

Гинекологические заболевания

Зверобой улучшает соматические СИМПТОМЫ

Три четверти пациентов, получающих препараты зверобоя, – женщины. Депрессии и колебания настроения, для коррекции которых пациентки самостоятельно применяют экстракты зверобоя, нередко ассоциированы с колебанием уровня гормонов в рамках менструального цикла или с гормональными изменениями во время климакса и, как правило, сопровождаются соматическими симптомами.

➔ Препараты зверобоя, эффективность и безопасность которых подтверждена клиническими исследованиями, не только повышают настроение, но также смягчают психические и соматические симптомы.

Гормоны, трансмиттеры, цитокины и психика

Возможное объяснение этого кроется во взаимном влиянии гормональных и психонейроэндокринных факторов. При предменструальном синдроме (ПМС) закономерное циклическое изменение уровня эстрогенов и гестагенов через систему гипофиза и коры надпочечников влияет на выработку нейротрансмиттеров ЦНС (Steiner et al., 2003).

Роль трансмиттеров при этом играют провоспалительные цитокины: TNF α , IL- β и IL-6 (Roca et al., 1996). Рост уровня IL-6 в предменструальной фазе препятствует производству серотонина, недостаток которого связан с типичными симптомами тяжелых предменструальных дисфорических нарушений – агрессивностью, раздражительностью, аффектацией и т. п. (Kopcsna et al., 2000).

Серотонинергические антидепрессанты успешно применяются в лечении ПМС. Исследования подтвердили, что зверобой обладает серотонинергическими эффектами (Muller/Holoubek, 2003) и, кроме того, оказывает противовоспалительное воздействие (Fiebich et al.).

В ходе опытов со здоровыми подопытными животными экстракт зверобоя вызывал у них реакции, характерные для антидепрессанта. Это действие, однако, не наблюдалось при опытах на мышах со значительно сниженным уровнем IL-6 (Calapai et al., 2001). Таким



образом, прием зверобоя позволяет компенсировать негативные колебания уровня гормонов.

Эффективность препаратов зверобоя при депрессиях легкой и средней степени тяжести подтверждена множеством исследований (Linde et al., 2005; Roder et al., 2004). Примечательно, однако, что экстракт зверобоя в ходе клинических исследований с участием пациентов с соматоформными расстройствами без депрессивной симптоматики оказывал ярко выраженное положительное воздействие на соматические симптомы (Muller et al., 2004; Volz et al., 2002). В качестве возможной причины этого эффекта рассматривается нарушение регуляции уровня стероидов (Mursk, 2002).

Как во врачебной практике, так и в ходе самостоятельного лечения положительно зарекомендовал себя многократный ежедневный прием стандартизованного экстракта зверобоя, например, три раза в день по 300 мг.

ПМС-случай из Китая

26-летняя мисс А. в течение семи лет страдала предменструальным дисфорическим синдромом. Как правило, симптомы начинали проявляться за неделю до менструации. Пациентка чувствовала себя разбитой, испытывала страх, ощущение «стояния на краю пропасти». Настроение было неустойчивым, часто возникали приступы плача, нарушалась концентрация внимания, наблюдалась сонливость. Все эти симптомы оказывали сильное негативное влияние на повседневную жизнь пациентки. С началом менструации симптомы прекращались. Лечение пароксетином в дозировке по 10 мг в день пришлось прервать через несколько дней вследствие непереносимости: возникли такие побочные эффекты, как тошнота, отсутствие аппетита, состояние возбуждения.

Затем была предпринята попытка терапии флувоксамином в дозировке 25 мг в день, также оказавшаяся неудачной по причине некупирующихся побочных реакций со стороны ЖКТ. После перехода на прием экстракта зверобоя по 900 мг в день пациентка чувствовала легкую тошноту и боли в животе, которые, однако, легко переносились и прекратились через три дня после начала лечения.

Уже во время первого менструального цикла состояние пациентки значительно улучшилось на два балла по четырехбалльной шкале CGI-I (Clinical global impression scale improvement) и сохранялось в течение последующих пяти месяцев, когда она продолжала принимать препарат зверобоя.

Huang and Tsai (2003)

Ints'I J. Psychiatry in Medicine 33 (2): 295-297

Зверобой при предменструальном синдроме (ПМС)

В ходе пилотного исследования Стевинсон и Эрнст (2000) подтвердили, что 19 пациенток с ПМС, принимавших экстракт зверобоя LI 160 (Jarsin®, 300 мг), уже во время первой менструации после начала терапии констатировали значительное улучшение симптоматики; достигнутый позитивный эффект усилился в ходе второго цикла лечения. Исследователи использовали шкалу самооценки для фиксации настроения, характера болей и других соматических симптомов (табл. 1). На начальном этапе были наиболее выражены такие симптомы, как чувство подавленности, колебания настроения и ощущение изнеможения. В ходе лечения выраженность симптома «чувство подавленности» уменьшилась на 80%, а улучшение психической симптоматики в целом составило 63%. Улучшение симптоматики по шкалам «Состояние» (на 53%) и «Боль» (на 52%) также подтвердило эффективность лечения. Выявленность симптомов «Булимия» и «Отечность тканей» снизилась на 40% (табл. 1).

Во время аналогичного двойного слепого исследования, в ходе которого оценивались 125 пациенток, усредненный анализ двух циклов терапии выявил тенденцию к большей эффективности лечения экстрактом зверобоя в дозировке 600 мг в день по сравнению с плацебо (Hicks et al., 2004). Однако отличие не было статистически значимым, что, по мнению авторов, объясняется выбором слишком низкой дозы препарата.

Экстракт зверобоя представляет собой перспективное средство для медикаментозной терапии предменструального синдрома, в особенности при ярко выраженных психоэмоциональных симптомах. При доминировании соматических симптомов возможно использование комбинированной терапии с привлечением других растительных средств в адекватной дозировке. Фитотерапевтическое лечение может

сопровождаться расслабляющими физическими упражнениями умеренной интенсивности, аутотренингом; важно соблюдение гигиены сна. Это во многих случаях позволяет избежать применения ингибиторов обратного захвата серотонина, которые не всегда хорошо переносятся пациентками (см. заметку «ПМС-случай из Китая» Huang and Tsai, 2003).

Препараты зверобоя в период климакса

Гинекологические расстройства в период климакса также включают психические нарушения: например, ухудшение настроения, раздражительность, чувство слабости и тревоги. Из соматических симптомов на первый план выходят приливы, повышенная потливость, колебания артериального давления, которые могут сопровождаться приступами головокружения, усиленного сердцебиения, парестезиями и головными болями. Кроме того, проявляется сексуальная дисфункция: например, сухость влагалища, утрата либидо, отсутствие веры в собственную привлекательность. Указанным явлениям подвержены примерно две трети всех женщин в предменопаузальный период (Geller and Studee, 2005).

Эффективность экстракта зверобоя при подобных расстройствах была продемонстрирована в ходе открытого исследования, в котором приняли участие 111 женщин в возрасте от 43 до 65 лет (средний возраст 52 года), страдающих пред- и постменопаузальными нарушениями (Grube et al., 1999). Единственным критерием исключения была уже проведенная или начатая заместительная гормональная терапия эстрогенами или комбинацией эстрогенов с прогестероном.

Женщины, принявшие участие в исследовании, ежедневно в течение двенадцати недель трижды в день принимали экстракт зверобоя LI-164 в таблетках дозировкой по 300 мг. В ходе опросов пациенток,

Изменение симптоматики у пациентов с ПМС

Таблица 1. Изменение симптоматики у 19 пациенток с ПМС при лечении экстрактом зверобоя LI 160 [Stevinson und Ernst, 2000].

Изменение симптомов и субшкалы	До лечения	Первый цикл	Второй цикл	Улучшение, %
Субшкала «Психика»	9,0	4,9	3,3	63
Тревога	9,0	4,4	3,3	63
Возбудимость	11,7	7,3	5,1	56
Подавленность	8,7	3,3	1,7	80
Нервная ажитация	7,0	3,7	2,8	60
Колебания настроения	10,3	6,0	4,6	55
Утрата самообладания	7,5	4,6	2,5	67
Субшкала «Состояние»	6,2	3,3	2,9	53
Нарушения координации	8,0	3,8	2,6	68
Нарушения сна	5,3	3,0	3,2	40
Чувство замешательства	5,0	2,3	1,7	66
Головная боль	4,8	3,0	3,1	35
Беспричинный плач	3,3	1,0	0,3	91
Ощущение изнеможения	10,8	7,1	6,8	37
Субшкала «Боль»	6,3	3,2	3,0	52
Чувствительность молочной железы	9,3	7,2	4,6	51
Спазмы	3,5	1,0	2,2	37
Другие боли	6,1	1,6	2,3	62
Субшкала «Иные соматические симптомы»	9,2	5,6	5,6	39
Булимия	9,7	6,2	6,1	37
Отечность тканей	8,6	5,0	5,5	36

проводившихся в начале, через пять, восемь и двенадцать недель после начала исследования, врач фиксировал степень выраженности симптомов по шкале менопаузы. Дополнительно использовалась специально разработанная анкета для анализа сексуальности и проводилась общая клиническая оценка эффективности и переносимости препарата.

Отношение к сексуальной жизни

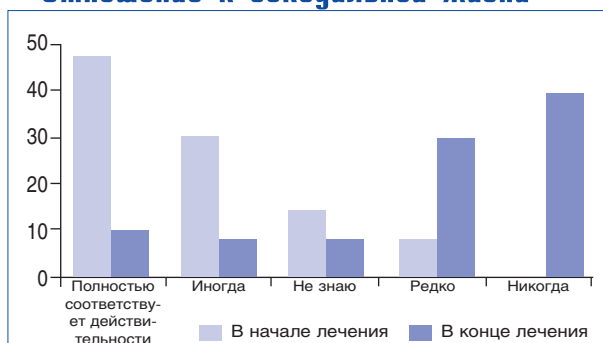


Рис. Результаты опроса: «Я ощущаю, что секс для меня утратил привлекательность»

Во время исследования степень выраженности симптомов, определенных на начальном этапе как «ярко выраженные» и «умеренно сильно выраженные», последовательно снижалась. Если в начале исследования 80% пациенток страдали выраженной повышенной потливостью, то в конце курса лечения их осталось лишь 15%. Число участниц, у которых этот симптом отсутствовал или наблюдался лишь в легкой степени, возросло с 5 до 70%. Показатель по шкале менопаузы уменьшился с $61,3 \pm 16$ баллов до $23,5 \pm 26$ баллов, что соответствует переходу от «выраженной» степени к «легкой». Лишь четыре участницы сообщили о нежелательных побочных эффектах, выразившихся в легком или среднем усилении отдельных климактерических симптомов.

У многих из участниц до лечения уже наблюдалось измененное отношение к половой жизни и собственному телу. Они ощущали утрату собственной привлекательности, отмечали повышение массы тела и увеличение числа морщин на лице, причем нередко без всяких оснований (рис.).

Сексуальные контакты утратили значение, сменившись потребностью в ласке; половое влечение снизилось,

Зверобой и оральные контрацептивы

Женщины, принимающие препараты зверобоя для лечения предменструального синдрома, нередко также используют гормональные контрацептивы. Известно, что действующее вещество экстракта зверобоя гиперфорин активизирует фермент цитохром P450 3A4, который, в частности, снижает уровень определенных стероидных гормонов, таких как этинилэстрадиол и прогестерон (Mannel, 2004). В ходе нескольких двойных слепых исследований было продемонстрировано, что при одновременном приеме низких доз контрацептивов и препаратов зверобоя велика вероятность межменструального кровотечения (Hall et al., 2003; Murphy et al., Phunder et al., 2003).

В некоторых исследованиях наблюдался статистически значимый спад уровня этинилэстрадиола, норэтиндрона и 3-кетодезогестерола, который, однако, не сопровождался стимуляцией овуляции и не оказывал влияния на клиническую картину. Авторы пришли к выводу, что прием препаратов зверобоя не оказывает существенного влияния на эффективность оральных контрацептивов. Однако вследствие роста риска межменструальных кровотечений комплаенс пациенток может понизиться.

По этой причине авторы рекомендуют при лечении препаратами зверобоя применять оральные контрацептивы в более высокой дозировке в сочетании, например, с 50 мг этинилэстрадиола или использовать дополнительные механические контрацептивные средства (Schutz, 2006).

и мысль о телесном контакте с партнером все чаще воспринималась как неприятная. Четверо из пяти участниц отводили половой жизни меньшую роль, чем раньше. В ходе 12-недельной медикаментозной терапии препаратом зверобоя в состоянии указанных пациенток произошли существенные позитивные изменения.

Примерно у 80% женщин после лечения вновь возросла вера в собственную привлекательность. В конце исследования к 60% пациенток вернулась радость от

сексуальной активности, желание проявить инициативу в отношениях с половым партнером. ■

ИНФОРМАЦИЯ

Источник: Dr. Gunter Seelinger

Johanniskraut bessert auch körperliche Symptome.

NaturaMed 3/2008

Перевод: Михаил Фирсов

Гелариум® Гиперикум

Радуйся каждому дню!

Для лечения умеренных депрессивных расстройств

- ★ Комплексное действие
 - антидепрессивное
 - противотревожное
 - вегетостабилизирующее

★ Не вызывает сонливости и привыкания

*Специальный экстракт
травы зверобоя BNO 1385*

BIONORICA®
The phytoneering company

Р.С. UA/4352/01/01 от 13.04.06.

ООО "БИОНОРИКА"
г. Киев, ул. Минина, 9. Офисный этаж, отдельный вход.
тел.: (044) 296-22-03 (04,05); факс: (044) 451-83-09
e-mail: office@bionorica.com.ua

