

Ю.В. Марушко, д.м.н., професор, завідувач кафедри педіатрії післядипломної освіти
Національного медичного університету ім. О.О. Богомольця, м. Київ



Ю.В. Марушко

АльпеКіг ХЕПІ ДРІНК: природне рішення для комфорту маленьких животиків

Дитячі кольки (ДК) – одна з найпоширеніших проблем, яку мають новонароджені, діти раннього віку та їхні батьки: залежно від використаних діагностичних критеріїв через них страждають 10-40% малюків [22, 28]. Саме тому «правило трійок» нині добре відоме майже всім: відзначаючи появу в малечі епізодів сильного плачу / надмірної метушливості протягом 3 год/день щонайменше 3 дні/тиж упродовж 3 тиж поспіль [31], не тільки лікарі, а й батьки впевнено констатують виникнення ДК.

Зазвичай кольки виникають у новонароджених віком 2-3 тиж, досягаючи піку в немовлят 6-8 тиж життя, з подальшим розрешенням у 3-4 міс [11]. Незважаючи на те що ДК – самообмежувальний стан, вони не лише погіршують самопочуття дитини, а й спричиняють утому, відчуття неадекватності та серйозний стрес у батьків, знижуючи в них рівень терпіння й утруднюючи взаємовідношення в сім'ї. Такі негативні особливості ДК шкодять стосункам батьків і дітей, збільшують ймовірність жорстокого поведіння з малюком, підвищують ризик виникнення черепно-мозкової травми та синдрому стресу дитини [17]. Кольки асоційовані з раннім припиненням грудного вигодовування, а також частою зміною сумішей у дітей, які знаходяться на штучному вигодовуванні [1]. Доведено, що рівень тривожності, стресу, поширеність післяпологової депресії є значно вищими в матерів, діти яких страждають через кольки [30]. ДК визнано однією з головних причин раннього та частого звернення батьків по медичну допомогу [22], що зумовлює значний соціально-економічний тягар [29].

Сучасні погляди на патофізіологію та лікування ДК

Незважаючи на багаторічні дослідження, етіологія ДК досі залишається остаточно не з'ясованою. Нині існує декілька теорій їхнього виникнення: в одній припускається, що ДК – прояв дистресу немовлят із появою шлунково-кишкових, неврологічних або психосоціальних ознак. Згідно з іншою гіпотезою, потенційна причина ДК – дисбіотичні зміни кишкової мікробіоти [28], зростання внутрішньочеревного тиску, вісцеральний біль та гіперперистальтика кишечника [11], зменшення вмісту жовчних кислот у порожнині кишечника, порушення функції слизового бар'єра (рис. 1) [34].

Сучасні підходи до корекції цього розладу передбачають немедикаментозні втручання (навчання батьків, корекція вигодовування, масаж живота) та фармакологічні заходи. Нині не існує жодного фармакологічного засобу, який би переконливо довів свою ефективність у лікуванні ДК: у систематичному огляді результативність призначення піногасника симетикону оцінено як «відсутність ефекту або



Рис. 1. Імовірні механізми виникнення ДК [34]

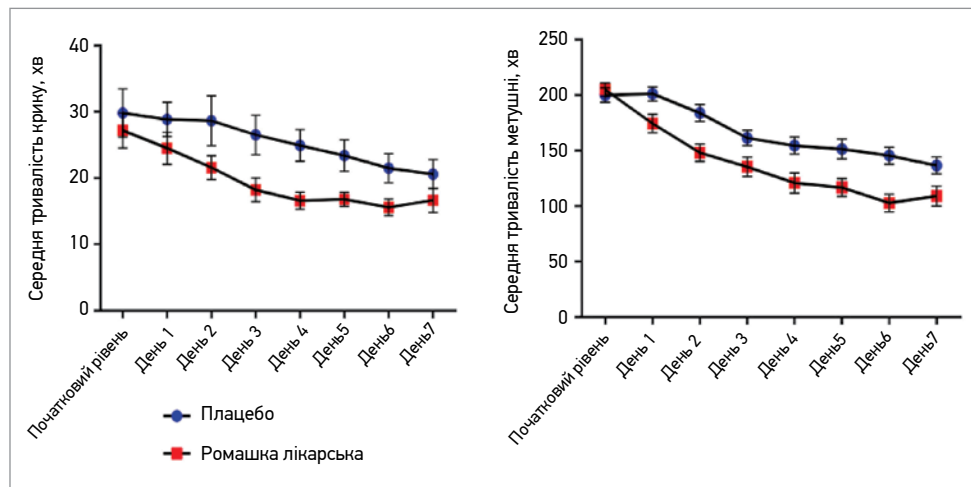


Рис. 2. Динаміка епізодів крику (А) та метушні (В) у немовлят на тлі прийому ромашки лікарської та плацебо [22]

чинить негативний вплив» [8], спазмолітик дицикломін не рекомендований до застосування в дітей віком <6 міс [25], циметропію бромід не зареєстровано в нашій країні. Численні дослідження, проведені в цій сфері, підкреслюють доцільність пошуку ефективного та безпечного способу лікування кольок. Багатообіцяльні результати отримано під час застосування фітотерапевтичних засобів: експерти Кокранівської співпраці відзначають, що прийом фітопрепаратів дозволяє зменшити тривалість епізодів крику (середня різниця 1,33; 95% довірчий інтервал (ДІ) 0,71-1,96; дані 3 досліджень; n=279; докази низької якості) порівняно із плацебо, а загальна ефективність фітозасобів у терапії ДК перевищує таку плацебо (відносний ризик 2,05; 95% ДІ 1,56-12,70; дані 3 досліджень; n=277; докази помірної якості) [6]. Наведені дані підтримують щоразу більший інтерес до натуральних засобів, за допомогою яких можна сприяти підтриманню здоров'я шлунково-кишкового тракту дітей.

Фітотерапія ДК: доказова база

З огляду на патофізіологічні особливості виникнення ДК у вигляді підвищення внутрішньочеревного тиску, появи вісцерального болю, посилення перистальтики кишечника, виникнення надлишкового психоемоційного збудження доцільним вважається застосування лікарських трав, яким притаманний гастропротекторний ефект, спазмолітична, протимікробна, протизапальна й анальгетична активність, а також здатність нормалізувати настрій. Найдоцільнішими для лікування ДК вважають ромашку лікарську (*Matricaria chamomilla*), мелісу звичайну (*Melissa officinalis*), фенхель та аніс. Ці лікарські рослини широко використовуються в офіційній медицині, завдяки чому їхні активні діючі речовини добре вивчено, а механізми впливу на людський організм добре досліджено.

Ромашка лікарська

Доведено, що ромашка лікарська містить >120 фітохімічних складових, серед яких переважають терпеноїди,

фенольні сполуки, в т. ч. фенольні кислоти, флавоноїди та кумарини [7]. Завдяки такому складу ромашки властива протибактеріальна активність щодо грампозитивних (*B. cereus*, *L. innocua*, *S. aureus*, *S. camorum*, *S. pyogenes*) і грамотригативних (*E. faecalis*, *E. coli*, *S. enterica*, *S. dysenteriae*, *P. mirabilis*, *P. aeruginosa*) бактерій, у т. ч. *H. pylori* та мікроорганізмів, що утворюють біоплівки, а також протифунгальна дія (*C. albicans*, штамів *Aspergillus*, *F. culmorum*) [7]. Протизапальна дія ромашки доведена на підставі її здатності інгібувати синтез протизапальних цитокінів (зокрема інтерлейкіну-10), а також відновлювати баланс Th1/Th2 [7]. Завдяки антиоксидантним, спазмолітичним та анальгетичним властивостям ромашка значно зменшує абдомінальний біль, усуває спазм із гладкої мускулатури органів шлунково-кишкового тракту. В систематичних оглядах та експериментальних дослідженнях доведено, що застосування ромашки значно поліпшує стан хворих із діареєю [3] та гострим болем у животі [20]. Притаманні ромашці анксиолітичні та антидепресивні властивості [23] широко використовуються для нівелювання тривожності, нормалізації психоемоційного стану та лікування депресії [3, 14]. Протиблювальна дія дозволяє ефективно використовувати ромашку для нівелювання нудоти вагітних [15] та зменшення інтенсивності нудоти, асоційованої з хіміотерапією [24].

Завдяки здатності ромашки нормалізувати стан кишкової мікробіоти, зменшувати біль / спазм гладкої мускулатури, інгібувати активність запального процесу, а також наявності протиблювальної, антиоксидантної та антидепресивної дії ця лікарська рослина широко використовується для лікування ДК. В одному з рандомізованих клінічних досліджень доведено, що застосування ромашки (n=90) дозволяє достовірно (p<0,001) знизити кількість епізодів плачу та метушливості в немовлят, які перебували на грудному вигодовуванні (рис. 2), порівняно із плацебо (n=47) [22]. Безпечність клінічного використання ромашки лікарської підтверджено в багатьох роботах [3, 14, 15, 22].

Меліса звичайна

Терапевтичну дію меліси звичайної пов'язують з наявністю в її листі флавоноїдів, поліфенольних сполук, у т. ч. розмаринової кислоти, монотерпеноїдних глікозидів та альдегідів,

тритерпенів, сесквітерпенів, дубильних речовин, ефірної олії [21]. Ці компоненти надають мелісі спазмолітичні, протизапальні, седативні, болезаспокійливі властивості [21]. Локальна спазмолітична та протизапальна дія проявляється у вигляді зменшення надлишкового скорочення гладких м'язів [33], інгібування вивільнення фактора некрозу пухлини- α й інтерлейкіну- $\beta 1$ [16], визнаних гарантом дбайливого сприятливого впливу цієї рослини на кишечник людини [4]. Особливу увагу приділяють антиноцицептивній та нейропротекторній активності меліси, завдяки чому вона зменшує відчуття болю, нормалізує сон, знижує тривожність, депресію [32]. Такі особливості меліси обумовлюють доцільність її використання в лікуванні функціональної патології шлунково-кишкового тракту, в т. ч. ДК [32].

Транс-анетол: основний компонент фенхелю та анісу

Протягом десятиліть для нівелювання метеоризму, болю / спазмів у шлунку та кишечнику використовували насіння фенхелю (*F. vulgare*) й анісу зірчастого (*I. verum*). Доведено, що фенхель та аніс чинять протибактеріальну, спазмолітичну, знеболювальну, протинудотну дію [5, 27], крім того, фенхель покращує відходження жовчі, а також демонструє гепатопротекторну активність [5], впливаючи на ключові механізми виникнення ДК. Нещодавно було з'ясовано, що фенхель та аніс містять однаковий діючий компонент, відомий під назвою транс-анетол. Ця речовина забезпечує спазмолітичну, протизапальну, анальгетичну активність разом зі зменшенням газоутворення та покращенням відведення кишкових газів [35]. В експериментальних дослідженнях доведено гастропротекторну здатність транс-анетолу: його антиоксидантну та антиульцерову дію порівнюють з такою фамотидину; седативну активність транс-анетолу вважають зіставною з такою пентобарбіталу [18].

Ромашка, меліса та транс-анетол: переваги комбінованого застосування

Ромашка, меліса, фенхель, аніс внесено до Європейської фармакопеї та схвалено Європейським агентством з лікарських засобів (EMA) для застосування за показаннями, наведеними в таблиці.

Таблиця. Рекомендації ЕМА щодо використання ромашки, меліси, фенхелю, анісу	
Ромашка лікарська	Традиційна лікарська рослина, яка використовується для симптоматичного лікування незначних шлунково-кишкових захворювань, у т. ч. здуття живота, неінтенсивних спазмів [10]
Меліса звичайна	Традиційна лікарська рослина для полегшення легких ознак психічного стресу та покращення сну, а також симптоматичного лікування легких шлунково-кишкових порушень, включаючи здуття живота і метеоризм [9]
Фенхель звичайний, аніс зірчастий	Традиційні лікарські рослини, що застосовуються для симптоматичного лікування шлунково-кишкових захворювань, перебіг яких супроводжується легким спазмом, здуттям живота, метеоризмом [12, 13]

Одночасне застосування всіх вищезазначених лікарських рослин сприяє швидкому нівелюванню ДК. Згідно



Рис. 3. Комплексна дія фітозасобу АльпеКід ХЕПІ ДРІНК при ДК [36]

з даними рандомізованого плацебо-контрольованого дослідження, використання стандартизованого екстракту ромашки, меліси та фенхелю в дітей, які знаходилися на грудному вигодовуванні та страждали від кольок ($n=93$), сприяло достовірному зниженню тривалості крику (на початку дослідження $201,2 \pm 18,3$ хв/добу vs $76,9 \pm 23,5$ хв/добу через 7 днів лікування), а також перевищувало результативність плацебо (початкова тривалість крику $198,7 \pm 16,9$ хв/добу, після 7 днів лікування: $169,9 \pm 23,1$ хв/добу; в обох випадках $p < 0,005$) [26]. В іншому багатоцентровому рандомізованому порівняльному дослідженні доведено, що комбіноване застосування ромашки, меліси з одним пробіотичним штамом перевищує ефективність симетикону в нівелюванні ДК: прийом лікарських рослин достовірно зменшував середню тривалість крику на 44% (95% ДІ від -58 до -30 ; $p < 0,001$) [19]. В кожному з наведених досліджень констатовано високу безпечність та хорошу переносимість фітозасобів.

АльпеКід ХЕПІ ДРІНК – природне рішення проблеми ДК

Нещодавно на фармацевтичному ринку України з'явився комбінований фітозасіб, який презентує компанія Alpen Pharma під торговою назвою АльпеКід ХЕПІ ДРІНК (у формі дієтичної добавки). Кожне саше АльпеКід ХЕПІ ДРІНК містить 87,5 мг **сухого екстракту квіток ромашки**, стандартизованої в апігеніні, 20,0 мг **сухого екстракту листя меліси**, стандартизованої у розмариновій кислоті, а також 1,5 мг транс-анетолу [36]. Зазначена комбінація характеризується синергізмом дії усіх ключових компонентів, завдяки чому фітозасобу АльпеКід ХЕПІ ДРІНК притаманний багатогранний спектр активності з наявністю спазмолітичної, антисептичної, болезаспокійливої, протизапальної, жовчогінної, седативної, антидепресивної дії разом зі здатністю зменшувати бродильні процеси й утворення газів в кишечнику (рис. 3) [36].

Такий широкий спектр впливає на основні патогенетичні ланки розвитку ДК, зокрема сприяє зменшенню активності запального процесу, відновленню кишкового мікробіому завдяки інгібуванню умовно-патогенних / патогенних бактерій, грибів, а також нівелюванню явища кишкового дисбіозу, нормалізації моторики кишечника завдяки збільшенню вмісту жовчних кислот у його порожнині. Кожен із компонентів АльпеКід ХЕПІ ДРІНК внесено до Європейської фармакопеї та рекомендовано ЕМА для

лікування функціональної патології шлунково-кишкового тракту, в т. ч. ДК, завдяки доведеной ефективності [9, 10, 12, 13] та добрій переносимості [9, 10, 12, 13].

Спосіб застосування фітозасобу АльпеКід ХЕПІ ДРІНК надзвичайно простий: перед використанням уміст

саше розчиняють у 50 мл кип'яченої води кімнатної температури та розподіляють на декілька прийомів протягом доби, призначаючи новонародженим 1 саше/добу, немовлятам віком 1-3 міс – 1-3 саше/добу протягом 3 міс [36]. АльпеКід ХЕПІ ДРІНК добре смакує завдяки наявності фруктози, що робить його прийом приємним як для малюків, так і батьків: немовлята охоче приймають фітозасіб між прийомами їжі, замість чаю, компотів, соків. Додатковою перевагою АльпеКід ХЕПІ ДРІНК є відсутність в його складі консервантів, штучних ароматизаторів, барвників, що дозволяє призначити фітозасіб немовлятам від самого народження. Крім корекції ДК АльпеКід ХЕПІ ДРІНК за рекомендацією лікаря можна застосовувати для корекції збудження та дискомфорту, асоційованих із прорізуванням зубів / вакцинацією, а також із метою регуляції відходження калових мас, полегшення відлучення від грудного вигодовування [36].

Висновки

Лікарські рослини протягом багатьох століть використовуються для корекції різноманітних гастроінтестинальних захворювань. **Натуральні складові комбінованого фітозасобу АльпеКід ХЕПІ ДРІНК – ромашка, меліса, транс-анетол – надають йому комплексної спазмолітичної, антисептичної, протизапальної, анальгетичної, антифлатуентної, седативної та антидепресивної активності, завдяки чому АльпеКід ХЕПІ ДРІНК може застосовуватися при ДК для зменшення тривалості епізодів крику, поліпшення самопочуття немовлят і покращення психоемоційного стану батьків.**

Список літератури знаходиться в редакції.

3

АльпеКід ХЕПІ ДРІНК

Відчуй смак життя з дитинства

- При дитячих коликах
- При зміні раціону або режиму харчування
- При регуляції дефекації (випорожнення)

Компоненти АльпеКід ХЕПІ ДРІНК:

- Усувають спазм кишечника
- Покращують апетит та травлення
- Підвищують секреторну діяльність травних залоз
- Зменшують бродильні процеси та утворення газів

1 Інгредиенты АльпеКід ХЕПІ ДРІНК згідно листка-вкладишу по застосуванню дієтичної добавки АльпеКід ХЕПІ ДРІНК (AlpeKid® HAPPY DRINK)
 АльпеКід ХЕПІ ДРІНК саше. Інформація про дієтичну добавку для медичних та фармацевтичних працівників для застосування у професійній діяльності. АльпеКід ХЕПІ ДРІНК, саше №12 по 3 г. Не є лікарським засобом. Має застереження щодо застосування. Висновок СЕС 3/28-A-57-23-297 від 07 березня 2023 р. Дієтичні добавки не замінюють різноманітне і збалансоване харчування, яке є дуже важливим разом зі здоровим способом життя. Виробник: Фіттерман Фарма С.Р.Л., Румунія. Вироблено для: Альпен Фарма АГ, Берн, Швейцарія. Ексклюзивний дистрибутор: ПраТ «Натурфарм», вул. Лісна, 30а, м. Київ, Пуша-Возиця, 04075; телефон: (044) 401-81-03