

Фитокомплекс Пустырник форте — натуральное седативное средство

В повседневной жизни каждому человеку приходится сталкиваться со стрессами, которые вызывают беспокойство, тревогу, раздражительность, плохое настроение. Часто эти эмоциональные реакции проявляются различными функциональными нарушениями со стороны разных систем организма, например тахикардией, сердцебиением, тремором, одышкой, плохим сном, повышенным потоотделением и т.п. Во многих случаях эти соматические симптомы выходят на первый план и вынуждают обращаться за медицинской помощью. Когда проведенные обследования не выявляют серьезных поводов для беспокойства со стороны пациента — у него отсутствуют соматические заболевания, тревожные расстройства и депрессия, требующие лечения, — полезными могут быть как рекомендации общего характера по поддержанию здорового образа жизни и преодолению беспокойства и стресса, так и использование седативных средств растительного происхождения, которые применяются в традиционной и народной медицине на протяжении многих веков.

В медицине более двух тысяч лет для устранения повышенной возбудимости нервной системы, тревоги и страхов, нормализации сна, улучшения настроения, повышения умственной и физической работоспособности используется пустырник. Латинское название этого растения *Leonurus cardiaca* отражает, во-первых, его внешний вид — схожесть с хвостом льва, во-вторых — его применение при заболеваниях сердца. В Древней Греции пустырник называли материнской травой, поскольку отвары из него рекомендовали при тревоге у женщин после родов. Значение, подобное древнегреческому, имеет название пустырника в английском (*motherwort*) и китайском (*йи ми као*) языках. Родиной пустырника является Центральная Азия, однако сегодня он произрастает и выращивается по всему миру.

В традиционной и народной медицине европейских стран обычно используют надземную часть пустырника, сырье собирают в период цветения растения с июня по август. Пустырник содержит различные биологически активные вещества, в частности алкалоиды (леонуриин и стахидрин), иридоидные гликозиды, дитерпеноиды, флавоноиды (рутин, лютеолин, кверцетин, гиперозид и апигенин), танины и витамин А. Многие из них сравнительно легко поддаются экстрагированию. Препараты, изготовленные на основе пустырника, применяются в качестве седативных средств, а также при сердечно-сосудистых нарушениях, вызванных тревогой и стрессом.

Важно отметить, что экстракт пустырника расслабляет гладкую мускулатуру во всех органах, за исключением матки. В экспериментальных исследованиях было показано, что алкалоид пустырника леонуриин угнетает центральную нервную систему, снижает артериальное давление и замедляет учащенное сердцебиение. Седативные свойства пустырника также были продемонстрированы в ряде клинических испытаний (Widy-Tyszkiewicz E., Schminde R., 1997).

Многовековой опыт использования пустырника в медицине свидетельствует о том, что препараты на его основе не вызывают опасных взаимодействий с другими фитопрепаратами, большинством медикаментов и продуктами питания, пожалуй, единственным исключением являются спиртные напитки.

Препараты растительного происхождения и биологически активные пищевые добавки очень популярны среди населения — их принимают как здоровые лица, так и люди, страдающие различными заболеваниями, в том числе сердечно-сосудистыми, в качестве дополнения к лечению.

В связи с этим вызывает интерес комплексный фитопрепарат Пустырник форте. В его состав входят экстракт пустырника (0,5 г), магний (карбонат магния — 150 мг) и витамин B₆ (50 мг).

Магний участвует в регуляции физиологических свойств клеточных мембран и их проницаемости. Пероральный прием

магния в виде пищевой добавки способствует изменению проницаемости клеточных мембран для натрия и калия, что ведет к увеличению содержания внутриклеточного натрия и калия и уменьшению содержания магния. Это проявляется улучшением процессов деполяризации в сердечной мышце, уменьшением возбудимости нервной системы, небольшим, но значимым снижением диастолического артериального давления.

Витамин B₆ необходим для нормального функционирования центральной и периферической нервной системы, поскольку он является важным ко-фактором метаболизма таких нейротрансмиттеров, как серотонин, дофамин, норадреналин и гамма-аминомасляная кислота. Недостаток этих нейротрансмиттеров связан с развитием эмоциональных и поведенческих нарушений. В нескольких исследованиях была показана корреляция между концентрацией витамина B₆ и когнитивными функциями (Goodwin, 1983; La Rue, 1997), особенно в популяциях лиц пожилого возраста. В этом возрасте пищевые добавки витамина B₆ особенно необходимы, так как у пожилых людей этот витамин в меньшем количестве поступает с пищей, быстрее распадается и хуже задерживается в организме.

Сочетание витамина B₆ с магнием было предложено Rimland в 1978 году, продемонстрировавшим в результате многолетних наблюдений и исследований улучшение у испытуемых реакций на внешние стимулы и изменения окружающей среды. Также одновременный прием магния и витамина B₆ способствует лучшему усвоению магния в желудочно-кишечном тракте. Таким образом, в препарате Пустырник форте седативное действие пустырника усилено «элементами спокойствия» — магнием и витамином B₆. Важно, что указанное сочетание экстракта пустырника, минерала и витамина не противопоказано при заболеваниях сердца и может безопасно использоваться в лечении пациентов с сердечно-сосудистой патологией.

В рандомизированном клиническом испытании, проведенном с участием 60 больных вегетососудистой дистонией, было продемонстрировано, что применение препарата Пустырник форте в комплексной терапии пациентов основной группы позволило уменьшить психические и соматические проявления тревоги, повысить адаптационные возможности пациентов и улучшить качество их жизни: вернуть уверенность в себе, снять стресс и внутреннее напряжение и, как следствие, нормализовать сон.

За время исследования у пациентов уменьшилась тревога (озабоченность, плохие предчувствия, опасения, раздражительность), напряженность (пугливость, плаксивость, чувство беспокойства, неспособность расслабиться, бессонница, страх), а следовательно, вегетосоматические симптомы — сердечно-сосудистые (лабильность пульса и артериального давления, нарушения сердечного ритма, кардиалгии, изменение цвета кожи, зябкость конечностей),

дыхательные (психогенная одышка, кашель, зевота, глубокие вдохи), желудочно-кишечные (тошнота, рвота, метеоризм, отрыжка, боли, дисфункция стула), когнитивные нарушения (трудности при концентрации внимания, ослабление памяти). Эти изменения наблюдались уже на 5-7-й день после начала лечения препаратом.

Фитокомплекс обладает мягким седативным и кардиотоническим действием, поэтому рекомендуется при повышенной нервозности и раздражительности, утомляемости и сниженной способности к сосредоточению, сердечно-сосудистых нарушениях, вызванных тревогой и стрессом, а также тиреотоксикозом. Пустырник форте устраняет такие соматические проявления стресса, как напряжение, раздражительность, нервозность, гипергидроз и усталость, повышает стрессоустойчивость. Седативное действие фитокомплекса не ассоциируется с развитием сонливости, поэтому его можно использовать в дневное время суток. При приеме препарата Пустырник форте не противопоказано вождение транспортных средств и выполнение работы, требующей повышенного внимания и быстрого реагирования.

В то же время в ряде случаев фитокомплекс может самостоятельно применяться при бессоннице, вызванной стрессом и напряжением. Пустырник форте выпускается в форме таблеток по 0,51 г, покрытых оболочкой. У взрослых пациентов фитокомплекс используется по 1-2 таблетки два раза в день во время еды, продолжительность приема, как правило, составляет несколько месяцев. В случаях, когда пациенты принимают Пустырник форте параллельно с лекарственными средствами или при наличии сопутствующих заболеваний, необходимо проконсультироваться со специалистом о возможном применении препарата Пустырник форте на фоне проводимой медикаментозной терапии. Фитокомплекс не следует использовать при индивидуальной непереносимости. Не рекомендуется назначение препарата Пустырник форте во время беременности и грудного вскармливания.

Таким образом, биологически активная добавка Пустырник форте предлагает рациональное сочетание трех активных компонентов: экстракта пустырника, обладающего успокоительным действием, которое потенцируют «элементы спокойствия», благоприятно влияющие на функционирование нервной системы, — магний и витамин B₆. Регулярный прием препарата Пустырник форте у лиц с тревожными симптомами помогает справиться с ежедневными проблемами и стрессами, возвращает уверенность в себе, хорошее самочувствие и душевное равновесие.

Подготовил Станислав Костюченко



Пустырник Форте Эвалар — больше, чем просто пустырник

Пустырник давно известен в качестве натурального средства для быстрого снятия тревоги и раздражительности. Но иногда случается такой стресс, что один пустырник может оказаться бессильным: сердце не внемлет голосу рассудка, сосуды, сужаясь и расширяясь, «играют» с давлением, и затяжной стресс приводит к полному упадку сил. Что же делать?

Принимайте **Пустырник Форте Эвалар с усиленной формулой спокойствия**. Препарат отличается высокой дозировкой пустырника, выращенного в экологически чистых предгорьях Алтая. **Действие пустырника впервые многократно усилено элементами спокойствия: магнием и витамином B₆** (патент РФ № 2361599). Магний снижает возбудимость нервной системы, а витамин B₆ помогает контролировать эмоции.

Пустырник Форте Эвалар поэтапно устранил признаки стресса: холодные руки, мышечные спазмы, желание куда-то бежать... и организм с благодарностью расслабится. На все происходящее Вы будете реагировать спокойно, не теряя головы и здоровья.

Пустырник Форте Эвалар — стать хозяином своих эмоций!



Действие указано в рамках влияния БАД на естественные физиологические процессы в организме, зависящие от рациона питания
Заключения ГСЭЭ МЗ Украины № 05.03.02-03/63769 от 03.10.08 г.
Информация для специалистов медицинской и фармацевтической отрасли, а также для распространения в рамках специализированных медицинских мероприятий. Изготовитель: ЗАО «Эвалар», Россия, 659332, Алтайский край, г. Бийск, ул. Социалистическая, 23/6.
Хранить в местах, недоступных для детей. Перед применением ознакомьтесь с инструкцией и проконсультируйтесь с врачом. БАД. Не является лекарством.