

**М. А. Ханина, Н. О. Карабинцева**

Новосибирский государственный медицинский университет  
Красный просп., 52, Новосибирск, 630091, Россия  
E-mail: zhvv2004@mail.ru

## **РОЛЬ ФИТОТЕРАПИИ ПРИ ПАТОГЕНЕТИЧЕСКОМ ЛЕЧЕНИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЫЛЕВОЙ ПАТОЛОГИИ ЛЕГКИХ**

Приведены основные принципы рациональной фитотерапии хронической пылевой патологии легких профессиональной этиологии. Показаны патогенетическая роль фитотерапии, влияние лекарственных растений на иммунитет, перекисное окисление липидов, гипоксию, воспалительные процессы, дренажную функцию бронхов и бронхоспазм, вторичное инфицирование. Отмечена роль ароматерапии как метода профилактики хронических пылевых заболеваний легких. Представлены основные лекарственные растения и сборы, эффективные при хронической пылевой патологии легких.

*Ключевые слова:* фитотерапия, хроническая пылевая патология

В России вследствие неблагоприятных условий труда на многих предприятиях сохраняется высокий уровень профессиональной заболеваемости. Отмечается рост заболеваний органов дыхания, удельный вес которых в структуре профессиональной патологии занимает I–II места в зависимости от регионов России. По данным Новосибирского НИИ гигиены труда, в 2002 г. в Новосибирске профессиональная патология дыхания составила 22 % среди общей профессиональной заболеваемости.

Профессиональные болезни бронхолегочного аппарата обусловлены воздействием различных вредных факторов (пыль, токсические вещества, напряжение экспирации, неблагоприятный микроклимат). Наиболее часто встречаются пневмокониоз и хронический пылевой бронхит.

Для лечения и реабилитации больных с хронической пылевой патологией легких используется комплексное воздействие на организм медикаментозными и немедикаментозными методами. В связи со сложностью профилактики, лечения и реабилитации профессиональной пылевой патологии легких актуальным является поиск, разработка и внедрение эффективных и экономически выгодных методов и средств лечения и профилактики.

В этом плане особый интерес представляет фитотерапия, которая оказывает патогенетическое и симптоматическое воздей-

ствие при хронической профессиональной патологии легких (ХППЛ). Это метод лечения обладает рядом преимуществ: высокая эффективность; мягкость действия и относительно низкая токсичность; возможность назначения длительных курсов; комплексное воздействие на организм; возможность комбинирования лекарственного растительного сырья в фитосборах, позволяющего индивидуализировать сбор; высокая биодоступность биологически активных веществ растений; крайне редкие случаи индивидуальной непереносимости и лекарственной болезни; доступность лекарственных растений; возможность и простота приготовления фитопрепаратов больными в домашних условиях; относительная дешевизна лекарственных растений; широкий ассортимент официальных лекарственных растений и фитопрепаратов, а также средств народной медицины.

Общие принципы фитотерапии, полностью реализующиеся для лечения хронической пылевой патологии легких, можно представить следующим образом.

1. Принцип этапности, определяющий ведущую роль фитотерапии на этапах профилактического, противорецидивного, реабилитационного лечения профессиональной патологии легких. Особенно актуальным становится применение фитосредств на этапе профилактики заболеваний, которую не-

обходимо осуществлять как на производстве, так и в домашних условиях.

2. Принцип системности и иерархии. Основываясь на принципах этиопатогенетической терапии, целесообразно использование при ХППЛ средств специфического лечения, антитоксических, общеукрепляющих, адаптогенных, витаминных и симптоматических растительных средств.

3. Принцип адекватности. Необходимо проводить индивидуальный подбор лекарственных растений среди множества однотипных по принципу адекватности заболеванию конкретного больного, особенностям его течения, наличию осложнений и сопутствующих заболеваний.

4. Принцип непрерывности. ХППЛ требуют длительного, нередко многолетнего и непрерывного лечения. Рекомендуемая продолжительность курса лечения фитосредствами как минимум 3–4 недели. Сборы следует менять каждые 3–4 месяца, так как эффективность лечения ослабевает. Желательны короткие перерывы между курсами (2–3 недели), во время которых возможно лечение другими способами, уменьшение количества ингредиентов сборов, а также отказ от фитотерапии вообще.

5. Биоритмологический принцип. При использовании лекарственных растений необходимо соблюдать естественные суточные и сезонные биоритмы. Например, стимулирующие ЦНС средства следует применять в утренние и дневные часы, а снотворные, успокаивающие, сердечно-сосудистые – во второй половине дня. Известны примеры сезонных колебаний в эффективности растений. Растения, обладающие адаптогенным действием, не рекомендуется назначать летом, а снотворные и успокаивающие более эффективны в осенне-зимний период.

6. Принцип «от простого к сложному». При начальных признаках заболеваний следует назначать пищевые и общеукрепляющие растения. При более выраженном течении пневмоконоиоза и хронического пылевого бронхита необходимо использовать лекарственные растения различных групп. По мере лечения прописи сборов могут все более усложняться.

7. Соблюдение мер предосторожности, как и при использовании синтетических лекарственных средств. Следует применять

для лечения и профилактики только те растения и сборы, которые рекомендованы специалистами, предпочтение отдавать официальному лекарственному растительному сырью.

8. Рекомендуется строго придерживаться правил сбора, сушки, обработки лекарственного растительного сырья, приготовления лекарственных форм.

Лечебное действие лекарственных растений при хронической пылевой патологии легких связано с наличием различных групп биологически активных веществ – алкалоидов, гликозидов, кумаринов, эфирных масел, дубильных веществ, витаминов, полисахаридов. Основываясь на знании механизмов формирования ХППЛ, этиопатогенетическая фитотерапия должна оказывать следующее влияние: общеукрепляющее, антигипоксическое, противовоспалительное, иммунокорректирующее, противоаллергическое, потогонное, отхаркивающее, противовирусное, спазмолитическое и противомикробное.

В качестве общеукрепляющих средств используют в основном лекарственные растения, содержащие витамины: береза, боярышник, брусника, голубика, душица, ель, зверобой, земляника лесная, календула, клевер луговой и ползучий, клюква, крапива, лопух, лук, малина, манжетка, медуница, Melissa, мята перечная, облепиха, овес, одуванчик, полынь обыкновенная, пшеница, сныть, сосна, соя, чабрец.

Среди пищевых растений с высоким содержанием витаминов необходимо отметить такие, как абрикос, горох, гречиха, груша, ежевика, ирга, капуста, картофель, крыжовник, кукуруза, морковь, морозика, орех грецкий, перец красный, петрушка, подсолнечник, редис, репа, рожь, рябина обыкновенная и черноплодная, слива, смородина, томаты, тыква, фасоль, черника, шиповник, шпинат, яблоня, ячмень.

Одним из звеньев патогенеза ХППЛ является развитие гипоксии, коррекцию которой осуществляют разнонаправлено. Восстановление и поддержание активности процессов синтеза макроэргических соединений поддерживают такие биологически активные вещества растений, как витамины (аскорбиновая, никотиновая, пангамовая, пантотеновая кислоты, пиридоксин, рети-

нол, тиамин), дубильные вещества, изофлавоноиды, каротиноиды, макро- и микроэлементы (ванадий, калий, кобальт, магний, марганец, натрий, хром, цинк), тритерпеновые сапонины, эфирные масла. Нормализацию функционирования электрон-транспортной дыхательной системы митохондрий вызывают антрахиноны, витамины (каротиноиды, никотиновая кислота, рибофлавин), катехин, кумарин, дигидрокумарин и их гликозиды, лейкоантоцианы, микроэлементы (германий, марганец, медь, цинк), оксикоричные кислоты (кофейная, кумаровая, феруловая, хлорогеновая), оксикумарины и их гликозиды, фенолокислоты (протокатехиновая, оксибензойная, ванилиновая, сиреневая), филлохиноны, флавонолы (кверцетин, изокверцетин, изорамнетин и др.). Обеспечение субстратами компенсаторных метаболических путей осуществляют аминокислоты, глюкоза, лимонная кислота, макро- и микроэлементы (кальций, литий, сера, фосфор, хром, цинк), ненасыщенные жирные кислоты (олеиновая, линоленовая), пектиновые вещества, уксусная и яблочная кислоты, фруктоза. Оптимизацию процессов окисления и защиту клеточных мембран от повреждения активными радикалами определяют витамины (аскорбиновая кислота, токоферол), камеди, лигнаны, микроэлементы (германий, марганец, селен, цинк), флавоноиды.

К лекарственным растениям, обладающим выраженным антигипоксическим действием различного механизма, относятся: аир болотный, арника горная, астрагал шерстистый, береза повислая, донник лекарственный, крапива двудомная, липа сердцевидная, Melissa лекарственная, овес посевной, рябина обыкновенная, синюха голубая, смородина черная (листья), сушеница топяная, хвощ полевой, алтей лекарственный.

С целью коррекции нарушений иммунитета при ХППЛ возможно использование растений, обладающих мягкими иммуномодулирующими свойствами, основанными на улучшении энергетического обмена в иммунной системе, способности улучшать функции не только иммунной, но и нервной и эндокринной систем. Эти растения отличаются низкой токсичностью и отсутствием аллергенности. К ним относятся: бадан, береза, солодка голая, земляника лесная, липа

сердцевидная, лопух большой, Melissa лекарственная, овес посевной, ромашка аптечная, синюха голубая, смородина черная, тысячелистник обыкновенный, горец птичий, фиалка трехцветная, хвощ полевой, хмель обыкновенный, череда обыкновенная, шалфей лекарственный, эвкалипт шариковый. К этой же группе можно отнести лекарственные растения, обладающие адаптогенным действием (женьшень, родиола розовая, элеутерококк колючий, левзея сафлоровидная), которые следует применять с осторожностью.

К лекарственным растениям, обладающим противовоспалительным действием, относятся алоэ древовидный, алтей лекарственный, береза повислая, девясил высокий, душица обыкновенная, зверобой продырявленный, календула лекарственная, лен обыкновенный, липа сердцевидная, облепиха крушиновидная, подорожник большой, ромашка аптечная, шалфей лекарственный, шиповник, эвкалипт шаровидный, салеп и др. Жаропонижающими и потогонными свойствами обладают береза, клюква, брусника, липа, малина, калина.

Многие из вышеперечисленных растений обладают и отхаркивающим действием. Подобные свойства проявляют мать-и-мачеха, синюха голубая, солодка голая, сосна обыкновенная, тимьян ползучий. Умеренную активность проявляют алтей лекарственный, береза повислая, душица обыкновенная, дягель лекарственный, можжевельник обыкновенный, первоцвет весенний, подорожник большой, укроп душистый, фиалка трехцветная.

Спазмолитическое действие проявляется у душицы обыкновенной, мяты перечной, сосны обыкновенной, эвкалипта шарикового. Умеренная спазмолитическая активность характерна для аниса обыкновенного, багульника болотного, березы повислой, девясилы высокой, зверобоя продырявленного, календулы лекарственной, мать-и-мачехи, можжевельника обыкновенного, подорожника большого, ромашки аптечной, тимьяна ползучего, фенхеля обыкновенного, фиалки трехцветной, шалфея лекарственного.

Важным в формировании ХППЛ профессиональной этиологии является вторичное инфицирование. Антимикробным действием обладают такие лекарственные растения, как

береза повислая, зверобой продырявленный, можжевельник, мята перечная, ромашка аптечная, тимьян ползучий и тимьян обыкновенный, укроп душистый, сосна обыкновенная, шалфей лекарственный, эвкалипт шариковый и др. Противовирусное действие оказывают лук, чеснок, береза, календула, эвкалипт, можжевельник и др.

Несмотря на то, что каждое растение обладает многосторонним действием, наиболее эффективным является их комбинированное применение. В состав сборов включаются растения с различными фармакологическими свойствами, благодаря чему оказывается комплексное воздействие на различные звенья патогенеза.

Примерами сборов, эффективных при ХППЛ [1–3], могут служить следующие:

1. Потогонный, успокаивающий кашель и разжижающий мокроту: корень солодки голой 40,0; цветы липы сердцевидной 60,0. Принимать в теплом виде отвар или настой по 1/3–1/4 стакана в день.

2. При кашле, трахеобронхите, хроническом бронхите, остром сухом бронхите: трава донника лекарственного 5,0; трава тимьяна обыкновенного 10,0; плоды фенхеля обыкновенного 10,0; лист мяты перечной 10,0; лист подорожника большого 15,0; корень алтея лекарственного 15,0; корень солодки голой 15,0; лист мать-и-мачехи обыкновенной 20,0. Принимать в теплом виде отвар или настой по 1/3–1/4 стакана в день.

3. При остром и хроническом бронхитах: корень алтея лекарственного 40,0; корень солодки голой 25,0; лист мать-и-мачехи обыкновенной 20,0; плоды фенхеля обыкновенного 15,0. Принимать в виде отвара по 1/3–1/4 стакана в день.

4. При кашле, трахеобронхите, хроническом и остром бронхите: лист мать-и-мачехи обыкновенной 20,0; лист подорожника большого 30,0; корень солодки голой 30,0; трава фиалки трехцветной 20,0. Принимать в виде отвара по 1/3–1/4 стакана в день.

5. При сухом бронхите: трава багульника болотного, лист мать-и-мачехи, трава фиалки трехцветной, лист подорожника большого, цветки ромашки аптечной, трава и корни первоцвета весеннего, плоды аниса обыкновенного, корни солодки голой по 10,0, кор-

ни алтея лекарственного 20,0. Принимать по 1/3 стакана в виде настоя или отвара 3 раза в день после еды.

6. При бронхоспазме:

а) корень солодки голой 15,0; корень синюхи голубой 15,0; цветки ромашки аптечной 20,0; корень валерианы лекарственной, трава пустырника, трава зверобоя продырявленного по 10,0; лист мяты перечной 20,0; принимать настой по 1/3–1/4 стакана 3–5 раз в день после еды.

б) лист мать-и-мачехи обыкновенной, лист подорожника большого, корень солодки голой, трава фиалки трехцветной по 20,0; принимать настой в теплом виде по 1/4 стакана 4–6 раз в день.

7. Отхаркивающее и противовоспалительное: корень истода сибирского 15,0; лист мать-и-мачехи обыкновенной 15,0; трава первоцвета весеннего 10,0; плоды аниса обыкновенного 15,0; лист мяты перечной 15,0; цветки ромашки аптечной 10,0; лист подорожника большого 20,0. Принимать по 1/3–1/4 стакана настоя или отвара 3–4 раза в день после еды.

8. Противокашлевое средство: трава багульника болотного 20,0; трава тимьяна обыкновенного 20,0; лист мать-и-мачехи обыкновенной 10,0; цветки ромашки аптечной 10,0; корень солодки голой 20,0; корень алтея лекарственного 20,0. Принимать по 1/4–1/3 стакана настоя или отвара 3–5 раз в день после еды.

9. Противомикробное средство:

а) плоды аниса обыкновенного 30,0; плоды фенхеля обыкновенного 30,0; льняное семя 20,0; трава тимьяна обыкновенного 20,0;

б) плоды аниса обыкновенного, плоды фенхеля обыкновенного, трава тимьяна обыкновенного, корень солодки голой, почки сосны обыкновенной по 20,0.

Оба сбора применять в виде теплого настоя по 1/3–1/4 стакана 3 раза в день.

11. Десенсибилизирующее средство: корень солодки голой, трава череды трехраздельной, корень аралии маньчжурской, трава хвоща полевого, плоды шиповника коричного, цветки бессмертника песчаного, корень девясила высокого, соплодия ольхи серой, корень одуванчика лекарственного, корень лопуха большого по 10,0. Применять в виде настоя по 1/3–1/4 стакана 3 раза в день после еды.

12. Бронхорасширяющее, разжижающее мокроту: корень солодки голой 30,0; лист подорожника большого 30,0; лист мать-и-мачехи обыкновенной 40,0. Настой принимают по 1/4 стакана 4–5 раз в день после еды. Курс лечения 10–12 дней.

В качестве профилактических мер важно создать благоприятный микроклимат на рабочем месте (в зоне отдыха), столовой, дома, где проживает больной, в лечебном или санаторном учреждении. Одним из самых доступных средств является выращивание в помещении растений, способных очищать воздух от патогенных микроорганизмов (фитодизайн). Ароматы растений регулируют физико-химические свойства воздушной среды, повышают естественный радиоактивный фон воздуха и его ионизацию. Это сопровождается снижением содержания тяжелых ионов и возрастанием концентрации легких отрицательных ионов, что благоприятно действует на человека, обеспечивая его энергетический потенциал. Растительные ароматы обеспечивают атмосферу биологически активным кислородом.

Под действием ароматов растений осуществляется не только дезинфекция и улучшение физико-химических свойств воздуха, но и положительное воздействие на общее состояние: снижается усталость и эмоциональное напряжение, повышается выносливость к физическим, умственным и эмоциональным нагрузкам. Ароматы растений положительно влияют на гемодинамику головного мозга, функцию сердечно-сосудистой, бронхолегочной и других систем организма. Источниками фитонцидов считаются аспарагус, монстера, молочай, опунция, алоэ. От промышленных загрязнений очищает воздух сансевиерия, плющ, фикусы, алоэ, филодендрон. Для сбора пыли рекомендуется выращивать хвойные растения, которые выделяют отрицательные ионы, нейтрализующие электромагнитные поля от бытовых приборов. При заболева-

ниях, вызванных действием пылевых факторов рекомендуется использовать монарду, базилик, пихту, сосну, эвкалипт, шалфей, розмарин, мяту, душицу, мирт, каяпут.

Высокоэффективным методом профилактики и реабилитации является ароматерапия, вариантами которой могут быть ингаляции, ароматический массаж, ароматические ванны, ароматизация помещений. Высокую активность при хроническом бронхите оказывают эфирные масла, распыляемые в помещениях с помощью ароматизатора при продолжительности процедуры 30 мин, лаванды, пихты, эвкалипта, розмарина. У больных отмечалось улучшение показателей дыхательной функции, уменьшение воспалительной реакции. Композиции эфирных масел монарды, лаванды, полыни, пихты проявляют иммуномодулирующую активность. Ароматерапия нормализовала поверхностную активность сурфактанта легких у больных хроническими бронхитами. Фитонциды пихты, эвкалипта, розмарина положительно повлияли на процесс свободнорадикального окисления [4].

Таким образом, фитотерапия как метод комплексного и мягкого воздействия на организм абсолютно необходим на всех этапах профилактики, лечения и реабилитации больных с ХППЛ профессиональной этиологии.

#### Список литературы

1. Лесиовская Е. Е., Пастушенков Л. В. Фармакотерапия с основами фитотерапии. М., 2003.
2. Передрий В. А. Рецептурный справочник фитотерапевта. Киев, 1995.
3. Соколов С. Я. Фитотерапия и фитотерапевтика. М., 2000.
4. Николаевский В. В. Ароматерапия: Справ. М., 2000.

Материал поступил в редколлегию 12.06.2006

М. А. Khanina, N. O. Karabinceva

#### Role of phytotherapy in pathogenetic therapy of chronic pathology lungs of occupational etiology

The basic principles of rational phytotherapy of chronic pathology lungs of occupational etiology are given. It is shown pathogenetic role of phytotherapy, its influence on immunity, lipoperoxidation, inflammation, hypoxia, drainage of bronchi, bronchospasm and second infection. It is noted the role of aromatherapy as a prophylactic method. Basic herbs and their compositions are shown.

*Keywords:* phytotherapy, chronic pathology lungs of occupational etiology.