє значний інтерес до фітопрепаратів для пошуку нових ліків з метою лікування ГРС. Натуральні продукти були, є і будуть важливим джерелом фармакологічно активних компонентів; цей інтерес зростає в міру появи невдач альтернативних методів фармацевтичних технологій. Хоча кількість досліджень при ГРС недостатня, їх виконували лише з деякими рослинними компонентами, однак варто звернути увагу на рослини для лікування ГРС.

## Андрографіс волохистий

Рослина *Andrographis paniculata* має численні застосування в медицині, дослідження підтвердили її ефективність за інфекцій верхніх дихальних шляхів, виразкового коліту, ревматичних хвороб. *Andrographis paniculata* може скоротити тривалість, а також полегшити симптоми застуди.

Виконано 2 дослідження (Caceres et al., 1999; Gabrielian et al., 2002) екстракту *Andrographis paniculata* при застуді (вірусному ГРС). Було занотовано істотне зменшення вираженості симптомів у групі андрографісу, не зафіксовано жодного побічного ефекту. Зокрема, під час оцінки андрографісу в 95 пацієнтів з інфекціями верхніх дихальних шляхів (у т. ч. ГРС) засвідчено суттєве поліпшення через 5 днів лікування за симптомами головного болю, а також носовими та горловими симптомами (Gabrielian et al., 2002). Фітопрепарат засвідчив істотний вплив на прояви хвороби, одночасно не проявляючи побічних ефектів (Caceres et al., 1999; Gabrielian et al., 2002).

У системному огляді 7 подвійних сліпих контрольованих досліджень 896 хворих засвідчено, що андрографіс істотно ліпший порівняно із плацебо в зменшенні симптомів інфекцій верхніх дихальних шляхів. Повідомляли лише про окремі рідкісні та легкі побічні ефекти (Thompson, Edzard, 2004).

У клінічних дослідженнях показано, що андрографіс сприяє швидшому відновленню під час застуди (Skarzynska, Czajka, 2020), а основна активна речовина (андрографолід) має протизапальні та імуностимулювальні властивості (Hancke et al., 1995).

## Чорна бузина

Чорну бузину (*Sambucus nigra*) традиційно застосовують для лікування застуди (Vlachojannis et al., 2010); демонструє виражену активність проти вірусів застуди. Чорна бузина проявляє протизапальні властивості шляхом модуляції функції макрофагів і нейтрофілів, включаючи продукцію запальних медіаторів та клітинну міграцію (Santin et al., 2022). Квіти чорної бузини також чинять муколітичну дію (Passali et al., 2015).



Ф.Б. Юрочко

Опубліковано системний огляд (Hawkins et al., 2019) застосування чорної бузини при звичайній застуді, в якому занотовано позитивний вплив на симптоми.

## Ацерола та рослини, що містять вітамін С

В EPOS (2020) з високим рівнем доказів Іа рекомендують вживати вітамін С пацієнтам із застудами (вірусним ГРС) з огляду на потенційний вплив вітаміну С на тривалість та тяжкість застудних захворювань у регулярних дослідженнях, низьку вартість і безпечність (Fokkens et al., 2020).

Багатим за вмістом вітаміну С фруктом є ацерола. В ацеролі його дуже багато – в 30 разів більше, ніж у лимонах або апельсинах. Зокрема, концентрація вітаміну С в іспанських апельсинах (100 г) становить 49 мг, лимонах (100 г) – 57 мг, а в ацеролі (100 г) – 1678 мг.

## Цинеол

Цинеол є терпеноїдним оксидом і представлений в ефірних оліях, зокрема в м'ятній олії. Ефірні олії мають протизапальні, антисептичні та деконгестантні властивості; в традиційній медицині їх радять при астмі, закладеності носа, ринорей, кашлі, застуді та риносинуситі.

Цинеол, який входить до складу ефірних олій, зокрема м'ятної, проявляє антимікробну активність проти золотистого стафілокока, кишкової палички, а також біоплівки синьогнійної палички (Hendry et al., 2009). Водночас отримано експериментальні докази протизапальних властивостей цинеолу (Santos et al., 2000).

У сучасних американських рекомендаціях щодо риносинуситу зазначається про дослідження, яке засвідчує ефективність цинеолу за ГРС (Orlandi et al., 2021).

## Вербена

Вербена (*Verbena*) – рослина з багатогранними властивостями. Екстракт вербени посилює фагоцитарну активність нейтрофілів, а в малих концентраціях – фагоцитоз (Schmolz, 1992). Вербена суттєво збільшує плинність секрету порівняно з початковим рівнем (Marz et al., 1999); не лише діє як муколітик, а й демонструє противірусні властивості (Passali et al., 2015).

## Комплексні фітопрепарати

Комплексний фітопрепарат, який містить, зокрема, екстракти чорної бузини та вербени, проявляє бактерицидні *in vitro* властивості проти метицилінрезистентного золотистого стафілокока, піогенного стрептокока, гемофільної палички (Maune et al., 2005).

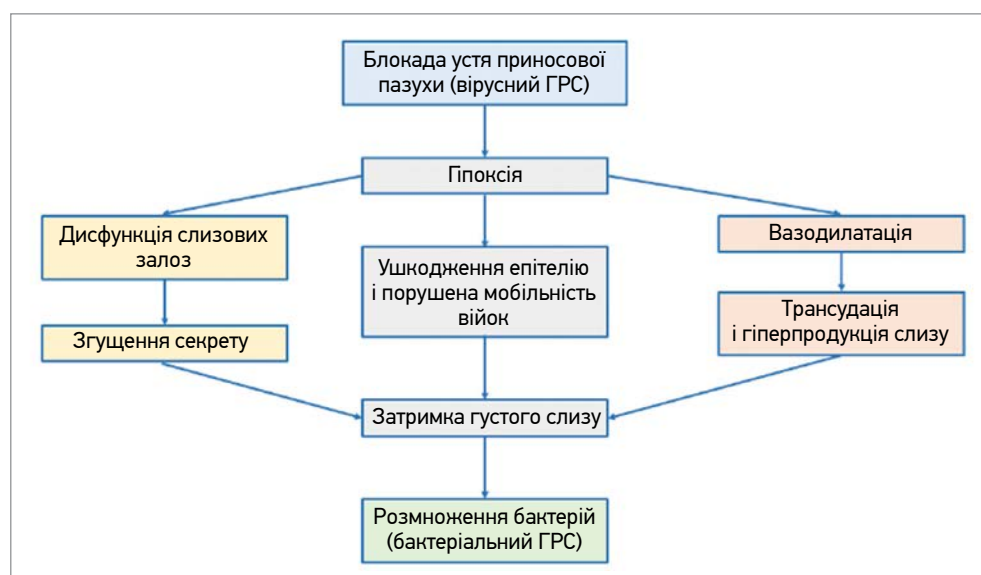


Рис. Патомеханізм переходу вірусного ГРС у бактеріальний (Rapiejko et al., 2022)

Таблиця 2. Ефекти компонентів Синудафену

	Секретолітична	Протизапальна	Противірусна	Антибактеріальна	Імуностимулювальна	Знеболювальна	Деконгестантна
Бузина	+	+	+		+		+
Липа		+				+	+
Андрографіс				+		+	
Вербена	+	+	+	+	+		
Коров'як	+	+				+	+
М'ята				+		+	+
Ацерола					+		

Дослідження на тваринних моделях експериментально індукованого верхньощелепного риносинуситу на тлі лікування комплексним фітопрепаратом засвідчило зменшення пневмококів у пазухах, а також зменшення обструкції, затемнення та запалення слизової пазух (Passali et al., 2015).

Ще в одному випробуванні на тваринних моделях пневмококового риносинуситу засвідчено суттєве зниження бактеріального росту на 8-й день лікування комплексним фітопрепаратом (Ismail, 2005).

Комплексний фітопрепарат, який містить, зокрема, екстракти чорної бузини та вербени, стимулює частоту рухів війок війчастого епітелію вже через 10 хв після нанесення, а дозозалежний ефект триває до 1 год (Kreindler et al., 2012).

Комбіновані фітопрепарати зменшують ріст пневмококів при бактеріальному риносинуситі, а також поліпшують якість секрету (Tcasencu et al., 2002).

### Чому Синудафен?

В Україні наявний комплексний фітопродукт Синудафен, який містить екстракти плодів ацероли, квіток бузини, коров'яку й липи, трави вербени, листя андрографісу волотистого і м'яти перцевої. Ефекти активних компонентів Синудафену наведені в таблиці 2.

Високий вміст активних компонентів обумовлює можливість вживання 1 р/день, що зручно для пацієнтів.

Ефективність і безпечність Синудафену вивчали в дітей із ГРС. Засвідчено, що використання Синудафену протягом 10 днів сприяє зменшенню об'єктивних проявів ГРС, інтенсивності головного болю та слабкості, швидкій ліквідації із носа, відновленню носового дихання (Косаковський та співавт., 2018). В іншому дослідженні доведено високу ефективність і чудовий профіль безпеки Синудафену в лікуванні дітей з ГРС (Косаковський та співавт., 2019).

Капсули Синудафену рекомендовані пацієнтам віком >12 років; застосовуються по 1-2 капсули 1 р/день протягом 7-14 днів. Сироп Синудафен рекомендований дітям віком від 3 до 12 років у дозі 1 ч. л. (5 мл) 1 р/день упродовж 7-14 днів.

Протягом 3 міс (червень-серпень 2023 року) автор спостерігав за ефективністю і безпечністю Синудафену в 60 дітей віком від 3 до 12 років із ГРС як системної монотерапії. Пацієнтам не було призначено антибіотик, лише додатково – місцеве лікування (деконгестанти та промивання носа сольовим розчином). Попередні спостереження свідчать про те, що в хворих із перших днів лікування суттєво поліпшувалося носове дихання, полегшувалася евакуація виділень з носа,

зменшувався сухий кашель, покращувався загальний стан. Не спостерігалося жодних побічних ефектів за вживання Синудафену. Батьки відзначили

зручність застосування цього фітотерапевтичного сиропу (1 р/день), що, на мою думку, сприяє комплаєнсу та дотриманню рекомендацій лікаря.

### Висновки

Хоча донині фітотерапію вважають доповнювальним напрямом лікування ГРС, вона ефективно зменшує тривалість симптомів і потребу в стандартному лікуванні. Рослинні компоненти широко застосовують за лікування ГРС, проте існує мало доказових досліджень їхньої ефективності. Синудафен містить комбінацію декількох рослинних компонентів, які підтримують нормальний функціональний стан придаткових

пазух носа, сприяють належному функціонуванню синусів і слизових оболонок верхніх дихальних шляхів. Крім того, складові продукту допомагають підтримувати оптимальний стан імунної системи під час поширення застудних захворювань. Наявні дослідження свідчать про ефективність та високий профіль безпеки комплексних фітопрепаратів – вони зменшують тривалість хвороби і час лікування. Наявні випробування фітопрепаратів надають перспективні результати, тому користь рослинних ліків у лікуванні ГРС слід вивчати надалі в добре спланованих подальших дослідженнях.

# СИНУДАФЕН

Нормалізує функціональний стан придаткових пазух носа!<sup>1,2</sup>



100 мл



30 КАПСУЛ

**6** екстрактів лікарських рослин<sup>1,2</sup>



**Від 3 до 12 років**  
1 чайна ложка (5 мл)  
під час прийому їжі<sup>2</sup>



**Від 12 років**  
1-2 капсули на добу  
після їжі<sup>1</sup>

**Тривалість курсу від 7 до 14 днів або за рекомендацією лікаря<sup>1,2</sup>**



Окремим пунктом застосування екстракту листя андрографісу волотистого (Andrographis racunculata) позначено в EPOS 2020 року, де сказано про його значний позитивний вплив на симптоми гострого вірусного синуситу, ніяких серйозних побічних ефектів у відомих сьогодні дослідженнях виявлено не було.<sup>5</sup>

<sup>1</sup> – згідно інструкції до медичного застосування «Синудафен капсули» <sup>2</sup> – згідно інструкції до медичного застосування «Синудафен для дітей» <sup>3</sup> – «ЗАСТОСУВАННЯ ОРИГІНАЛЬНОГО ПРОДУКТУ НА РОСЛИННІЙ ОСНОВІ «СИНУДАФЕН» У ЛІКУВАННІ ХВОРИХ НА ГОСТРИЙ РИНОСИНУСИТ ДІТЕЙ РІЗНОГО ВІКУ: РЕЗУЛЬТАТИ ВІДКРИТОГО ПОРІВНЯЛЬНОГО ОБСЕРВАЦІЙНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ», Косаковський А.Л., Колоскова О.К. журнал «Педіатрія. Східна Європа», 2021, том 9, № 3  
<sup>4</sup> Рекламу дієтичних добавок. Не є лікарськими засобами. Інформаційний матеріал для розміщення у спеціалізованих виданнях, призначених для медичних установ та лікарів, а також для розповсюдження на семінарах, конференціях, симпозиумах з медичної тематики. Декларация про відповідність продукції «Синудафен сироп» вимогам українського законодавства у галузі харчових продуктів від «15» грудня 2020 р. Декларация про відповідність продукції «Синудафен капсули» вимогам українського законодавства у галузі харчових продуктів від «11» вересня 2020 р. Виробник: АТ «Фармак», 04080, м. Київ, вул. Кирилівська, 63, тел.: +38 (044) 496-87-87/e-mail: info@farmak.ua/ веб-сайт: www.farmak.ua УКР/ПРОМО/06/2023/ДД/СДН/ПЛКТ/001