

# Зверобой в лечении депрессивных расстройств

В старину этому растению приписывались магические свойства. Зверобой применяли с лечебной целью еще в Древней Греции и Риме. О нем писали Гиппократ, Dioscorid, Плиний Старший, Авиценна. В народе зверобой называли травой от 99 болезней: он входил в качестве основного или вспомогательного составляющего практически во все сборы. Его даже добавляли к соломе, используемой для наполнения детских матрацев, чтобы запах этого растения оберегал ребенка от испуга во сне.

➔ Зверобой обладает выраженными лечебными свойствами. Из него изготавливают растительные препараты, которые применяются для лечения неврологических заболеваний.

Важной областью применения зверобоя является лечение депрессивных расстройств. На сегодняшний день эффективность препаратов с экстрактом зверобоя (*Hypericum perforatum*) в лечении депрессии, а также безопасность их применения достаточно изучены. Результаты одного из масштабных исследований зверобоя, опубликованные еще в 1996 г. в *The British Medical Journal*, подтвердили, что зверобой эффективен в терапии легкой и умеренной депрессии; при этом его действие сравнивали с таковым amitriptилина. Было выявлено уменьшение выраженности симптомов депрессии у 63% участников, использовавших зверобой, и у 58% пациентов, принимавших антидепрессант. Кроме того, прием растительного средства сопровождался меньшей частотой развития побочных эффектов.

Основными действующими веществами зверобоя являются конденсированные антраценовые производные — гиперин и псевдогиперин, содержание которых достигает 0,5%. В состав зверобоя также входят смолистые вещества (17%), флавоноидные гликозиды флавоноловой группы (1-1,2%), лейкоантоцианидины и антоцианы

(5-6%), дубильные вещества (10%), эфирное масло (0,2-0,3%), сапонины, аскорбиновая кислота и каротин (до 55 мг/100г). Благодаря такому составу растение оказывает мягкое антидепрессивное, седативное и анксиолитическое действие, общий тонизирующий эффект, а также стимулирующее действие на органы желудочно-кишечного тракта.

В отношении механизма действия препаратов на основе зверобоя показано, что их антидепрессантное влияние обусловлено способностью некоторых биологически активных веществ (гиперина и гиперфорина) блокировать обратный захват таких медиаторов, как норадреналин, серотонин и дофамин. Гиперин и гиперфорин могут проникать через гематоэнцефалический барьер, оказывая благоприятное действие на функциональное состояние нервной системы. Кроме того, препараты на основе зверобоя обладают седативным, анксиолитическим (противотревожным) эффектом, что имеет важное значение, поскольку зачастую соматические заболевания, особенно хронические, сопровождаются тревожными или депрессивными состояниями. Такой эффект препаратов зверобоя обусловлен тем, что флавоноиды экстракта растения могут связываться с бензодиазепиновыми рецепторами.

На украинском фармацевтическом рынке доступен препарат сухого стандартизованного экстракта зверобоя

продырявленного ЛАЙФ 900 (*Esparma GmbH*, Германия). В ходе нескольких сравнительных исследований были показаны безопасность и переносимость сухого экстракта зверобоя STW3-VI — действующее вещество препарата ЛАЙФ 900 — по сравнению с таковыми представителями синтетических антидепрессантов. Необходимо сказать, что препарат носит название ЛАЙФ 900 благодаря дозе 900 мг, которое он содержит, что соответствует рекомендациям ВОЗ. На сегодняшний день это максимальная дозировка: лекарственных средств с аналогичным содержанием зверобоя на фармацевтическом рынке нет.

Благодаря приему 1 раз в сутки у пациентов существенно повышается комплаенс к лечению в сравнении с препаратами этого класса, которые, как правило, назначаются 2-3 раза в сутки. Кроме того, препарат ЛАЙФ 900 не вызывает сонливости, не влияет на скорость реакции, сексуальное влечение и др. Препарат характеризуется быстрым нарастанием эффекта: уже к началу 2-й недели лечения улучшается настроение, нормализуется сон, повышается активность.

Таким образом, высокая безопасность и доказанная эффективность препарата ЛАЙФ 900 позволяют верить, что качество жизни у пациентов с депрессивными расстройствами значительно улучшится. ■

*Подготовила Ольга Татариенко*