

ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ И ИХ ФИТОТЕРАПИЯ

Abduraxmanova Dildoraxon Abbasovna

Norin Abu Ali ibn Sino nomidagi

jamoat salomatligi tibbiyot tehnikumi

Fitoterapiya fani o'qituvchisi

Telefon: +998997900367

Лечение препаратами растительного происхождения можно считать уникальным и одним из наиболее востребованных методов терапии испокон веков. Благодаря достижениям науки и практическому опыту применения лекарственных средств фитотерапия – еще и одно из значимых направлений современной медицины, которое благодаря многообразию природных биологически активных соединений позволяет решать всевозможные клинические задачи, предусматривает оптимальное воздействие на организм при любых заболеваниях, соответствуя при этом принципам безопасности.



Доказано, что рациональное применение лекарственных препаратов в терапии заболеваний органов дыхания позволяет существенно повысить эффективность лечебных, профилактических и реабилитационных

мероприятий.

Чаще всего во врачебной практике приходится сталкиваться с инфекционно-воспалительными процессами, которые локализованы в верхних отделах дыхательных путей. Причиной большинства заболеваний ЛОР-органов и ротовой полости – как острых, так и хронических – служат инфекционные агенты.

Фитотерапия при ОРВИ

Так, острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ) могут быть вызваны обширной группой различных вирусов, в т. ч. возбудителями гриппа, парагриппа, адено-, риновирусами и др. При этом ОРВИ часто сопряжены с тяжелыми осложнениями, включая обострение бронхита, синусит, отит, тонзиллит, ревматизм, а также пневмонию. При легкой и средней степени тяжести ОРВИ сопровождаются умеренной интоксикацией, конъюнктивитом, мышечной болью (в продромальном периоде), часто отмечаются ринит, кашель, повышение температуры тела; как правило, показано амбулаторное лечение. Рекомендуются молочно-растительная диета, богатая витаминами, потребление 1,5-2 л жидкости (чай, морс с добавлением меда, фруктовые соки). Как показывает практика, при

ОРВИ можно ограничиться применением фитопрепаратов. При неосложненных вариантах ОРВИ рекомендовано принимать внутрь настои цветков липы (2-3 столовые ложки на 1 стакан кипятка) по 100 мл 2-3 раза в день. Таким же образом можно приготовить чай из сухих плодов и листьев малины, чай с малиновым вареньем. Для полоскания полости рта и горла хорошей альтернативой лекарственным препаратам являются настои цветков календулы, ромашки, бузины черной, листьев шалфея, эвкалипта, травы зверобоя, а также отвары коры дуба, корней дягиля, ольховых шишек. Хороший эффект имеют паровые и холодные ингаляции. Паровые ингаляции можно проводить с картофелем, репой, сосновыми и березовыми

почками, шалфеем, мать-и-мачехой, зверобоем, эвкалиптом, ромашкой, багульником; холодные – с чесноком, хреном, луком [1].

Среди сборов, используемых при ОРВИ, а также при острых воспалительных заболеваниях ЛОР-органов, наиболее эффективными считаются:

- кора ивы, цветки ромашки, липы, плоды шиповника – в равных частях;
- корни солодки – 1 часть; сосновые почки, трава багульника, корни девясила, золотой корень – по 2 части; трава зверобоя, марьин корень – по 3 части; плоды шиповника, корневища аира – по 4 части;
- корни солодки – 2 части; трава душицы, хвоя сосны, корни бадана, плоды кориандра – по 3 части; трава зверобоя, листья малины, цветки календулы – по 5 частей.

Такие сборы рекомендуется принимать в виде настоев по 1/3 стакана 3 раза в день за 15 мин до еды. При первых проявлениях ринита в нос закапывают масло облепихи; масло шиповника; сок алоэ; сок моркови (по 4-6 капель 3-5 раз в день); сок свеклы, можно с медом (1:3); сок моркови с растительным маслом. Продолжительность курса фитотерапии при ОРВИ, как правило, составляет 5-7 дней. При развитии осложнений или предрасположенности к частым ОРВИ – до полного исчезновения симптомов.

Бронхит и фитотерапия При остром бронхите наблюдается воспаление трахеобронхиального дерева без вовлечения паренхимы легких. Заболевание возникает преимущественно в периоды резких колебаний температуры, а также после переохлаждения организма и во время эпидемии гриппа. Причиной развития острого бронхита, как правило, является воздействие инфекционных агентов – вирусов и бактерий (в т. ч. атопической флоры). Нередко острому бронхиту предшествуют другие воспалительные заболевания дыхательных путей, такие как ОРВИ, ринит, синусит, тонзиллит [2]. Ведущие клинические симптомы бронхита – кашель, выделение мокроты и ухудшение общего самочувствия.

Для ингаляций при остром бронхите используются отвары листьев эвкалипта, шалфея, травы чабреца, сосновых почек, а также почек березы (вместе или отдельно). Три столовые ложки измельченного растительного сырья необходимо залить 0,5 л кипятка, смесь вскипятить в чайнике 3-4 мин, затем на носик чайника надеть бумажную воронку и вдыхать пар через рот и нос. Также рекомендуется обильное питье горячих настоев малины, цветков черной бузины, липового цвета. Для полоскания горла используются багульник, аир, зверобой, календула, тысячелистник, череда, чабрец, фиалка (вместе или отдельно). Рецепты приготовления сборов, рекомендуемых как для ингаляций (только настои), так и для приема внутрь (настои и отвары):

- настой (трава зверобоя, цветки ромашки, листья Melissa – в равных частях);

- настой (листья мяты, цветки бузины черной, подорожника – в равных частях);

- настой (трава зверобоя, листья шалфея – по 3 части; цветки ромашки, календулы – по 4 части);

- отвар (трава шалфея – 3 части; кора калины и дуба – по 4 части);

- настой (листья и побеги багульника – 1 часть; трава душицы, мать-и-мачехи – по 2 части). Внутрь настои и отвары необходимо принимать по 1/3 -1/2 стакана каждые 4-5 ч после еды. При бронхите с затрудненным дыханием (при наличии астматического компонента) лучше всего использовать такие сборы:

- отвар (плоды аниса, корни солодки, сосновые почки, листья шалфея – в равных частях);

- настой (плоды аниса – 1 часть; листья мяты перечной, трава душицы и фиалки трехцветной – по 2 части; листья подорожника, цветки календулы, трава череды – по 4 части). О хроническом характере процесса принято говорить, если кашель продолжается не менее 3 мес в году. Развитию хронического бронхита также способствуют курение, загрязненность и загазованность воздуха, злоупотребление алкоголем.

Наиболее характерными признаками хронического бронхита являются кашель и выделение мокроты. При развитии инфекционного процесса в бронхах мокрота приобретает гнойный характер, а при появлении obstructивных нарушений к общим признакам присоединяются одышка и хрипы в легких. Основная задача фитотерапии при хроническом бронхите заключается в расширении бронхов, разжижении и выведении мокроты. Выраженное бронходилатационное действие оказывает настой сосновых почек, который следует принимать по 1/3 стакана 3 раза в день. При бронхитах с небольшим выделением густой, вязкой мокроты необходимо использовать корневища и корни девясила в виде отвара по 1 столовой ложке 4-5 раз в день; при повышенном кашлевом рефлексе и бронхиальной обструкции – траву чабреца в виде настоя или жидкого экстракта. Сборы, которые применяются при хроническом бронхите:

- настой (трава тимьяна обыкновенного, корень алтея – в равных частях; принимать по 1/4 -1/3 стакана 3 раза в день);
- настой (листья подорожника, корень солодки – по 3 части; листья мать-и-мачехи – 4 части; принимать по 1/4 стакана 4-5 раз в день) [3].

Пневмония и фитотерапия

Лечение больных пневмонией должно носить комплексный характер, включать в себя правильный режим, рациональное питание, лекарственную терапию (в т. ч. антибиотики, противовоспалительные и жаропонижающие средства), а также физиотерапевтическое и санаторно-курортное лечение.

При начальной стадии пневмонии, которая может длиться от 12 ч до 3 сут от момента появления симптомов заболевания, рекомендуется использовать следующий сбор:

- трава хвоща полевого, таволги, донника, кора ивы – по 3 части; корень кровохлебки – 2 части; трава зверобоя – 6 частей; корень лапчатки прямостоячей – 4 части; листья шалфея – 5 частей; принимать в виде настоя по 100 мл 6 раз в день. В разгар болезни (от 3 до 10 сут) необходимо

применять сборы, оказывающие бронхорасширяющее, отхаркивающее и бактерицидное действие:

- корень алтея, девясила, почки березы, трава буквицы, цветки липы, календулы, трава чабреца, череды – по 2 части; трава донника, будры, вероники, листья земляники, плоды фенхеля – по 1 части; цветки коровяка – по 3 части; трава зверобоя – по 4 части; корень солодки – от 2 до 6 частей; листья эвкалипта – от 1 до 3 частей;

- плоды можжевельника, корень одуванчика, трава клевера – по 1 части; кора ивы, трава тысячелистника, корневища аира, цветки бузины черной – по 2 части; корень солодки – от 2 до 6 частей; листья и ягоды малины, трава фиалки трехцветной – по 3 части; трава багульника – по 4 части; настой следует выпивать по 1 л/день на протяжении 6 сут. На стадии разрешения заболевания (2-3 нед) рекомендуется использовать сборы, способствующие восстановлению структуры поврежденных тканей. Для ликвидации остаточных явлений используется настой из корня солодки (1 часть); цветков календулы и травы чабреца (по 1,5 части); листьев мать-и-мачехи, подорожника (по 2 части). Настой принимают по 1/4 стакана 4-5 раз в день до еды [4].

Бронхиальная астма и фитотерапия

Основными симптомами бронхиальной астмы (БА) являются приступы удушья, одышка, свистящие хрипы, чувство стеснения в груди и частый кашель. Безусловно, лекарственные растения являются только вспомогательным компонентом лечения БА, основу терапии должны составлять современные фармакологические средства.

При этом полноценное использование потенциала лекарственных растений при БА позволяет решать такие клинические задачи, как проведение эффективной профилактики или снижение частоты приступов удушья; купирование обострения инфекционно-воспалительных процессов; сокращение или полное прекращение приема гормональных средств, их замена фитопрепаратами; уменьшение количества и степени тяжести

осложнений; значительное повышение качества жизни пациентов [5]. Наиболее часто при БА используются такие лекарственные растения: алоэ, алтей, багульник, анис, береза, бузина, девясил, душица, зверобой, ива, крапива, календула, липа, малина, мать-и-мачеха, медуница, можжевельник, мята, пихта, подорожник, репа, рябина, солодка, сосна, спорыш, тысячелистник, фиалка, хрен, хвощ, чабрец, череда, шалфей, шиповник, эвкалипт, эфедра, элеутерококк. Учитывая сложность заболевания и необходимость многостороннего воздействия на организм больного, целесообразно применять следующие сборы лекарственных растений:

- трава чистотела, фиалки трехцветной, горца птичьего, сосновые почки (по 1 части); трава багульника болотного, крапивы двудомной, исландский мох (по 2 части); принимать по 1/4 стакана 4 раза в день перед едой;

- трава тимьяна обыкновенного, льняное семя (по 1 части); плоды аниса обыкновенного (1,5 части); принимать по 1/4 -1/3 стакана 3 раза в день;

- листья мать-и-мачехи, трава чабреца, фиалки трехцветной, корень девясила высокого (в равных частях); принимать по 1/4 стакана 3 раза в день перед едой;

- корень солодки голой, чага (по 1 части); листья подорожника большого, шалфея лекарственного, мяты перечной, цветки пижмы обыкновенной, трава тысячелистника обыкновенного (по 2 части); трава зверобоя продырявленного, багульника болотного (по 4 части); принимать по 1/4 стакана 4 раза в день за 30 мин до еды [6].

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Hamshira jurnali. 2006-yil; 2007-yil; 2008-yil sonlari.

2. L.S. Zalikina. «Bemorlarning umumiy parvarishi». «Abu Ali ibn Sino». 1996-y.
3. M.F. Ziyayeva. «Hamshiralik ishi mutaxassisligi bo'yicha amaliyot standartlari». 2001-y.
4. M.F. Ziyayeva, I.P. Primbetova. «Hamshiralik ishi asoslari» texnikasini o'rgatish usullari. 2003-yil. JICA.
5. Yoshiyo Mori. «Bemorlarning jismoniy faolligini tiklash va rivojlantirish bo'yicha hamshiralalar parvarishining yangi uslublari». Toshkent. 2001-y.
6. Л. Алминда, Д. Селвидж, Д. Христерсен, Т. Умаров. Руководство для преподавателей сестринского дела и практических медицинских сестер. Абу Али ибн Сино. 2002 г.