

В.М. Князевич, к.м.н., міністр охорони здоров'я України, **Т.П. Гарник**, д.м.н., професор, завідувач кафедри фітотерапії, гомеопатії та біоенергоінформаційної медицини Київського медичного університету Української асоціації народної медицини, **В.М. Фролов**, д.м.н., професор, завідувач кафедри інфекційних хвороб та епідеміології Луганського державного медичного університету, **М.П. Жданова**, к.м.н., директор Департаменту розвитку медичної допомоги МОЗ України, **М.О. Пересадін**, д.м.н., професор кафедри соціальної роботи Луганського інституту праці і соціальних технологій, **В.В. Поканевич**, к.м.н., доцент кафедри загальної гігієни і соціальної медицини Київського медичного університету Української асоціації народної медицини

Ефективність медичної реабілітації осіб, які перехворіли на грип, із застосуванням засобів народної та нетрадиційної медицини

Продовження. Початок у № 1/2010.

З метою ліквідації астеничного стану та підвищення захисних сил організму реконвалесцентам після перенесеного грипу насамперед рекомендується призначити достатню кількість натурального бджолиного меду (до 80-100 г на добу дорослим, 40-60 г підліткам, 20-30 г дітям 3-7 років), що має високу енергетичну цінність та покращує обмінні процеси в головному мозку та печінці. Якщо є така можливість, то краще використовувати стільниковий мед, який рекомендується жувати разом із воском та запивати теплим зеленим чаєм з лимоном та додаванням безпосередньо в чай настою трави чебрецю повзучого (*Thymus serpyllum* L.) або (особливо для дітей) алтеї лікарської (*Althaea officinalis* L.).

Алтея лікарська (*Althaea officinalis* L.) має такі народні назви: проскурняк, гордовля, папурник, просвірник, дика рожка — та добре відома в народній медицині. Корені алтеї містять значну кількість слизових речовин (до 35%), крохмалю (до 37%) та сахарози (понад 10%), а також бетаїн (до 4%), жирну олію (1,7%), аспарагін (2%), лецитин, фітостерини, пектини (понад 10%), вітаміни (аскорбінову кислоту, каротин) та інші компоненти. Вважають, що лікувальна дія алтеї лікарської обумовлена саме високим умістом у лікарській рослинній сировині слизу та пектинових речовин. Галенові препарати з алтеї мають протизапальні, обволікаючі, відхаркувальні, пом'якшувальні та антибактеріальні властивості. Алтея захищає нервові закінчення в СО ротової порожнини глотки, шлунково-кишкового тракту, трахеї та бронхів від негативного впливу різних подразників, у тому числі й інфекційного генезу. У традиційній медицині препарати алтеї лікарської у вигляді настою, екстракту, відвару, сиропу та порошку застосовують у лікуванні запальних процесів у верхніх дихальних шляхах, кашлю, кашлюку, бронхіту, бронхіальної астми, пневмонії та інших хвороб органів дихання, а також у разі захворювань шлунково-кишкового тракту — діареї, гастриту, ентероколіту, загострень пептичної виразки шлунка та дванадцятипалої кишки. У народній медицині відвари з алтеї лікарської використовують у лікуванні запальних процесів у верхніх дихальних шляхах, грипу, ангіни, діареї, дизентерії, диспепсичних станів у дітей, а також запальних процесів і виразок шлунка та дванадцятипалої кишки (гострих та хронічних гастродуоденітів і пептичних виразок або наявності ерозій СО шлунково-кишкового тракту). Настій алтеї використовують для полоскання ротоглотки під час ангіни та загострення ХФ або ХТ, для промивання очей за наявності кон'юнктивіту. У народній медицині, крім кореня, нерідко використовують також квіти та листя алтеї.

У разі сухого кашлю, особливо у вигляді нападів, крім уживання фітопрепаратів та меду, доцільно проводити

гірчичні обгортання і теплі гірчичні ванни для ніг щоденно або через день.

Для стимуляції ПАР та покращення імунної реактивності організму осіб, які перехворіли на грип, у період ранньої реконвалесценції доцільно призначити фітозасоби, що мають імуноактивні властивості, передусім препарати з ехінацеї пурпурової (*Echinacea purpurea* Moench.), родіоли рожевої (*Rhodiola rosea* L.), а також комбіновані фітозбори та фітопрепарати з них, які виявляють чітко виражену імуномодулюючу дію.

Встановлена ефективність екстрактів та настоїв з ехінацеї пурпурової в лікуванні гострих та хронічних захворювань верхніх дихальних шляхів, грипу та ГРВІ, бронхітів, пневмоній тощо. Вважають, що використання препаратів з ехінацеї пурпурової досить ефективно також у лікуванні гострих запальних захворювань СО ротової порожнини та шкіри. Підкреслюють, що ехінацея — лікарська рослина з найпотужнішою імуностимулюючою дією, вживання якої може попереджувати інфікування в умовах пригніченого імунітету, наприклад у разі імунодефіциту, обумовленого хімію- або променевою терапією в онкохворих. Препарати ехінацеї пурпурової рекомендують для підвищення резистентності до інфекцій, особливо до грипу та інших ГРВІ. Вони є важливим компонентом комбінованої терапії інфекційних та імунозалежних захворювань, особливо за наявності респіраторних інфекцій — грипу, бронхіту, пневмонії, що супроводжуються пригніченням факторів ПАР. Екстракт ехінацеї в рідкому вигляді приймають усередину розведеним у невеликій кількості води по 15-30 крапель 3 рази на день протягом 3-4 тиж.

Залежно від віку хворого та вираженості післяінфекційної астенії, а також ступеня зниження показників ПАР, особливо фагоцитарних реакцій, у період ранньої реконвалесценції після перенесеного грипу рекомендується вживати настоянку або рідкий екстракт ехінацеї пурпурової в дозі 5-10 крапель (для дітей) та 15-30 крапель (для дорослих) 3 рази на день безпосередньо перед їдою протягом 3-4 тиж поспіль. Введення препаратів ехінацеї сприяє поступовій ліквідації проявів постінфекційної астенії, покращенню самопочуття та працездатності реконвалесцентів. Відмічено, що вживання препаратів ехінацеї дуже корисне для осіб, у яких після перенесеного грипу разом із симптомами постінфекційної астенії розвинулася ВСД з переважанням артеріальної гіпотензії (гіпотонічний варіант ВСД). У таких випадках, крім покращення самопочуття та працездатності, введення препаратів ехінацеї пурпурової забезпечує відновлення нормальних судинних реакцій, стабілізацію артеріального тиску та зменшення або навіть ліквідацію проявів ВСД в цілому.

У патогенетичному плані введення препаратів ехінацеї пурпурової в період

ранньої реконвалесценції після перенесеної грипозної інфекції сприяє нормалізації показників клітинної ланки імунітету, покращенню фагоцитарних реакцій нейтрофілів та моноцитів/макрофагів, у тому числі індексу завершеності фагоцитозу; стимулює продукцію гуморальних факторів ПАР, зокрема лізоциму. Покращення процесів фагоцитозу забезпечує прискорення елімінації циркулюючих імунних комплексів (ЦІК) із сироватки крові, внаслідок чого відмічається зменшення загального рівня імунних комплексів у сироватці та простежується тенденція до відновлення нормального складу окремих молекулярних фракцій ЦІК, у тому числі зниження питомої ваги найбільш токсичних середньомолекулярних (11S-19S) імунних комплексів.

Плющ звичайний (*Hedera helix* L.) — вічнозелена рослина з родини аралієвих, листя якої, заготовлене до початку цвітіння рослини, містить сапоніни, дубильні речовини, глікозиди, органічні кислоти (яблучну та мурашину), каротин, фітонциди. Настой з листя плюща виявляють протизапальну, антисептичну, сечогінну дію; під час зовнішнього застосування також демонструють ранозагоювальний ефект, прискорюють репаративну регенерацію шкіри у разі гнійних ран, опіків, трофічних виразок.

Деревина плюща містить у своєму складі сапоніди — біологічно активні речовини з чітко вираженою спазмолітичною дією та відхаркувальною активністю. Саме тому застосування препаратів з плюща (настоїв та сиропів) всередину ефективно за наявності кашлю, у тому числі обумовленого гострим бронхітом. Експериментальні дослідження підтвердили спазмолітичний ефект, який виявляють листя і деревина плюща; настої та екстракти з деревини плюща, зокрема, усувають спазми, викликані введенням ацетилхоліну.

Виходячи з встановлених клініко-патогенетичних особливостей періоду ранньої реконвалесценції після перенесеної грипозної інфекції, рекомендації щодо медичної реабілітації таких хворих полягають у якомога повноціннішому використанні всіх засобів народної та нетрадиційної медицини, що спрямовані на ліквідацію залишкових явищ грипу (гострого бронхіту, астенії), покращення функціонального стану центральної нервової системи, відновлення імунного та метаболічного гомеостазу та досягнення максимально швидкого одужання, відновлення розумової та фізичної працездатності і покращення якості життя пацієнтів.

Висновки

- Майже в усіх осіб, які перехворіли на тяжку форму грипу, та у 40-50% реконвалесцентів після середньотяжкої форми захворювання в період ранньої реконвалесценції зберігаються залишкові явища грипозної інфекції, що характеризуються наявністю астеничного або астеноневротичного синдромів

(загальна слабкість, нездужання, дифузний головний біль, емоційна лабільність, зниження розумової або фізичної працездатності), вегетативної дисфункції (синусова тахікардія та аритмія, акроціаноз, тривалий червоний або змішаний дермографізм, нестійкість артеріального тиску) та ознак ураження системи органів дихання (кашель, відділення слизового або слизово-гнійного мокротиння, відчуття дряпання за грудиною під час кашлю, наявність під час аускультатії сухих хрипів над верхню легень).

- Під час вивчення патогенетичних особливостей такого патологічного стану було встановлено, що у хворих із залишковими явищами перенесеної грипозної інфекції мають місце післяінфекційні вторинні імунодефіцитні стани зі зниженням як кількісних (Т-лімфопенія, дисбаланс субпопуляційного складу Т-лімфоцитів, переважно зі зниженням кількості CD4+ клітин, зменшення імунорегуляторного індексу CD4/CD8), так і функціональних (показник РБТЛ з ФГА) показників Т-клітинної ланки імунітету. Разом із тим відмічено зниження імунітету СО дихальних шляхів, накопичення у крові ЦІК, переважно найбільш токсичних фракцій (11S-19S), і пригнічення фагоцитарних реакцій макрофагів/моноцитів та нейтрофілів.

- Виходячи з отриманих даних, можна вважати за доцільне проведення в ранньому періоді реконвалесценції після перенесеного грипу в осіб із залишковими явищами грипозної інфекції медичної реабілітації з використанням засобів народної та нетрадиційної медицини з метою ліквідації залишкових явищ ураження системи органів дихання, ліквідації післяінфекційної астенії та покращення якості життя.

- Як фітозасоби з імунокоригуючою дією можна використовувати фітопрепарати ехінацеї пурпурової, родіоли рожевої та ін. З метою детоксикації та підвищення імунобіологічної реактивності організму доцільне призначення настою липового цвіту з медом (бажано липовим), зеленого чаю з лимоном та медом, інших фіто- та апіпрепаратів. Для ліквідації залишкових явищ ураження бронхолегеневої системи після перенесеного грипу доцільно призначити галенові препарати з чебрецю звичайного, багна болотного та ін.

- Для ліквідації проявів вторинного імунодефіциту та підвищення загальної імунобіологічної реактивності організму і показників місцевого (мукозального) імунітету СО дихальних шляхів доцільно призначити імуноактивні фітозасоби, що виявляють імуномодулюючу дію та сприяють нормалізації ПАР.

- Перспективним у ліквідації залишкових явищ ураження бронхолегеневої системи в осіб, які перехворіли на грип, є використання настою з листя плюща звичайного та рідкого екстракту трави чебрецю звичайного.