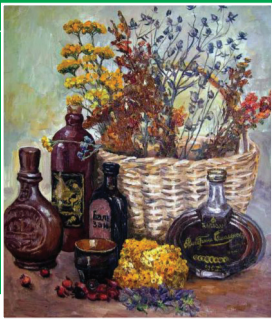


ФИТОТЕРАПИЯ

Истоки врачебного искусства: вначале было... растение



*Тот, у кого в руках запасы трав, подобен царю, окруженному множеством подданных.
Лекарь — вот имя этого мудреца, он поражает демонов и гонит прочь болезнь.*

Ригведа. Гимн «Хвала лечебным травам»

Гиппократ утверждал, что врачевание — это особое искусство, невозможное без вдохновения в исследовании причин болезни и вдумчивого поиска путей ее искоренения. На протяжении тысячелетий человечество искало ответ на вопрос: как при помощи искусства врачевания обеспечить достижение долгой, здоровой и счастливой жизни? В поисках решения этой задачи взгляды исследователей обращались к богатствам растительного мира.

Первое лекарство человек получил из рук самой природы. В языке древних вавилонян существовало слово «шамму», означавшее одновременно «лечение» и «трава». Люди издавна знали, что растительный мир невероятно богат лекарственными средствами, нужно только уметь отыскать целебную траву и правильно ею воспользоваться.

В поиске лечебных растений, способных облегчить страдания больных, человеку помогли наблюдения за животными. Так, например, сибирские маралы, по весне раскапывавшие снег в поисках травы, указали людям на левзею сафлоровидную, корневища которой и сейчас используются в создании препаратов для лечения истощения, умственного и физического перенапряжения, укрепления организма после перенесенных инфекционных заболеваний. Наблюдая за змеями в период весенней линьки, люди заметили, что, сбрасывая кожу, пресмыкающееся временно теряет зрение и до момента восстановления кожного покрова активно разрыскивает и поглощает фенхель. Так было найдено отличное природное средство для профилактики катаракты.

О своих открытиях в среде лекарственных растений люди слагали легенды и мифы, повествуя о происхождении трав и их чудотворных свойствах. Например, цветок ландыша, из которых готовили настойку от сердечных недугов, считались в христианской мифологии слезами царевны Волховы, оплакивавшей свою неразделенную любовь к удалому купцу Садко.

За много веков использования растительных богатств для лечения болезней накопился немалый опыт их применения, передаваемый из поколения в поколение. Наиболее подробные и систематизированные книги с описаниями целебных трав и рецептами фитотерапевтических препаратов дошли до нас из стран Древнего Востока, в частности из Китая.

Родоначальники китайской фитотерапии

Вопреки бытующему мнению о том, что китайская медицина базируется в основном на массаже, иглоукалывании и прижигании, немалую часть фармакологического наследия Поднебесной составляют труды об использовании лекарственных трав. Более того, одна из первых в мире книг по фитотерапии — «Хуан-ди-нэй цзин» («Книга о природе и жизни») — датируется приблизительно 2637 годом до н.э. Помимо описания признаков ряда заболеваний, в ней приводится множество рецептов целебных настоев и мазей на основе трав и корней.

Фитотерапевтическое направление в традиционной китайской медицине получило дальнейшее развитие, что отражено в книге «Трактат о древесных и растительных лекарствах», увидевшей свет на рубеже летоисчисления. Ее составитель Шень-Нун критически подошел к отбору целебных трав и привел описания около 300 растений, лекарственная ценность которых была подкреплена опытом китайских врачевателей.

Затем последовали новые книги по фармакологии, в которых приводились рецепты лекарств на основе растительных экстрактов. Наконец, в XVI в. фармаколог Ли Ши-чжэнь обобщил опыт китайских врачей за предшествующие столетия, подробно и критически исследовав множество растительных рецептов, и создал монументальный труд под названием «Бэн-цяо гань-му», что в переводе означает «Естественная история с приложением ее к медицине». Ли Ши-чжэнь потратил на создание своей фармакопеи 27 лет, в 12 томах описав

1892 лекарственных средства растительного происхождения, в том числе указав время и способы сбора растений, методы приготовления и употребления созданных из них лекарств. Его труд до настоящего времени остается ценным источником сведений о фитотерапевтических препаратах. Книга Ли Ши-чжэня была переведена на многие европейские языки, однако далеко не все рекомендации представитель древней китайской растительной медицины освоены современными фармакологами по причине сложного состава рецептур.

Китайская грамота рецептуры

Особенность фитотерапии в рамках китайской традиционной медицины состоит в создании многокомпонентных растительных настоев и отваров. Согласно древней китайской философии, неразрывно связанной с искусством врачевания, прописанное больному лекарство должно влиять на все симптомы его болезни, а потому в состав настойки или порошка входили десятки растительных продуктов, каждый из которых был способен оказывать терапевтическое воздействие на определенный симптом заболевания. В результате рецепты давних китайских лекарств были крайне сложными, а действие средства на организм больного — медленным, постепенным, но весьма эффективным. Так, в одной из китайских книг по медицине приводится случай



Пустырник

излечения 305 из 309 больных проказой, принимавших в течение 9 месяцев экстракт из 30 лекарственных трав, созданный по традиционному китайскому рецепту.

Кроме того, многие названия растений, применявшихся в старинных фитотерапевтических препаратах, остаются непонятными для современных фармакологов. Дело в том, что китайская письменность развивалась крайне неравномерно, зачастую для обозначения одного и того же растения использовались разные иероглифы.

Еще один очень важный аспект китайской фитотерапии — обязательный учет энергетического баланса растений, включаемых в состав лекарственного средства. Суть такого подхода состоит в том, что эффективность фитопрепарата в лечении каждого заболевания зависит от способа обработки растения (варки, сушки, настаивания в спирте), места и времени сбора растений (имеют значение страна, климат, местность, сезон и время суток), а также химическое взаимодействие между растениями, экстракты которых включаются в состав лекарства.

Травы родом из Китая

В числе лекарств растительного происхождения, издавна применяемых в китайской фитотерапии и прошедших проверку временем,

чаще всего упоминаются жаропонижающее хуан-чинь (*Scutellaria baicalensis* Georgi, шлемник байкальский), и-му-цао (*Leonurus sibiricus*, пустырник), женьшень (*Panax ginseng*, женьшень), ма-хуан (*Ephedra vulgaris*, эфедра).

Первое упоминание о женьшене относится к I в. до н.э. В древнейшем китайском сочинении его название является производным от слов *рапаса* («лекарство от всех болезней») и *гинсена* («человек-корень»). Женьшеню приписывались свойства исцелять все болезни и даже возвращать к жизни умирающего человека; старикам китайские врачеватели прописывали женьшеневый эликсир для продления жизни.

Современные ученые исследовали химический состав женьшеня, пытались определить источник необыкновенной силы растения, однако выяснить этот вопрос до конца им так и не удалось. Из корня женьшеня были выделены панаксозиды, относящиеся к сапонинам, а также эфирные и жирные масла, полисахариды, микроэлементы и другие вещества, которые предположительно в комплексе способны оказывать на человеческий организм выраженное неспецифическое действие. Женьшень применяется в виде порошка, пилюль или настоев при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, истощении, анемии, общем ослаблении организма при диабете, туберкулезе и других хронических заболеваниях.



Лимонник китайский

На втором месте по популярности в китайской медицине стоит лимонник (*Schizandra chinensis*), история применения которого насчитывает около 15 столетий. Русское название растения объясняется сильным лимонным запахом его листьев и стеблей. Китайские медики издавна и по сей день применяют порошок, таблетки и настои с экстрактом лимонника при дизентерии, кашле, бронхиальной астме, неврастении и даже импотенции. Главная его особенность состоит в восстановлении и сохранении сил при физическом истощении, повышении трудоспособности, остроты зрения, предупреждение сонливости.

В свое время в Советском Союзе серьезно исследовать свойства лимонника, известные китайским лекарям, начали в период Великой Отечественной войны; по результатам исследований препараты лимонника поступили в военные госпитали, где использовались в комплексном лечении для восстановления сил раненых.

Еще одно лекарственное растение, пришедшее в арсенал фитотерапии из Древнего Китая, — эфедра, используемая уже более 3,5 тыс. лет при заболеваниях бронхолегочной системы, в качестве мочегонного и жаропонижающего средства, при ревматических болях. Современные исследования показали, что экстракт этого растения возбуждает центральную

нервную систему, стимулирует кровообращение, расслабляет гладкую мускулатуру бронхов. Из травы эфедры был выделен алкалоид эфедрин, который входит в состав лекарственных препаратов, применяемых при бронхиальной астме, поллинозе, тяжелых органических заболеваниях сердца, травмах, кровопотерях, передозировке гипотензивных лекарств и адrenoблокаторов, нейролептических и антидепрессивных средств, а также для расширения зрачка при офтальмологической диагностике.

Из древнекитайской фармакопеи пришли в современную фитотерапию еще многие и многие широко известные сегодня травы: шлемник байкальский, применяемый в антигипертензивных лекарственных препаратах, а также средства для лечения миокардита и эпилепсии; камфора как важный представитель арсенала analeptических средств, применяющийся в комплексной терапии острой и хронической сердечной недостаточности, пневмонии и в качестве антидота при отравлении наркотическими препаратами; корень солодки, используемый в восточной медицине для лечения заболеваний желудка и язвенной болезни, бронхита, туберкулеза, нефрита, ревматизма; пустырник — одна из 50 главных трав китайской традиционной медицины, эффективное седативное средство, используемое также для лечения сердечно-сосудистой и желудочно-кишечной патологии, тромбозов.

Способы фитотерапии

Древние китайские книги, посвященные искусству врачевания, предлагают множество способов применения лекарств, изготовленных из растительных компонентов. Главным из них считались ингаляции, поскольку китайская



Женьшень

традиционная медицина придавала огромное значение умению правильно дышать. Пациент вдыхал пары настоя лекарственных трав или благовония тлеющих растений.

Китайские лекари иногда прописывали больному омовение всего тела в настое или смеси экстрактов лекарственных растений. Широко использовались лечебные пластыри — смесь меда, вина и порошка высушенных лекарственных растений, закапывания в нос и полоскания экстрактами трав, втирание в кожу смеси меда с порошком из лекарственной травы. При назначении растительного лекарственного препарата традиционная китайская медицина рекомендовала учитывать время суток и фазы луны, расположение звезд, поскольку степень эффективности лекарства зависит от циклов солнечной и лунной активности и даже от времени года.

Современная официальная китайская медицина насчитывает в своем арсенале более 1500 наименований лекарственных средств растительного происхождения, однако множество рецептов чудодейственных снадобий до сих пор передается по наследству среди членов семьи, продолжая традиции отбора самых эффективных средств фитотерапии.

Подготовила Светлана Терехова

