

Глава 6. ЗАБОЛЕВАНИЯ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ

Нейроциркуляторные дистонии

Нейроциркуляторные (вегетативно-сосудистые) дистонии являются весьма распространенными заболеваниями сердечно-сосудистой системы. В основе их развития лежит расстройство регуляции системы кровообращения, в первую очередь со стороны нервной системы. Этиологические факторы этой группы заболеваний разнообразны: психогенные реакции, отрицательные эмоции, переутомление, нарушение сна, интоксикации, хронические инфекции, профессиональные вредности, эндокринные дисфункции.

У больных наблюдаются повышенная утомляемость, неспособность к физическому и психическому напряжению, нарушение ночного сна, аффективная лабильность, головная боль после эмоциональных напряжений. Состояние таких больных часто связано с изменением погодных условий. Иногда основными признаками астенического состояния являются различные ощущения в области сердца (замирания, перебои, покалывания в области сердца или длительная ноющая боль).

Нейроциркуляторные дистонии (НЦД) принято делить на четыре основные типа: 1) гипертонический; 2) гипотонический; 3) кардиальный и 4) смешанный. Такое деление условно, и с накоплением знаний о механизмах развития этих состояний они приобретут разную нозологическую очерченность.

При лечении больных НЦД ведущее значение имеют устранение того или иного этиологического фактора, нормализация режима труда и отдыха, физические упражнения, санаторно-курортное лечение, физиотерапевтическое лечение, аутогенная тренировка, психотерапия. Больные НЦД отличаются выраженной эмоциональной и вегетативной лабильностью, поэтому для их лечения используют транквилизаторы (хлорзепид, нозепам, сибазон, мепротан, феназепам, триоксазин и др.).

Широкие возможности при лечении больных НЦД приобретает фитотерапия. При этом наиболее часто используются следующие растения:

Аралия маньчжурская, корень
Боярышник, плоды, цветки
Валериана, корень
Вахта трехлистная, листья
Душица, трава

Женьшень, корень
Заманиха, корень
Зверобой, трава
Календула, цветки
Левзея, корень

Лимонник китайский, плоды
Мята, листья
Пион уклоняющийся, корень
Подорожник, листья
Пустырник, трава
Родиола розовая (золотой корень)

Сушеница болотная, трава
Тмин, плоды
Тысячелистник, трава
Фенхель, плоды
Шалфей, трава
Элеутерококк, корень

Растения, рекомендуемые современной фармакогнозией для лечения астенических состояний, оказывают разнообразное действие. Часть из них относится к адаптогенам: аралия маньчжурская, женьшень, заманиха, левзея (маралий корень), лимонник китайский, родиола розовая, элеутерококк. Их настои и спиртовые экстракты дают тонизирующий эффект, усиливают процессы возбуждения, активируют обменные процессы (А. Д. Турова, Э. Н. Сапожникова, 1983). Японские исследователи, изучавшие свойства женьшеня, приписывают это действие панаксовой кислоте, которая стимулирует эндокринную систему и повышает уровень гормонов в крови. Вероятно, этим можно объяснить появление бодрости, снятие усталости при физическом утомлении после приема настоев растений группы адаптогенов.

У больных с явлениями астении и артериальной гипотензии под влиянием настоек корней женьшеня, заманихи, левзеи уменьшается раздражительность, улучшается сон, повышается уровень артериального давления, уменьшаются головная боль и боль в области сердца (С. Я. Соколов, И. П. Замотаев, 1988). При вторичных астено-невротических синдромах (посттравматической энцефалопатии, постгриппозной астении и пр.) действие адаптогенов выражено слабее или отсутствует. Настойки адаптогенов, в частности лимонника китайского, обладают широким спектром действия. В народной медицине Юго-Восточной Азии настойка лимонника используется для профилактики и лечения инфекционных болезней. Эффективность ее проверена во время эпидемии гриппа на больших группах школьников и рабочих. Среди получавших настойку лимонника заболеваемость гриппом оказалась значительно ниже, чем в контрольной группе, что можно объяснить развитием неспецифической резистентности. В масле семян китайского лимонника содержатся безазотистые вещества — лигнаны. Они являются активными ингибиторами фермента катехол-О-метилтрансферазы, который разрушает катехоламины адреналин и норадреналин. Ингибируя действие фермента, лигнаны адаптогенов тем самым усиливают медиацию симпати-

ческой части вегетативной нервной системы. С. В. Кирсанов, В. А. Иванченко (1987) считают, что тонизирующие свойства адаптогенов связаны с активацией гипоталамо-гипофизарно-надпочечниковой системы, в связи с чем длительный прием их нежелателен. При длительном и неумеренном приеме настоев адаптогенов появляются симптомы передозировки кортикостероидных гормонов: повышение уровня артериального давления, бессонница, прекращение менструации у женщин, появление поноса и др. Учитывая механизм действия адаптогенов, их препараты не следует назначать при нервном возбуждении, повышенном уровне артериального давления, при нарушении сердечной деятельности. Их не рекомендуется принимать на ночь (М. Д. Машковский, 1988; С. Я. Соколов, И. П. Замотаев, 1988).

Применяются адаптогены обычно в виде настоев и экстрактов. В Китае женьшень применяют в виде порошков, пилюль, настоев, мазей, отваров и чая. Последний готовят из порошка корня: 1 чайную ложку измельченного корня женьшеня заливают 200 мл кипятка и настаивают 15 мин (Ф. И. Ибрагимов, В. С. Ибрагимов, 1960).

Приводим следующие официальные препараты адаптогенов (А. Д. Турова, Э. Н. Сапожникова, 1983).

Препараты женьшеня (*Panax Ginseng*):

Rp.: T-rae Ginsengi 30 ml

D. S. По 20 капель 3 раза в день за 30 мин до еды

Rp.: Extr. rad. Ginsengi 20 ml

D. S. По 5—15 капель 2 раза в день за 30 мин до еды

Препараты аралии маньчжурской (*Aralia mandshurica*):

Rp.: Tab. Saparali 0,05 № 15

D. S. По 1 таблетке 2 раза в день

Rp.: T-rae Araliae 50 ml

D. S. По 30 капель 2 раза в день

Настойка заманихи высокой (*Echinopanax elatum*):

Rp.: T-rae Echinopanaxicis 30 ml

D. S. По 30—40 капель 2 раза в день

Экстракт элеутерококка колючего (*Eleutherococcus senticosus*):

Rp.: Extr. Eleutherococci 50 ml

D. S. По 25 капель 2 раза в день

Препараты лимонника китайского (*Schizandre chinensis*):

Rp.: T-rae Schizandrae 30 ml
D. S. По 20 капель 2 раза в день

Rp: Inf. Schizandrae 10.0: 200 ml
D. S. По 1 десертной ложке 2 раза в день

Экстракт левзеи сафлоровидной (*Rhaponticum cart-hamoides*):

Rp.: Extr. Leuzeae 20 ml
D. S. По 20 капель 2 раза в день

Экстракт золотого корня (*Rhodiola rosea*):

Rp.: Extr. Rhodiolae fluidi 15 ml
D. S. По 10 капель 2—3 раза в день

Другие растения, которые могут быть использованы при астении, обладают седативными свойствами: валериана, пион уклоняющийся, душица, хмель, пустырник, вахта трехлистная.

При **НЦД гипертензивного типа** могут быть рекомендованы различные варианты сборов приведенных выше растений. Назначение адаптогенов при **НЦД гипертензивного типа** нецелесообразно. Следует объяснить больному, что процесс лечения длительный, эффект можно ожидать не ранее чем через 2—3 нед.

№ 43. Корней валерианы, шишек хмеля по 1 части, листьев мяты и вахты трехлистной по 2 части.

5 г смеси заливают двумя стаканами кипятка, настаивают 30 мин, отжимают, принимают по 100 мл 2 раза в день до еды.

№ 44. Корень валерианы.

10 г сухого измельченного корня заливают стаканом кипятка, кипятят 30 мин, настаивают не менее 2 ч, отжимают, принимают по 1 столовой ложке 3—4 раза в день до еды.

№ 45. Травы пустырника, корней валерианы, плодов тмина и фенхеля по 1 части.

5 г смеси заливают стаканом кипятка, настаивают до остывания (около 1 ч), отжимают, принимают по 1/3 стакана 3 раза в день до еды.

№ 46. Цветки боярышника.

10 г цветков заливают стаканом воды, кипятят 10 мин, охлаждают и отжимают, принимают по 1 столовой ложке 3—4 раза в день до еды.

№ 47. Плоды боярышника.

15 г измельченных плодов на 200 мл воды. Настой готовят так же, как и из цветков боярышника. Принимают по 50 мл 2—3 раза в день до еды.

№ 48. Цветки боярышника.

10 г сухих цветков заливают 100 мл 40 % этилового спирта, настаивают в течение 20 дней, процеживают, принимают по 20—25 капель 3 раза в день до еды, разбавляя водой.

№ 49. Корня валерианы, травы тысячелистника по 3 части, травы зверобоя 1 часть.

10 г смеси заливают стаканом кипятка, настаивают 20 мин, отжимают, принимают по 50 мл 3—4 раза в день до еды.

№ 50. Корня валерианы 4 части, листьев мяты, травы душицы по 3 части, плодов фенхеля 2 части.

Способы приготовления и применения такие же, как у сбора № 49.

№ 51. Корня валерианы 2 части, цветков ромашки 3 части, плодов тмина 5 частей.

Способы приготовления и применения такие же, как у сбора № 49.

№ 52. Цветков ромашки, листьев мяты, плодов фенхеля и тмина, корня валерианы по 1 части.

10 г смеси заливают стаканом кипятка, нагревают на водяной бане 30 мин, охлаждают 10 мин, отжимают, принимают по 200 мл на ночь при бессоннице.

№ 53. Травы пустырника 3 части, травы сушеницы и душицы по 2 части, листьев шалфея, цветков боярышника по 1 части.

5 г смеси заливают стаканом кипятка, кипятят 5 мин, настаивают 20 мин, принимают по 100 мл 2 раза в день до еды.

При **НЦД гипотензивного типа** обычно рекомендуются женьшень, родиола розовая и другие адаптогены. При общем беспокойстве, бессоннице можно назначить один из вышеприведенных сборов, содержащих валериану. При гипотензивном типе **НЦД** показаны растения общеукрепляющего действия: солодка, шиповник, алоэ, лопух большой (репейник). Эти растения могут быть внесены в один из седативных сборов. Например:

№ 54. Корня валерианы 4 части, листьев мяты, травы душицы и листьев вахты трехлистной по 3 части, плодов фенхеля, соплодий хмеля по 2 части.

5 г смеси заливают двумя стаканами кипятка, настаивают 2—3 ч, принимают по 100 мл 3—4 раза в день до еды.

№ 55. Корня валерианы 2 части, плодов тмина 5 частей, корней солодки и лопуха по 1 части, цветков ромашки, плодов шиповника по 3 части.

5 г смеси заваривают стаканом кипятка, настаивают 6—8 ч, принимают по 100 мл 2 раза в день до еды.

№ 56. Плодов шиповника 4 части, травы крапивы и плодов боярышника по 3 части, травы зверобоя 1 часть.

10 г смеси заливают стаканом кипятка, настаивают в термосе 2 ч, отжимают, принимают по 100 мл 2 раза в день до еды.

№ 57. Плодов боярышника и шиповника по 3 части, цветков календулы, травы череды, плодов аронии, листьев подорожника по 2 части.

Способ приготовления такой же, как у сбора № 56. Принимают по 50 мл 3 раза в день до еды.

При кардиальном типе НЦД назначают валериану, пустырник, корвалол, валокормид, седативные средства (хлозепид, триоксазин, нозепам). Кардиальные проявления при НЦД обычно выражены в виде кардиалгии, перебоев в сердце, замираний, следующих с той или иной частотой в течение дня. Иногда эти ощущения исчезают на несколько дней, возобновляются после волнений или спонтанно. Нередко болевые ощущения в сердце сопровождаются недостатком воздуха, неудовлетворенностью вдохом. На фоне этих признаков отмечаются бессонница, тревога за свое сердце (кардиофобия), быстрая утомляемость.

При сильной боли в области сердца рекомендуется корвалол или валокордин, реже — валидол и еще реже — нитроглицерин. Широко используется кардиовален, в состав которого входят сок желтушника, адонизид, настойка корня валерианы и др.

При кардиальном типе НЦД назначают седативные сборы, по составу мало отличающиеся от приведенных выше. Применение фитотерапии не исключает приема валидола и даже нитроглицерина (включая его пролонгированные формы), если в этом возникает необходимость. Д. Йорданов и соавторы (1970) рекомендуют при НЦД кардиального типа следующие смеси.

№ 58. Цветков ромашки 1 часть, плодов фенхеля 2 части, листьев мяты 3 части, корня валерианы 4 части.

5 г смеси на 200 мл воды. Заливают холодной водой, настаивают при комнатной температуре не менее 3 ч, затем кипятят 10 мин, отжимают. Принимают по 200 мл в день в 5—6 приемов.

№ 59. Корня валерианы 1 часть, травы тысячелистника 3 части.

Способы приготовления и применения такие же, как у сбора № 58.

При экстрасистолии (перебои в сердце, «замирание» сердца) можно рекомендовать успокоительный чай с включением пустырника, боярышника. Эффективны трава зверобоя, листья березы и душицы, корень солодки.

№ 60. Корня валерианы, травы зверобоя, травы душицы и листьев березы по 1 части, травы тысячелистника 3 части, травы пустырника 2 части.

Способы приготовления и применения такие же, как у сбора № 58.

№ 61. Листьев мяты 3 части, травы зверобоя и душицы, корня солодки, листьев трифоля по 1 части.

5 г смеси заливают стаканом холодной воды, настаивают 8 ч, кипятят 5 мин, отжимают, принимают по 100 мл 2 раза в день до еды.

Артериальная гипертензия

К артериальной гипертензии относят многочисленные заболевания, которые имеют различные этиологию и патогенез, характеризуются более или менее стойким повышением уровня артериального давления. Различают гипертоническую болезнь (эссенциальную гипертензию) и симптоматические гипертензии (почечные, эндокринные, гемодинамические, мозговые).

Причинами развития гипертонической болезни являются наследственно-семейный фактор, нервное перенапряжение и психическая травма. В патогенез заболевания включаются различные звенья нейрогуморальной регуляции, что приводит к длительному и стойкому преобладанию прессорных механизмов над депрессорными на разном уровне их отношений.

Клинически выделяют стадии гипертонической болезни (I, II, III), варианты ее течения (медленный, или

«мягкий», быстро прогрессирующий, или злокачественный), разные патогенетические формы (по содержанию ренина, характеру гемодинамики и т. д.).

При лечении гипертонической болезни большое значение придается соблюдению режима труда и отдыха, рациональному трудоустройству, диете (ограничение хлорида натрия и жидкости), использованию гипотензивных препаратов. К числу последних относят средства центрального и периферического действия (клофелин, допегит, блокаторы альфа- и бета-адренергических рецепторов, симпатолитики и др.), препараты, снижающие тонус артериол и венул (апрессин, миноксидил, диазоксид и др.), лекарственные препараты, уменьшающие объем плазмы крови (гипотиазид, гигротон, фуросемид и др.). Широко используются нейро- и психотропные препараты, обладающие транквилизирующим и антидепрессивным свойством.

Для лечения гипертонической болезни применяют также алкалоиды раувольфии змеиной (резерпин, рауседил, раувазан, раунатин) и барвинка малого (девинкан, винкапан). В начальный период болезни используют препарат из крестовника плосколистного платифиллин. При гипертонических кризах показан алкалоид софоры толстоплодной пахикарпин (порошки и таблетки по 0,1 г, ампулы по 2 мл 3 % раствора, свечи). Гипотензивное действие оказывают препараты из омелы белой (жидкий экстракт, настойка листьев по 20—40 капель 3 раза в день). Медикаментозное лечение гипертонической болезни основывается на использовании индивидуально подобранных гипотензивных средств с различным механизмом действия в форме моно- или политерапии.

Фитотерапию обычно назначают при гипертонической болезни I—II стадии. При этом применяют растения, оказывающие разностороннее действие. Наряду с растениями гипотензивного действия, рекомендуют растения, обладающие седативным, мочегонным, слабительным свойствами.

Арония, ягоды
Боярышник, цветки, плоды
Брусника, листья
Календула, цветки
Калина, ягоды
Пустырник, трава
Свекла, свежий сок
Смородина, ягоды
Софора японская, бутоны
Сушеница, трава
Бессмертник, цветки

Цикорий, корень
Чеснок, луковички
Багульник, трава
Таволга, трава
Береза, почки, листья
Хвощ полевой, трава
Валериана, корень
Хмель, соцветия
Мята, листья
Почечный чай, трава
Шиповник, плоды

В руководствах по фитотерапии указывается также на использование кирказона, мака, чемерицы, мордовника, омелы, крестовника, спорыньи, сферофизы и других ядовитых растений (А. Д. Турова, Э. Н. Сапожникова, 1983; Е. А. Ладынина, Р. С. Морозова, 1987). Мы считаем, что их применение в фитотерапии недопустимо.

Начинать лечение гипертонической болезни с помощью растений не обязательно с многокомпонентных сборов. Иногда регулярного приема настоя или сока одного растения достаточно для получения хорошего эффекта (Н. Г. Ковалева, 1972).

Например, рекомендуются ягоды аронии по 100 г 3 раза в день, или сок из плодов аронии по 50 мл 3 раза в день в течение 10 дней, или перебродившие ягоды калины с сахаром по 2—3 столовые ложки 2 раза в день в течение 3 нед. Показаны также свежий сок свеклы обыкновенной (красной) по 3 стакана в день; сок ягод брусники по 200 мл 2 раза в день.

При легких формах гипертонической болезни и в случаях пограничной артериальной гипертензии можно рекомендовать настой (по 50 мл 2 раза в день) или настойку (по 20 капель 2—3 раза в день) из цветков боярышника, особенно при склонности к тахикардии. В последнем случае можно применять настой (по 1 столовой ложке 3 раза в день) или настойку (по 30—50 капель 3 раза в день) травы пустырника.

Лучший эффект дают многокомпонентные смеси растений (З. А. Васильева, О. А. Пухова, 1972) *.

№ 62. Травы пустырника и сушеницы по 3 части, травы багульника и почечного чая по 1 части.

5 г смеси заливают 300 мл воды, кипятят 5 мин, настаивают в теплом месте 4 ч, принимают по 100 мл 3 раза в день до еды.

№ 63. Цветков боярышника, травы почечного чая по 1 части, цветков бессмертника, травы пустырника, плодов шиповника, коры крушины по 2 части.

Способы приготовления и применения такие же, как у сбора № 63.

№ 64. Цветков боярышника, листьев березы по 1 части, травы пустырника, травы сушеницы по 2 части, травы хвоща полевого 1 часть.

10 г смеси заливают 500 мл кипятка, настаивают 5—6 ч, принимают по 100 мл 3 раза в день до еды.

* Из рецепта З. А. Васильевой, О. А. Пуховой исключена трава адониса.

№ 65. Травы сушеницы, пустырника по 3 части, травы багульника, хвоща полевого, коры крушины по 1 части.

10 г смеси заливают 300 мл кипятка, кипятят 10 мин, настаивают 30 мин, принимают по 50 мл 3 раза в день после еды.

Смеси растений могут быть составлены с включением земляники (плоды), черной смородины (листья), калины (плоды), календулы (цветки), софоры японской (плоды), цикория (корень), таволги (трава, цветки).

№ 66. Цветков календулы, таволги, листьев черной смородины по 1 части, травы сушеницы 2 части.

10 г смеси заливают 500 мл холодной воды, настаивают 8—10 ч, доводят до кипения, охлаждают, принимают по 50 мл 2 раза в день до еды.

В случае появления «мочевого синдрома» (в частности, эритроцитов в моче) следует уточнить его причину. При исключении онкологического процесса к этой смеси могут быть добавлены зверобой (1 часть), кора дуба (1 часть), яснотка белая (1 часть), крапива (2 части).

При фитотерапии гипертонической болезни следует ориентироваться в первую очередь на самочувствие больного и частоту кризов. Хорошее самочувствие может сохраняться даже при высоком уровне артериального давления. Общий курс фитотерапии определяется индивидуально. Эффект лечения можно ожидать не ранее чем через 4—5 нед ежедневного приема назначенной лекарственной формы. Снижение уровня артериального давления может быть отмечено не ранее чем через 3—4 нед от начала лечения. При развитии гипертонического криза не следует отменять или заменять назначенную терапию. Криз купируют с помощью известных фармакологических средств.

При положительном эффекте лечения фитотерапия должна быть продолжена в течение 1—1,5 года, после чего можно сделать перерыв 1—2 мес.

Ишемическая болезнь сердца. Атеросклероз

Ишемическая болезнь сердца (ИБС), проявляющаяся различными вариантами стенокардии и такими осложнениями, как инфаркт миокарда, кардиосклероз, патогенетически связана с коронарным атеросклерозом. Последний является наиболее частым заболеванием сер-

дечно-сосудистой системы с поражением артерий эластического (аорта и ее ветви), а также мышечно-эластического (венечные сосуды, сосуды головного мозга, брюшной полости и др.) типов. При этом во внутренней оболочке сосудов (интима) формируются одиночные или множественные отложения холестерина (атероматозные бляшки). Интима сосудов уплотняется за счет разрастания в ней соединительной ткани и развития кальциноза. Это приводит к деформации, уменьшению просвета сосуда, нарастанию недостаточности кровотока того органа, сосуды которого поражены атеросклеротическим процессом.

Атеросклероз встречается у людей в возрасте старше 20 лет, но особенно часто — 40—60 лет, у женщин примерно на 10 лет позже. Развитие атеросклероза связывают с врожденной или приобретенной слабостью систем, регулирующих липидный обмен. По современным представлениям, биохимическая основа атеросклероза формируется из нарушений метаболизма, транспорта жиров и жиробелковых (липопротеидных) комплексов с накоплением в крови липопротеидов низкой плотности (бета-и пребеталипопротеидов). Установлено, что при атеросклерозе снижается активность ряда ферментов в сосудистой стенке. Так, у здоровых людей в последней отмечается высокая активность липопротеинлипазы, относящейся к «просветляющим» факторам плазмы крови. Снижение активности ферментов в сосудистой стенке благоприятствует фиксации липидов, образованию атероматозных бляшек. При развитии атеросклероза резко снижена активность ферментов цикла Кребса, фибринолизина и других ферментов. Определенная роль в развитии атеросклероза принадлежит нарушению иммунологических процессов. В результате нарушения ферментных иммунных соотношений изменяются биохимический состав и равновесие коллоидного раствора плазмы, выпадает холестерин, а затем наступают склерозирование и кальциноз сосудистой стенки.

Клиника атеросклероза зависит от преимущественной локализации атеросклеротического процесса: сосуды мозга, сердца, почек, брюшной полости и т. д.

Различают следующие клинические формы проявлений ИБС: 1) внезапную коронарную смерть (первичная остановка сердца); 2) стенокардию напряжения: а) впервые возникшую, б) стабильную — с указанием функционального класса, в) прогрессирующую, г) спонтанную (особую); 3) инфаркт миокарда: а) крупноочаго-

вый, б) мелкоочаговый; 4) постинфарктный кардиосклероз; 5) нарушения сердечного ритма; 6) сердечную недостаточность.

В целях профилактики стенокардии используют спазмолитические препараты виснадин и келлин, выделенные из плодов амми зубной (таблетки по 0,2 г и свечи). Действующее вещество мяты перечной — ментол, растворенный в метиловом эфире изовалериановой кислоты, является основной частью валидола. Хорошо известны капли Зеленина (10 мл настойки ландыша, 10 мл настойки валерианы, 5 мл настойки красавки, 0,2 г ментола). Из вздутоплодника мохнатого получен препарат фловерин, оказывающий антиспастическое действие (по 1—2 таблетки 3 раза в день).

Фитотерапия может быть использована для профилактики атеросклероза, улучшения обменных процессов тканей. При атеросклерозе венечных и мозговых сосудов (в том числе и при его сочетании с гипертонической болезнью) применяют полиспонин (в таблетках по 0,1 г 3 раза в день после еды курсами по 3—4 нед), получаемый из корневищ диоскореи ниппонской, а также трибуспонин (в таблетках по 0,1 г 3 раза в день 10-дневными курсами в течение 3—4 мес), получаемый из травы якорцев стелющихся. Назначают также порошок морской капусты (ламинарии сахаристой) по $\frac{1}{2}$ чайной ложки на ночь (запивать водой). Курс лечения 2—4 нед. Показан также линетол, получаемый из льняного масла (по 1—2 столовые ложки 1 раз в день курсами по 5—6 нед с перерывами 2—3 нед).

При лечении атеросклероза рекомендуют соблюдать режим питания, ограничить поваренную соль в рационе, сахар, животный жир. Назначают плоды облепихи, рябины черноплодной, черники, компоты из абрикосов.

Следует заметить, что перечисленные способы лечения атеросклероза малоэффективны, а использование индивидуальных препаратов из растений не исключает побочных явлений, иногда более серьезных, чем само заболевание.

Н. Г. Ковалева (1972) в начале курса фитотерапии атеросклероза рекомендует настой корня валерианы.

№ 67. Корень валерианы.

4 г истолченного корня заливают 250 мл кипятка, настаивают 2 ч, принимают по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день до еды. Последнюю дозу принять перед сном в горячем виде с медом.

При запоре назначают растительные слабительные, в частности ламинарин, по $\frac{1}{2}$ чайной ложки утром за полчаса до еды, запивать холодной водой.

При фитотерапии атеросклероза одни растения применяют как «основные» («антисклеротические»), то есть как регуляторы липидного обмена, другие — как «вспомогательные» при сопутствующих синдромах.

Растения «основной» группы:

Капуста огородная	Пустырник, трава
Ламинария, трава	Подорожник, листья
Лук репчатый, луковицы	Хвощ полевой, трава
Чеснок, луковицы	Солодка, корень
Подсолнечник, масло	Астрагал шерстистоцветковый, трава
Кукуруза, рыльца	

Растения «вспомогательной» группы:

Земляника лесная, ягоды	Душица, трава
Зверобой, трава	Малина, плоды
Мать-и-мачеха, листья	Мелисса, трава
Чабрец, трава	Крушина, кора
Укроп, плоды	Почечный чай, трава
Фенхель, плоды	Мята, листья
Береза, почки, листья	Жостер, плоды
Лен посевной, семя	Ревень, корень

В различных источниках по фитотерапии указываются также мордовник, рута, будра, волчье лыко, росянка и др. Эти растения мы не рекомендуем из-за их ядовитых или еще недостаточно изученных свойств.

При лечении атеросклероза могут быть рекомендованы следующие сборы (Н. Г. Ковалева, 1972; А. Ф. Василяки, И. К. Сивохина, 1983) с исключением неофициальных и ядовитых растений.

№ 68. Плодов земляники, травы мелиссы, зверобоя, листьев мать-и-мачехи по 2 части, травы чабреца, плодов укропа по 4 части, травы пустырника 6 частей.

5 г смеси заливают 500 мл кипятка, настаивают 30 мин, принимают по 150 мл 3 раза в день до еды.

№ 69. Почек березы 1 часть, листьев березы, корней солодки по 2 части, семян льна, плодов малины, травы душицы по 4 части, плодов шиповника 6 частей.

5 г смеси заливают 500 мл теплой воды, настаивают 5—6 ч, кипятят 10 мин, отжимают, принимают по 150 мл 3 раза в день до еды.

Курс лечения при положительном эффекте — 6 мес ежедневного приема настоя. Рекомендуется делать перерыв во время менструации, а также через полгода не

менее чем на 2—3 нед. Кроме того, в ежедневный рацион целесообразно включать салаты из капусты (70—100 г), ламинарию (5 г), подсолнечное или кукурузное масло (30—40 г), чеснок.

При повышенной возбудимости и бессоннице может быть назначен следующий сбор.

№ 70. Листьев мяты 2 части, корня валерианы, соцветий хмеля по 1 части.

10 г смеси заливают 200 мл кипятка, настаивают 3—4 ч, отжимают, принимают по 100 мл 2 раза в день до еды.

При ИБС набор растений примерно тот же, что и при атеросклерозе. Кроме того, в разных источниках указывается на применение боярышника (цветки, плоды), сушеницы болотной, укропа огородного. Можно рекомендовать настои и отвары растений общеукрепляющего (солодка, девясил, лопух, тысячелистник), а также седативного (пустырник, валериана, мята, чабрец, пион уклоняющийся) действия:

№ 71. Корня валерианы, травы зверобоя, чабреца, листьев мяты, корня солодки по 1 части, корня лопуха, травы пустырника по 2 части.

5 г смеси заливают 200 мл холодной воды, настаивают 6—7 ч, доводят до кипения и снова настаивают около 1 ч, отжимают, принимают по 200 мл в день в 5—7 приемов.

№ 72. Плодов тмина, травы Melissa по 2 части, плодов боярышника 4 части, корня валерианы 3 части.

5 г смеси заливают стаканом кипятка, настаивают 2 ч, отжимают, принимают по 200 мл в течение дня глотками.

№ 73. Цветков боярышника, травы хвоща и чабреца по 1 части, травы тысячелистника, листьев мяты по 2 части.

5 г смеси заливают стаканом холодной воды, настаивают 3 ч, кипятят 5 мин, отжимают, принимают по 200 мл в течение дня глотками.

№ 74. Плодов боярышника, травы почечного чая по 1 части, листьев мяты, травы сушеницы по 2 части, травы пустырника 3 части.

10 г смеси заливают 500 мл кипятка, кипятят 10 мин, настаивают 30 мин, принимают по $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день после еды.

№ 75. Травы пустырника 2 части, листьев толокнянки, плодов боярышника, корней солодки по 1 части.

10 г смеси настаивают в 500 мл холодной воды в течение 6—7 ч, кипятят 30 мин, охлаждают, отжимают, принимают по 100 мл 3—4 раза в день до еды.

№ 76. Травы зверобоя, плодов укропа, корня лопуха по 1 части, плодов боярышника, листьев мяты, травы сушеницы по 2 части.

Способы приготовления и применения такие же, как у сбора № 75.

При **инфаркте миокарда** роль фитотерапии ограничена частными показаниями. У больных нередко отсутствует стул из-за недостаточной перистальтики кишок, особенно в первые дни заболевания. В таких случаях могут быть эффективными сборы, включающие кору крушины, подорожник, ревеня, фенхель, кассию, а также растения, нормализующие функцию слизистой оболочки желудка и кишок (функцию всасывания), уменьшающие бродильные процессы: душица, солодка, бессмертник, ромашка, мята. Можно рекомендовать слабительные чаи, имеющиеся в аптеках.

№ 77. Кору крушины 3 части, травы тысячелистника 1 часть, травы крапивы 2 части.

5 г смеси заливают стаканом кипятка, настаивают 20 мин, отжимают, принимают по 100—150 мл на ночь.

№ 78. Листьев кассии 6 частей, коры крушины, плодов жостера по 5 частей, плодов аниса, корней солодки по 2 части.

Способы приготовления и применения такие же, как у сбора № 77.

№ 79. Кору крушины 8 частей, корней солодки, плодов кориандра по 1 части.

5 г смеси заливают стаканом воды, кипятят 10 мин, отжимают, принимают по 100—200 мл на ночь.

В случае подавленного настроения можно рекомендовать пустырник, валериану, мяту, ромашку, тмин, фенхель, соцветия хмеля, содержащие эфирные масла седативного действия. Такие добавления к сборам особенно показаны в тех случаях, когда больной ощущает сердцебиения.

№ 80. Корня валерианы, соцветий хмеля по 1 части, листьев мяты и трифоля по 2 части.

10 г смеси заливают 500 мл кипятка, настаивают 30 мин, отжимают, принимают по 100 мл утром и вечером до еды.

При появлении единичных экстрасистол к этой смеси может быть добавлен пустырник (1 часть), боярышник (1 часть). Успокоительный чай может быть полезен и в случаях отсутствия стула в связи с особенностями больной обстановки, вынужденным положением больного, психологической стесненностью.

При продолжающихся болевых ощущениях в области сердца (типа кардиалгии), при беспокойстве, недостаточном ночном сне целесообразны следующие сборы.

№ 81. Цветков ромашки 1 часть, плодов фенхеля 2 части, листьев мяты 3 части, корня валерианы 4 части.

Чайную ложку с верхом (3 г) смеси заливают стаканом холодной воды, настаивают 3 ч, кипятят 10 мин, охлаждают, принимают по 200 мл в течение дня глотками.

№ 82. Травы пустырника 2 части, корня валерианы, плодов тмина и фенхеля по 1 части.

5 г смеси заливают стаканом кипятка, настаивают 80 мин, принимают по 200 мл в 5—6 приемов в течение дня.

Фитотерапия сохраняет свое значение и в период реабилитации больных, дополняя фармакологические и психотерапевтические воздействия. Имеется опыт аэрофитотерапии в павильонах ароматотерапии больных, перенесших инфаркт миокарда. При этом используются смеси из мяты, березы, подорожника, мать-и-мачехи (В. Ф. Ефремов и соавт., 1985). Для психологической реадaptации используются имитация звуков и запаха леса и луга. Аэрофитотерапия показана для потенцирования эффекта гипносуггестивных методик (А. А. Помогайлов и соавт., 1985).

Недостаточность кровообращения

Причинами сердечной недостаточности являются перегрузки сердца и его отделов, а также метаболические нарушения миокарда. Различают лево- и правожелудочковый варианты сердечной декомпенсации, ее тотальный вариант и три стадии.

При лечении больных с сердечной недостаточностью большое значение имеет соблюдение адекватного режима, диеты с ограничением поваренной соли и жидкости, лечение основного заболевания. Средствами, оказывающими избирательное кардиотоническое действие, являются препараты из растений, содержащих сердечные

гликозиды (виды наперстянки, горицвет, ландыш, виды желтушника, строфант).

Использование сердечных гликозидов более эффективно, если недостаточность сердца сочетается с тахисистолической формой мерцательной аритмии. При активном миокардите, аортальных пороках, стенозе левого предсердно-желудочкового отверстия, перикардитах, тиреотоксикозе гликозиды оказывают более слабое действие.

Из препаратов наперстянки применяют дигитоксин (таблетки по 0,1 мг), гитоксин (таблетки по 0,2 мг), кордигит (таблетки по 0,8 мг; свечи по 1,2 мг), дигоксин (таблетки по 0,25 мг), целанид (таблетки по 0,25 мг), ацетилдигоксин (таблетки по 0,2 мг), лантозид (флаконы по 15 мл).

Эффективность лечения хронической сердечной недостаточности обеспечивается созданием стабильной терапевтической концентрации препарата в крови, что достигается в процессе первой (насыщающей) и второй (поддерживающей) фаз терапии. Существует три метода насыщения препаратом: быстрая, умеренно быстрая и медленная дигитализация. Чаще используют второй метод. Для достижения быстрого терапевтического эффекта в неотложных случаях внутривенно вводят строфантин К, коргликон.

Сердечные гликозиды оказывают сложное влияние на биоэнергетику миокарда. Их небольшие дозы стимулируют натрий-калиевый «насос», повышают содержание катехоламинов в сердечной мышце. Более высокие дозы угнетают функцию калий-натриевого «насоса» и активизируют систему обмена натрия и кальция, способствуя ионотропному эффекту. Кроме усиления и уменьшения времени систолы, сердечные гликозиды удлиняют период диастолы, замедляют предсердно-желудочковую проводимость и усиливают возбудимость сердечной мышцы. При передозировке сердечные гликозиды могут вызывать резкую брадикардию, политопную экстрасистолию, трепетание желудочков и остановку сердца в фазе систолы.

Для профилактики передозировки сердечных гликозидов рекомендуют препараты калия, особенно при одновременном назначении мочегонных средств. При появлении признаков дигиталисной интоксикации сердечные гликозиды необходимо временно отменить и назначить препараты калия (включая поляризирующую смесь или

панангин внутривенно), унитиол, при необходимости — противоаритмические средства.

Фитотерапия при сердечной недостаточности имеет важное значение, так как может положительно влиять на многие звенья нарушенного обмена в миокарде. При сердечной недостаточности применяют растения, большинство которых относится к группе мочегонных — бруснику, толокнянку, хвощ полевой, березу, почечный чай и др. Помимо мочегонного эффекта, эти растения оказывают многостороннее, еще слабо изученное влияние на обменные процессы в тканях. При лечении сердечной недостаточности, вероятно, решающее значение имеет не столько выбор средств лечения, а резидуальные возможности сердечной мышцы, степень «изношенности» миокарда.

При сердечной недостаточности целесообразнее назначать сборы.

№ 83. Плодов можжевельника, листьев березы, корней одуванчика по 1 части.

10 г смеси заливают стаканом горячей воды, настаивают в термосе 2 ч, отжимают, принимают по 200 мл в течение дня глотками.

№ 84. Листьев березы, травы хвоща полевого по 1 части.

Способ приготовления такой же, как у сбора № 83. Принимают по 50 мл в течение дня глотками.

№ 85. Цветков василька синего, плодов петрушки, почек березы, корней девясила, травы почечного чая по 1 части, листьев толокнянки 2 части, листьев трифоля 4 части,

10 г смеси заливают стаканом воды, кипятят 20 мин, настаивают 30 мин, отжимают, принимают по 100 мл 3 раза в день до еды.

№ 86. Листьев толокнянки 3 части, корней солодки, травы хвоща, листьев березы по 1 части, цветков василька синего, листьев брусники по 2 части, плодов шиповника 4 части.

10 г смеси заливают стаканом кипятка, настаивают 2 ч, кипятят 5 мин, отжимают, принимают по 100 мл 2 раза в день до еды.

Курс лечения при сердечной недостаточности не может быть регламентирован. При уменьшении степени недостаточности кровообращения дозу сердечных гли-

козидов можно постепенно уменьшить, а затем и отменить на фоне постоянного приема настоев из растений.

Глава 7. ЗАБОЛЕВАНИЯ ОРГАНОВ ПИЩЕВАРЕНИЯ

При заболеваниях органов пищеварения фитотерапии принадлежит существенная роль. Это связано с тем, что заболевания пищеварительного тракта протекают в основном хронически. Практическое использование фитотерапии показывает, что она наиболее эффективна именно при хронических процессах. При заболеваниях органов пищеварения наиболее часто применяют следующие растения.

Зверобой, трава	Расторопша пятнистая, семена
Подорожник, листья	Репяшок, трава
Ромашка, цветки	Мята, листья
Шиповник, плоды	Календула, цветки
Девясил, корень	Фенхель, плоды
Жостер, плоды	Дуб, кора
Укроп огородный, плоды	Лапчатка, корень
Тмин, плоды	Тысячелистник, трава
Аир, корень	Хвощ полевой, трава
Трифоль (трилистник), листья	Солодка, корень
Крушина, кора	Бессмертник, цветки
Черёда, трава	Душица, трава
Таволга (лабазник), цветки	Черемуха, плоды
Береза, почки, листья	Ревень, корень
Липа, цветки	Смородина черная, листья
Сушеница, трава	Чабрец, трава
Одуванчик, листья, корни	Кровохлебка, корень и др.

Перечисленные растения обладают разнообразными свойствами. Приводим несколько измененную и дополненную классификацию лекарственных растений, используемых в гастроэнтерологии, предложенную Ю. В. Белоусовым и соавторами (1985).

Антимикробные: аир, алоэ, бессмертник, спорыш, зверобой, календула, липа, мята, смородина, сушеница, укроп, фенхель, чабрец, черёда, чистотел, шалфей, шавель конский, эвкалипт.

Болеутоляющие: аир, анис, бузина, спорыш, лен, мята, чистотел.

Вязущие: брусника, горец змеиный, горец перечный, спорыш, дуб, зверобой, земляника, кровохлебка, лапчатка, малина, ольха, смородина, сушеница, шиповник.

Желчегонные: аир, алоэ, береза, бессмертник, брусника, валириана, василек синий, трифоль, девясил, душица, жостер, календула, кассия, крапива, крушина, липа, можжевельник, кукуруза, мята, одуванчик, почечный чай, полынь, ромашка, тмин, тысячелистник, шавель конский.