



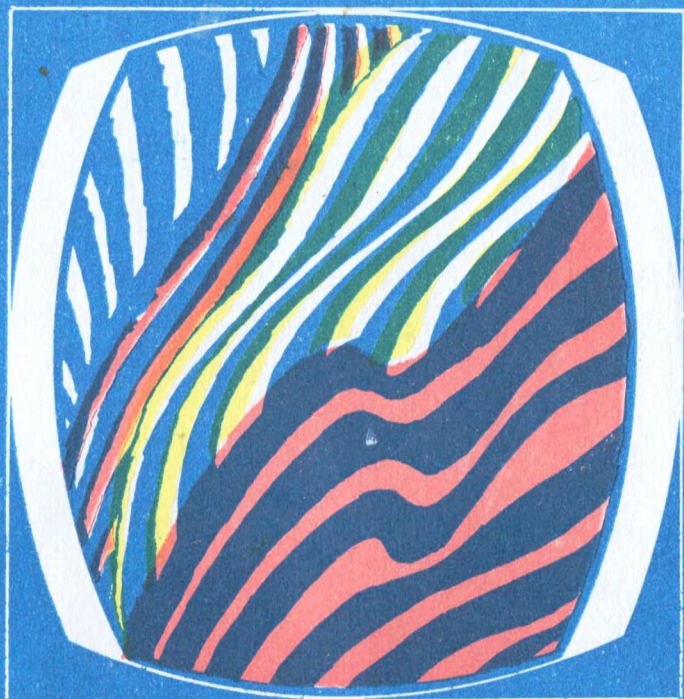
Новое
в жизни,
науке,
технике

Н.Л.Меньшикова
А.И.Чистякова

ФИТОТЕРАПИЯ В ПЕДИАТРИИ

Подписная
научно-
популярная
серия

8 '90



МЕДИЦИНА

ЗНАНИЕ

НОВОЕ В ЖИЗНИ, НАУКЕ, ТЕХНИКЕ

ПОДПИСНАЯ НАУЧНО-ПОПУЛЯРНАЯ СЕРИЯ

МЕДИЦИНА

8/1990

Издается ежемесячно с 1967 г.

Н. Л. Меньшикова,
А. И. Чистякова,

кандидаты медицинских наук

ФИТОТЕРАПИЯ

В ПЕДИАТРИИ

(ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ — ДЕТАМ)



Издательство «Знание» Москва 1990

ББК 57.3
М51

МЕНЬШИКОВА Наталья Львовна — кандидат медицинских наук, ассистент кафедры детских болезней Челябинского государственного института.

ЧИСТЯКОВА Альбина Ильинична — кандидат медицинских наук, доцент Ленинградского государственного института усовершенствования врачей им. С. М. Кирова,

Редактор: **ПОЛИКАРПОВ А. И.**

СОДЕРЖАНИЕ

Актуальные вопросы фитотерапии в педиатрии	3
Лекарственное сырье, формы применения, дозировка	7
Фитотерапия при заболеваниях органов дыхания	13
Фитотерапия хронических гастритов и гастродуоденитов	23
Фитотерапия в лечении и профилактике язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки	29
Фитотерапия заболеваний печени и желчевыводящих путей	36
Фитотерапия заболеваний кишечника	46

Меньшикова Н. Л., Чистякова А. И.

М51 Фитотерапия в педиатрии (Лекарственные растения — детям). — М.: Знание, 1990. — 64 с. — (Новое в жизни, науке, технике. Сер. «Медицина»; № 8).

ISBN 5-07-000754-8

15 к.

Широкое применение лекарств, синтезированных в промышленных условиях, вызывает многочисленные нежелательные явления в организме, особенно в детском. Вот почему врачи все чаще обращаются к лечебным препаратам, созданным на основе природных факторов. Авторы брошюры рассказывают о возможностях фитотерапии в исцелении маленьких пациентов.

Рассчитана на широкий круг читателей.

4108170000

ББК 57.3

ISBN 5-07-000754-8

© Н. Л. Меньшикова,
А. И. Чистякова, 1990 г.

АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ФИТОТЕРАПИИ В ПЕДИАТРИИ

Интерес к фитотерапии в последние годы возрос. Возврат к фитотерапии в конце нашего века, века всемогущей химии, парадоксален. Но это не случайность.

Появился ряд обстоятельств, подтверждающих целесообразность древнего метода лечения наряду с другими методами народной медицины, получившими в последние годы права гражданства. Назовем лишь несколько проблем: лекарственные болезни, профилактика и лечение аллергических заболеваний, возможности широкого использования лекарственных растений для профилактики обострения хронических заболеваний, а также большие перспективы изучения и использования их в клинике.

Часто не обоснованное применение химиотерапевтических препаратов приводит к развитию многообразных осложнений в организме ребенка. Частота лекарственных осложнений у детей составляет около 7%. Не обоснованное, не контролируемое применение жаропонижающих средств, антибактериальных и других препаратов нередко вызывает появление у ребенка разнообразных осложнений. При этом во многих случаях для лечения больного необходим лишь покой, рациональное питание и питьевой режим, симптоматическое лечение, включающее фитотерапию, а также время.

На консультативные приемы постоянно направляют детей, страдающих хроническими болезнями и имеющих непереносимость ко многим лекарствам.

Во многих случаях только фитотерапия может оказать положительный эффект и способна уменьшить осложнения химиотерапии. Лекарственные растения обладают способностью к выведению токсических веществ и продуктов метаболизма за счет диуретического действия большинства из них, они могут повышать антитоксическую функцию печени, стабилизируют мембраны

клеток желудочно-кишечного тракта, обладают антиоксидантным и другим действием.

В литературе нет определенных сведений о частоте осложнений от применения лекарственных растений. По мнению зарубежных фитотерапевтов, они минимальны для большинства растений, включенных в фармакопею. По нашим данным, частота лекарственных осложнений у детей при лечении растениями не превышает 0,5%, при этом мы ни разу не имели тяжелых осложнений. Хотя настороженность должна быть. Описываемые в литературе случаи отравлений связаны с использованием сильнодействующих и ядовитых растений, которые не должны применяться в детской практике.

Большинство больных детей, направляемых из лечебно-профилактических учреждений для проведения фитотерапии, — это пациенты с аллергическими заболеваниями, которые длительно и безуспешно лечились общепринятыми методами химиотерапии. Родители многих из них прошли длинный путь спасения своего ребенка, неоднократно и безуспешно обращались к педиатрам для получения рекомендаций по фитотерапии. К сожалению, многие врачи были некомпетентны в этом вопросе.

До сих пор сохраняется мнение, что применение лекарственных растений у детей с аллергическими заболеваниями противопоказано. Наш опыт позволяет по иному взглянуть на эту проблему и предвидеть перспективы в изучении и использовании фитотерапии. Вопрос этот, правда, не простой.

В 1984 г. в Киото (Япония) состоялся XVII Международный конгресс терапевтов, на котором были представлены доклады по лечению бронхиальной астмы сборами лекарственных растений. Это свидетельствует о большом интересе врачей к фитотерапии, тем более что народная медицина традиционно использовала травы для лечения бронхиальной астмы у взрослых и детей.

Использование фитотерапии в проблеме неизлечимых болезней (в частности, онкологических) также может приобретать определенное значение. В настоящее время фитотерапия не имеет эффективных способов лечения этих заболеваний, но она способна оказать положительное действие: уменьшить токсическое действие химиопрепаратов, нормализовать функции органов и систем, повысить общую иммунобиологическую защиту. ,

Следует заметить, что из растений получены многие препараты для лечения злокачественных заболеваний (винкристин, колхицин и др.). Анализ литературных источников двух последних столетий позволяет обратить внимание на указания о лечебном действии растений при многих заболеваниях, которые не имеют эффективных методов лечения и в настоящее время. Однако в связи с тем, что многие растения не входят в фармакопею СССР и мало изучены, эти сведения остаются непроверенными. Опыт народной медицины, накопленный столетиями, должен найти соответствующее место в современной медицине.

Фитотерапия заслуживает внимания и в плане ее использования для профилактики острых заболеваний и реабилитации больных с хронической патологией. Внимание врачей пока привлечено больше к лечению, чем к профилактике заболеваний. Необходима активизация мер профилактики с осуществлением комплексной программы, включающей решение экологических проблем, рационального труда, отдыха, питания, широкого использования физкультуры, закаливания и т. п. Здесь имеются возможности и для использования фитотерапии.

Лечение растениями выдержало длительную многовековую проверку в клинике. Могучий инстинкт жизни, а потом и эмпирические навыки помогли человеку найти нужные целебные травы, определить доброкачественность природных пищевых продуктов задолго до знания их химического состава. Это древнейший, но не устаревший способ лечения. Широта терапевтического действия, минимальное побочное действие, богатство химического состава растений постоянно привлекали внимание ученых. Задача сегодня состоит в изучении растений на современном уровне знаний.

Сложность применения фитотерапии заключается в том, что далеко не всегда известно действие лекарственных растений на молекулярном уровне (в сравнении с химиотерапией, когда механизм действия препаратов изучен более тщательно).

Медицина должна изыскивать средства для лечения той или иной болезни, иной раз не дожидаясь, пока наука установит причины и природу заболевания, а также природу целебной силы лекарственного растения. Еще Гиппократ учил, что врач не должен отказываться от

применения полезного лекарства лишь только потому, что он не знает механизма его действия.

Состоявшаяся в 1984 г. Всесоюзная конференция по проблеме лекарственных ресурсов и их использованию следующим образом определила роль лекарственных растений:

на начальных стадиях заболевания растительные препараты могут оказаться ведущими средствами лечения ввиду более мягкого их действия и малой токсичности;

в разгар заболевания они важны для поддержания защитных сил организма, усиления эффекта основных лекарственных средств, уменьшения их побочного действия;

они играют значительную роль на этапе реабилитации в плане поддерживающей терапии, особенно при хронических заболеваниях.

Назначая лекарственные растения для лечения детей, педиатрам следует придерживаться следующих правил:

1. Лекарственные растения следует назначать ребенку индивидуально с учетом их терапевтического действия.

2. При назначении фитотерапии необходимо учитывать не только основное, но и сопутствующие заболевания.

3. В начале лечения целесообразно использовать отдельные лекарственные растения или сборы из 2—3 растений, а в дальнейшем (особенно при хронических заболеваниях) сборы сложного состава.

4. Принцип составления сборов для детей сохраняется общепринятый — по терапевтической целесообразности.

5. Лечение лекарственными растениями требует длительного периода их применения, особенно в случаях хронического течения заболевания.

6. При хронических заболеваниях необходимы профилактические курсы фитотерапии, которые назначаются в периоды сезонного обострения заболевания, а также после интеркурентных заболеваний (особенно острых респираторных и детских инфекций).

7. При назначении фитотерапии следует обязательно уточнить анамнез о возможной ранее непереносимости некоторых растений (особенно у детей с аллергическими заболеваниями). Необходим контроль за лече-

нием и в плане оценки его эффективности, а также возможных реакций.

8. При появлении клинических симптомов непереносимости лекарственного растения (тошнота, рвота, зуд, расстройство стула) его применение следует прекратить.

9. В детской практике нельзя использовать сильнодействующие лекарственные растения, а также те, которые в больших дозах могут вызвать токсическое действие (например, высокие концентрации и длительное применение травы багульника, пижмы, зверобоя).

10. Использование фитотерапии требует от педиатра знания основ терапевтического действия каждого лекарственного растения, его дозировку и побочный эффект.

ЛЕКАРСТВЕННОЕ СЫРЬЕ, ФОРМЫ ПРИМЕНЕНИЯ, ДОЗИРОВКА

Лекарственным сырьем могут быть все части растения. Вещества, вырабатываемые растениями и применяемые в медицине, распределяются в различных частях растений неравномерно. Кроме того, их количества колеблются на протяжении всего вегетативного периода, поэтому собирать следует определенные части растения в строго установленные сроки. В надземных частях растений — стеблях, листьях, цветках — содержание действующих веществ достигает максимума в период цветения и в начале плодоношения, в плодах — в период созревания, в корневищах, корнях, корнеплодах — после увядания надземной части растений, в почках — в период их набухания.

Почки собирают ранней весной (март — апрель), когда они набухли, но еще не тронулись в рост. Используются почки сосны, березы.

Кора собирается весной в период сокодвижения с молодых ветвей и кустарников. Используется кора дуба, крушины, ивы, березы.

Листья собирают во время цветения. Однако у ряда растений листья зимующие. Их собирают ранней весной или поздней осенью (толокнянка, брусника). У некоторых растений листья появляются после цветения (мать-и-мачеха).

Травы собирают до начала или во время цветения. Растения срезают на уровне нижних листьев.

Цветы собирают перед началом или во время цветения растения. Иногда целебнее соцветия (ромашка, клевер, календула).

Плоды лучше брать созревшими, неповрежденными (как и семена).

Ягоды (чернику, клюкву, рябину и др.) и ложные плоды (боярышник, можжевельник) собирают в сухую погоду.

Корни, корневища, клубни, луковицы заготавливают поздней осенью, некоторые — ранней весной.

Надземные части растения — в сухую погоду, когда они обсохнут от росы. Заготовку подземных органов растения можно производить и в сырую погоду, но необходимо отмыть их в проточной воде.

Важную роль в сохранении лекарственных свойств играет правильная сушка растений, она обеспечивает хорошее качество сырья. Собранные следует сразу же начать сушить, обычно в тени на воздухе или в хорошо вентилируемых помещениях.

Корни, корневища, плоды сушат вблизи отопительных приборов, в духовках, печах при невысокой температуре (50—60°C). Лекарственное сырье после сушки не должно потерять свой естественный вид, аромат. Высушенные растения хранятся в бумажных пакетах, коробках, мешках из ткани в сухих, проветриваемых местах. Не годятся закрытые банки, полиэтиленовые пакеты: это ухудшает качество и целебные свойства растений.

Содержание активно действующих веществ растения зависит от сроков хранения, после которого фармакологическая активность значительно снижается: для трав, цветов, листьев — от 1 года до 3 лет, корней — от 1 года до 3—5 лет. При сборе лекарственных растений в домашних условиях следует ориентироваться на сроки хранения, опубликованные в соответствующих справочниках.

Врач при назначении фитотерапии в домашних условиях должен определить пригодность лекарственного сырья, объяснить форму его приготовления и дозировку. Потому что нередко случается, что вместо одного растения собрано другое, а купленное на рынке может быть совсем неизвестным.

Можно себе представить эффект «лечебного» действия, а иногда и возможные побочные реакции от применения незнакомых растений. Особенно это опасно для детей. В детской практике широко используются соцветия ромашки, но в природе произрастают и ядовитые виды, так что при всех сомнительных случаях необходимо уточнить пригодность сырья в аптеке.

Следует избегать сбора растений вблизи автомобильных дорог, в черте города, в местах свалок промышленных отходов. Запрещается сбор растений в местах применения ядохимикатов, избытка химических удобрений, в зоне промышленных и сельскохозяйственных предприятий, загрязняющих окружающую среду.

Не надо собирать растения, занесенные в Красную книгу, чтобы сохранить в природе эти редкости, тем более что в лечении чаще всего их можно заменить другими.

Лекарственные растения выпускает фармацевтическая промышленность в виде готовых официальных препаратов. Это экстракты сухие, густые и жидкие, настойки, диализаты, соки. Порошковые формы (дисперты) у нас применяются редко, но эта лекарственная форма широко используется в тибетской народной медицине.

Настойки представляют собой вытяжку из сухого растительного сырья на спирту, разведенном водой. В детской практике используются настойки на 40°-ном спирте, приготовленные по фармацевтической технологии. Многие десятилетия используют для лечения детей 10%-ные настойки (мята, валериана, пустырник). Однако в последние годы в связи с антиалкогольной пропагандой этот вопрос дебатруется. По нашему мнению, лечение настойками возможно: доза спирта, полученная ребенком за сутки, невелика. Для сравнения вспомним, что этиловый спирт имеется во многих продуктах: яблоках — до 0,1%, в винограде и плодово-ягодных соках — 0,3—0,5%. Содержится он и в продуктах, полученных брожением (хлебе, сыре, молочнокислых продуктах). Этанол является естественным метаболитом и постоянно образуется в печени, желудочно-кишечном тракте человека (в том числе и ребенка). Концентрация его в крови составляет 0,03—0,015%. Обычно применяемая доза лечебной настойки для детей составляет 1 каплю на год жизни на прием; она не может существенно

увеличить физиологическую концентрацию этанола в организме. Согласно исследованиям ученых, влияние этанола на организм проявляется при его концентрации в крови 0,2—0,3 г/л (0,02—0,03%). Алкоголизм у детей развивается не от применения лечебных препаратов, содержащих алкоголь, а от других причин, чаще социальных.

Для лечения детей следует использовать готовые официальные настойки, выписываемые по рецептам лечащего врача.

Экстракты представляют собой сгущенные вытяжки из лекарственного сырья. По консистенции они бывают жидкими (экстракт элеутерококка, левзеи), густыми (фитолизин), сухими (экстракт валерианы, бессмертника). Экстракты готовятся по фармацевтической технологии, что позволяет достичь полного извлечения химических веществ из растительного сырья и улучшить их дозировку.

Растительные соки также используются с лечебной целью. Широко известны питательные свойства свежих фруктов и овощных соков, богатых витаминами, минеральными солями, органическими кислотами, ферментами, сахарами и другими веществами. Для лечения при простудных заболеваниях используют соки клюквы, брусники, малины; при заболеваниях желудочно-кишечного тракта — соки фруктовые, капусты, алоэ, подорожника; при малокровии — сок крапивы, граната, свеклы, моркови.

В зависимости от времени года хороши соки из свежих овощей, фруктов, ягод, лекарственных растений, а также соки консервированные, которые могут использоваться в зимнее и весеннее время года. Полученный сок содержит все водорастворимые компоненты лекарственного растения. Употребление его можно подсластить, добавляя мед, сахар, варенье.

Наиболее часто лекарственные растения применяют как водные экстракты — чаи, которые в зависимости от характера сырья и свойств активных веществ готовят в виде настоев и отваров. При этом сухое растительное сырье следует измельчить до размеров 0,3—0,5 см.

Настои готовят холодным и горячим способами. Для приготовления холодным способом сырье заливают кипяченой водой комнатной температуры и настаивают в течение 6—8 часов, после чего фильтруют. Так готовят настои, содержащие слизи (например, корни алтея,

льняное семя, семя айвы). Горячий способ: растительное сырье заливают кипятком и настаивают на водяной бане около 30 минут, затем процеживают.

Отвары готовят из клубней, корней, корневищ, коры. Сырье заливают кипятком и подвергают кипячению от 10 до 30 минут, затем медленно остужают, процеживают.

Необходимо заметить, что в литературе имеется много способов приготовления настоев и отваров. Удобен способ приготовления настоя горячим способом в термосе, когда сырье заливается кипятком и через 1—2 часа фильтруется. Таким способом целесообразно готовить витаминные чаи.

Мы, исходя из собственного опыта, рекомендуем родителям следующий способ приготовления: сухое измельченное сырье засыпается в фарфоровый чайник, заливается кипятком и нагревается на медленном огне до закипания, затем чайник укутывается полотенцем и настаивается от 2 до 8 часов. Лучше заваривать вечером: утром будет готовый настой. Необходимая его порция процеживается перед употреблением. Такой настой ароматен, достаточно полно экстрагируются лечебные компоненты растения. Принимать настои и отвары следует за 10—15 минут до еды в теплом виде. Сохраняются они при комнатной температуре в течение суток, а в холодильнике — 2 суток.

Для детей готовятся 1%-ные, 3%-ные, 5%-ные отвары и настои. Эти концентрации выбираются индивидуально в каждом конкретном случае и зависят от возраста ребенка, характера и периода заболевания, фармакологической активности лекарственного сырья. Для детей до 3 лет готовят 1—3%-ные отвары и настои, а старшим детям — 3—5%-ные концентрации.

В остром периоде болезни назначают более высокие концентрации, а с профилактической целью — меньшие. Из одного и того же сырья можно приготовить разный объем отвара и настоя. Здесь важна суточная доза сырья, рекомендуемая, принимая во внимание возраст. Например, суточная доза листьев брусники для ребенка 10 лет составляет 3 г. Из этого количества можно приготовить 1%-ный и 3%-ный отвар (3 г на 300 мл или на 100 мл воды). Суточная доза приготовленного отвара распределяется равномерно в 3—4 приема.

Большее количество жидкости в отваре и настое ис-

пользуется в лечении детей с острыми респираторными заболеваниями (особенно с выраженной температурной реакцией), а также при инфекционно-воспалительных заболеваниях мочевыделительной системы, желудочно-кишечного тракта. Ограничивается жидкость при поражениях сердечно-сосудистой системы, гломерулонефритах. Когда ребенок не любит пить и по характеру болезни нет необходимости в увеличении объема жидкости, готовят концентрированные отвары и назначают их в меньшем объеме.

Для лечебных ванн берут 30—50 г сухого лекарственного сырья и готовят отвар объемом 1—2 л. Полученное процеживают в ванну с температурой воды 37—38°. Продолжительность лечебной ванны — от 10 до 15 минут, курс — от 5 до 10 ванн. Для детей используют лечебные ванны из хвои сосны, листьев березы, травы череды, коры дуба и т. д.

Сложным остается вопрос о дозировке различных лекарственных форм из растений. Для готовых официальных препаратов дозировка указана в соответствующих руководствах (хотя для детей доза не всегда определена). При расчете дозы лекарственного сырья можно использовать рекомендации болгарских фитотерапевтов: взрослым — 1 доза; детям от 7 до 14 лет — $\frac{1}{2}$ дозы взрослого; от 4 до 7 лет — $\frac{1}{3}$; от 3 до 4 лет — $\frac{1}{6}$ — $\frac{1}{4}$; 2 лет — $\frac{1}{8}$ — $\frac{1}{10}$; 1 года — $\frac{1}{12}$ — $\frac{1}{8}$ дозы взрослого.

Суточная доза целебного сырья для взрослого обозначена на упаковке лекарственного сырья, которое приобретает в аптеке, или может быть уточнена в справочной литературе или в фармакопее СССР. Лекарственные растения, не содержащие сильнодействующих веществ, назначают для взрослого в суточной дозе от 6 до 10 г. Для определения веса сухого сырья можно принять во внимание, что столовая ложка (без верха) цветов, листьев, травы соответствует в среднем 4—5 г, корней, коры, плодов — 6—8 г.

Мы рекомендуем для детей готовить настои и отвары в следующей суточной дозе сухого лекарственного сырья: до 1 года — $\frac{1}{2}$ —1 чайная ложка; от 1 года до 3 лет — 1 чайная ложка; от 3 до 6 лет — 1 десертная ложка; от 6 до 10 лет — 1 столовая ложка; старше 10 лет и взрослым — 1—2 столовые ложки сырья.

В некоторых случаях доза сырья может быть увеличена.

В детской практике не следует использовать сильнодействующие лекарственные растения.

Одним из методов фитотерапии является применение лекарственных сборов. Они представляют собой сочетание нескольких лекарственных растений. В выборе терапевтического эффекта растений помогают классификации лекарственных растений, которые будут представлены ниже.

Используют лекарственные сборы из 3—5 лекарственных растений, и формируются они индивидуально для каждого больного ребенка. Необходима определенная осторожность в применении сборов, которые широко публикуются в популярной литературе. По нашему мнению, многие из опубликованных сборов составлены по случайным признакам и не могут оказать терапевтического эффекта.

Из официальных лекарственных сборов, выпускаемых отечественной фармацевтической промышленностью, заслуживают внимания для детей ветрогонный сбор, успокоительный, диуретический, грудные чаи № 1, 2, 3, 4 и витаминные. Часть сборов, которые мы используем, будет представлена в соответствующих разделах брошюры. Способы приготовления настоев и отваров из лекарственных сборов те же, что и для отдельных растений. Прием сборов наиболее целесообразен больным с хроническими заболеваниями или с тяжелым их течением. Длительность применения индивидуальна и зависит от характера заболевания, эффективности лечения. Контроль со стороны педиатра за применением лекарственных сборов обязателен.

ФИТОТЕРАПИЯ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ

Заболевания органов дыхания у детей занимают первое место. Ребенок дошкольного возраста в среднем 2—3 раза в год переносит респираторные инфекции. Однако имеется группа ослабленных детей, которые 5—6 и более раз за год переносят эти инфекции. Не уменьшается в последние годы и частота хронических и рецидивирующих заболеваний дыхательных путей. Общая иммунобиологическая защита организма детей снижается. Нарастают внешние вредные факторы (ухудшение

экологии, несбалансированное питание, широкое использование химических препаратов в быту и для лечения). В связи с этим поиск методов терапии и профилактики щадящими способами особенно важен. Противопоставление различных методов лечения необоснованно. Ясно, что в разгар острой пневмонии успех лечения решает антибиотикотерапия, а затем неоценимую помощь может оказать фитотерапия (особенно на этапах реабилитации ребенка в домашних и санаторных условиях).

Врач оценивает в каждом конкретном случае объем фитотерапии, выбирает лекарственную форму, определяет дозировку, длительность курса лечения в динамике наблюдения за больным, оценивает эффективность фитотерапии. Некоторая осторожность требуется в применении лекарственных растений у детей с аллергическими заболеваниями дыхательных путей. Необходим контроль за реакцией больного на первую ингаляцию, первые приемы внутрь отваров, настоев из растений. По нашему опыту, эти реакции минимальны. Следует помнить, что при работе с сухим лекарственным сырьем (измельчение, смешивание и др.) может возникнуть у ребенка кашель, насморк, и поэтому после работы с сырьем необходимо сделать влажную уборку помещения. На запах цветов, пыльцу растений возможны аллергические реакции и даже развитие поллиноза, который успешно лечится той же пылью растений.

Классификация лекарственных растений по терапевтическому действию при бронхолегочных заболеваниях:

Противовоспалительные:

береза (лист, почки);	зверобой (травя);
календула (цветы);	липа (соцветия);
мать-и-мачеха (лист),	шалфей (травя);
девясил (корень);	кипрей (травя);
солодка (корень);	хвощ полевой (травя);
фиалка трехцветная (травя);	череда (травя);
ромашка аптечная (соцветия);	бузина черная (цветы).

Спазмолитические:

ромашка аптечная (соцветия);	мята перечная (лист),
багульник болотный (травя):	укроп (семя);
душица (травя);	элеутерококк (корень);
солодка (корень);	валериана (корень);
красавка (травя);	чабрец (травя).

Антисептические:

календула (соцветия);	зверобой (травя);
сосна (почки, хвоя);	девясил (корень);
ромашка (соцветия);	чистотел (травя);
подорожник (лист);	багульник (лист);
можжевельник (плоды);	береза (почки, лист);
шалфей (травя);	эвкалипт (лист);
мята перечная (лист);	чабрец (травя).

Противовирусные:

лук репчатый;	чеснок.
---------------	---------

Антиаллергические:

береза (лист, сок);	солодка (корень);
ромашка трехцветная (травя);	череда (травя);
ромашка аптечная (соцветия);	бадан (корень).

Отхаркивающие:

багульник болотный (лист);	инжир (плоды);
копытень европейский (лист);	коровяк лекарственный (цветы);
аир (корень);	алтей лекарственный (корень);
анис обыкновенный (плоды);	девясил (корень);
мать-и-мачеха (лист);	лук репчатый;
подорожник (лист);	медуница лекарственная (травя);
солодка (корень);	термопсис (корень);
буковица лекарственная (травя);	чабрец (травя).

Жаропонижающие и потогонные:

береза (лист);	брусника (лист, плоды);
василек полевой (соцветия);	клюква (плоды);
таволга вязолистная (травя);	липа (соцветия);
малина (плоды, лист, ветки);	мать-и-мачеха (лист);
ромашка аптечная (соцветия);	бузина черная (цветы);
череда (травя);	солодка (корень);
цикорий (корень);	хвощ полевой (травя).

Повышающие иммунобиологическую защиту организма
адаптогены: элеутерококк, аралия,
женьшень, заманиха, лимонник, золотой корень, левзея

Витаминные комплексы содержат:

крапива (травя, лист);	брусника (лист, плоды);
шиповник (плоды);	рябина красная (плоды);
смородина черная (плоды, лист);	земляника лесная (плоды);
черника (плоды);	ежевика (плоды, лист);
одуванчик (весенний лист);	первоцвет весенний (лист).

Лекарственные растения для ингаляций. Наиболее эффективны ингаляции, которые проводятся с помощью ингаляционных аппаратов, позволяющих создавать мел-

кодисперсные формы аэрозолей и способствующих повышению химической активности и электрического заряда мельчайших частиц лекарственного вещества. Отечественные аэрозольные аппараты АИ-1, Э-62 создают аэрозоли с дисперсностью 10—13 мкм. Ультразвуковые ингаляторы УЗИ-3, УЗИ-4 создают дисперсность 5—0,5 мкм, что позволяет лекарственным веществам достигать бронхиол и альвеол и производить контакт лекарственного вещества с большой поверхностью легких.

Часто используются паровые ингаляции над кипящим отваром, однако этот метод небезопасен. Удобен способ ингаляций над термосом: в него засыпается 1—2 столовые ложки измельченного растительного сырья и заливается кипятком в количестве 150—200 мл, через 3—5 минут ингалируют пары лекарственного настоя. Удобно воспользоваться пластмассовой воронкой, широкая часть которой накладывается на термос, а узкую часть ребенок берет в рот и вдыхает пары. При этом взрослые обязательно поддерживают термос, чтобы ребенок не опрокинул его и не получил ожог горячим настоем.

Частота ингаляций от 2 до 4—6 в сутки. Каждый раз целесообразно готовить свежий отвар трав (эфирные масла растений быстро улетучиваются).

Аэрозольные ингаляции при болезнях органов дыхания могут оказывать различное действие: антисептическое, противовоспалительное, бронхоспазмолитическое, они способствуют разжижению и эвакуации мокроты, улучшают функцию мерцательного эпителия.

Для ингаляций применяются лекарственные растения, содержащие эфирные масла. Наибольшей активностью обладают эфирные масла мяты, багульника, базилика, девясила, дягиля, Melissa.

Используются также следующие лекарственные растения: календула, мята перечная, ромашка аптечная, Melissa, шалфей, эвкалипт, чабрец, береза, подорожник.

Для ингаляций применяют 5—10%-ные отвары вышеуказанных растений. Ингаляции могут быть теплыми и холодными. Продолжительность первой ингаляции 1—2 минуты и при хорошей переносимости впоследствии — до 5—10 минут.

Могут использоваться готовые официальные препараты из растений: масла, настойки, соки.

Масла: эвкалипта, мяты перечной.

Настойки: календулы, эвкалипта, шалфея, мяты, зверобоя.

Они используются в разведении с кипяченой водой или изотоническом растворе хлорида натрия. Для этого к 2—4 мл растворителя добавляется 15—20 капель масла или настойки. Продолжительность ингаляций 10—15 минут. При отсутствии ингалятора масла и настойки в количестве от 15 до 30 капель добавляются в кипящую воду или в термос с кипятком, и проводится ингаляция паровая.

Соки подорожника, каланхоэ являются готовыми лекарственными формами, их изготавливают из листьев растений с последующей консервацией. Показаниями для применения соков являются острые заболевания дыхательных путей: риниты, синуситы, фарингиты, бронхиты, пневмонии. Сок подорожника, помимо этих заболеваний, назначается для ингаляций больным бронхиальной астмой. На одну процедуру используется от 1 до 2 мл сока. Ингаляции проводятся холодным способом через ингаляторы. Курс лечения 10—12 дней, в течение дня проводится 2—3 ингаляции.

Растения при заболеваниях органов дыхания.

Мать-и-мачеха. Используются листья и цветочные корзинки.

Действие и применение: растение обладает противовоспалительным, потогонным, отхаркивающим действием, усиливает секрецию бронхиальных желез, разжижая секрет. Применяется при острых заболеваниях верхних дыхательных путей, бронхитах, пневмонии, бронхиальной астме. Свежий сок используется для лечения синуситов.

Способ применения: отвар из 5 г на 200 мл для детей в дозе от 15 до 50 мл 4—5 раз в сутки.

Сосна обыкновенная. Используются почки, хвоя молодых веток, пыльца, живица.

Действие и применение: почки сосны обладают потогонным, отхаркивающим, антибактериальным действием. Настой, отвар, настойка сосновых почек испытанное отхаркивающее и антисептическое средство при простудных заболеваниях. Хвойные ванны применяются как успокаивающее средство при заболеваниях нервной системы.

Способ применения: отвар почек сосны готовят из

5 г на 200 мл для детей в дозе от 5 до 15 мл 3—4 раза в сутки.

Сироп из почек сосны готовится так: 50 г почек заливают в термосе 200 мл кипятка, настаивают 2 часа, процеживают, добавляют 300—500 г сахара и варят сироп, который дают детям от 5 до 15 мл от 3 до 6 раз в сутки.

Душица обыкновенная. Используются верхушки травы с цветами.

Действие и применение: настой душицы обладает отхаркивающим, потогонным, успокаивающим действием, улучшает пищеварение за счет увеличения секреции желчи и желудочного сока. Применяется при острых и хронических бронхитах, коклюше. Душица применяется при геморрагических заболеваниях, эпилепсии.

Способ приготовления: отвар или настой травы душицы готовят из 5 г на 200 мл и дают детям от 15 до 30 мл 3—4 раза в день.

Чабрец. Используются цветущие облиственные веточки.

Действие и применение: трава чабреца обладает антисептическим, отхаркивающим, успокаивающим, противовоспалительным действием, улучшает движение реснитчатого эпителия дыхательных путей. Применяют чабрец при заболеваниях верхних дыхательных путей, бронхитах, пневмонии, бронхиальной астме, бронхоэктатической болезни, коклюше. Используют как успокаивающее, потогонное, аппетитное средство, а также для приготовления ароматических ванн.

Способ приготовления: настой готовится из 5 г на 200 мл и дают детям от 5 до 15 мл 4—5 раз в сутки.

Багульник болотный. Действие и применение: эфирное масло багульника обладает выраженным антибактериальным, отхаркивающим и местным раздражающим действием. Применяют для лечения синуситов, бронхитов, коклюша и как потогонное средство. В раннем детском возрасте его применение должно быть ограничено в связи с возможным токсичным действием. Лучше использовать в сборе с другими растениями.

Способ приготовления: настой или отвар из 3 г на 200 мл для детей в дозе от 5 до 15 мл на прием 3 раза в день.

Капли в нос при рините, синусите готовятся в домашних условиях, для этого берут 5 г багульника и

100 мл растительного масла и кипятят на водяной бане в течение 30 мин, остужают, фильтруют. Назначают по 2—3 капли в обе половинки носа 3—4 раза в день.

Липа сердцевидная. Используются соцветия с прицветниками (липовый цвет).

Действие и применение: настой липового цвета обладает потогонным, жаропонижающим, противовоспалительным, умеренным бактерицидным и диуретическим действием. Используется при простудных заболеваниях, ангинах, заболеваниях желудочно-кишечного тракта, неврозах у детей. Входит в состав лекарственных сборов.

Способ приготовления: отвар или настой соцветий липы готовят из 5—10 г на 100 мл для детей в дозе $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$ стакана 2—3 раза.

Малина обыкновенная. Используются ягоды, лист, ветки.

Действие и применение: плоды малины, лист и ветки обладают потогонным, противовоспалительным, жаропонижающим действием. Применяются при простудных заболеваниях, гриппе, ангине, при желудочно-кишечных заболеваниях. Входят плоды в состав многих сборов. Плоды и листья малины содержат много аскорбиновой кислоты (от 40 до 260 мг %) и могут применяться как витаминное средство.

Способ приготовления: отвар из ягод, листьев, веток из 10—20 г на 200 мл дают детям в дозе $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$ стакана 2—3 раза в день.

Анис обыкновенный. Используется семя.

Действие и применение: семя аниса обладает хорошим отхаркивающим и слабым антисептическим действием, стимулирует секрецию желез желудочно-кишечного тракта и лактацию у кормящей матери.

Способ приготовления: отвар аниса из 2 г на 200 мл дают детям от 5 до 15 мл через каждые 2—3 часа.

Препарат: нашатырно-анисовые капли назначают детям на сахаре в дозе по 1 капле на год жизни ребенка на прием 3—4 раза.

Исландский мох. Используют все растение (лишайник).

Действие и применение: обладает выраженным антисептическим, общеукрепляющим действием. Используют при хронических заболеваниях дыхательных путей, при коклюше, туберкулезе, для повышения аппетита у ослабленных детей.

Способ приготовления: отвар или настой из 10 г на 200 мл принимать детям от 10 до 30 мл 4—6 раз в сутки.

Девясил высокий. Используется корневище с корнями.

Действие и применение: корень девясила обладает отхаркивающим, противомикробным, желчегонным, мочегонным, противовоспалительным действием. Стимулирует активность реснитчатого эпителия дыхательных путей. Применяется при различных острых и хронических заболеваниях дыхательных путей: бронхиты, пневмонии и др., а также при инфекционно-воспалительных заболеваниях мочевыделительной и желчевыводящей систем.

Способ приготовления: отвар или настой из 5 г на 200 мл для детей в дозе от 10 до 30 мл 4—5 раз в сутки.

Солодка голая. Используются корни.

Действие и применение: корень солодки обладает широким спектром терапевтического действия: противовоспалительное, антигистаминное, спазмолитическое, отхаркивающее, диуретическое, регулирующее деятельность кишечника. Тритерпеновые соединения солодки близки к действию гормонов надпочечников, и поэтому она находит применение у больных с хронической надпочечниковой недостаточностью и при отмене кортикостероидных гормонов у больных, которые их длительно получали. Солодка широко применяется при заболеваниях органов дыхания: пневмонии, бронхите, туберкулезе. Входит в состав многих сборов: грудных, желудочного, мочегонного, слабительного.

Способ применения: отвар или настой из 5 г корня на 200 мл в дозе для детей от 5 до 15 мл 4 раза в день.

Грудной элексир назначается детям из расчета по 1 капле на год жизни на прием 3—4 раза в день.

Прописи лекарственных сборов при заболеваниях органов дыхания

Официальные сборы:

потогонный чай № 1 (соцветия липы, плоды малины 1:1);

потогонный чай № 2 (плоды малины, лист мать-и-мачехи, трава душицы в соотношении 2:2:1 весовых частей);

грудные сборы: № 1 (корень алтея, лист мать-и-мачехи, трава душицы в соотношении 2:2:1);

№ 2 (лист мать-и-мачехи, подорожника, корень солодки в соотношении 4:3:3);

№ 3 (трава шалфея, плоды аниса, сосновые почки; корень солодки в равных весовых частях);

№ 4 (корень алтея, солодки, плоды фенхеля 2:2:1).

Для детей с заболеваниями органов дыхания предлагаем некоторые ориентировочные прописи сборов.

Сбор № 1:

лист малины;
соцветия липы;
цветы бузины черной;
трава чабреца;
корень солодки 30,0 г;
плоды шиповника 100,0 г.

Сбор № 2:

корень девясила;
цветы календулы 30,0 г;
лист подорожника;
трава чабреца;
лист мать-и-мачехи 50,0 г.

Сбор № 3:

соцветия ромашки;
соцветия липы;
лист малины;
трава фиалки трех-
цветной 30,0 г.

Сбор № 4:

корень солодки 30,0 г;
корень девясила 30,0 г;
лист подорожника 50,0 г;
сосновые почки 30,0 г.

Способы приготовления отваров из сборов и дозировка уже были изложены.

Сборы № 1, 2, 3 рекомендуются при заболеваниях верхних дыхательных путей, бронхитах. Сбор № 2, 4 рекомендуются для больных пневмониями.

Для детей с хроническими бронхолегочными заболеваниями (пневмония, бронхиты, бронхиальная астма) можно предложить сборы № 5 и 6.

Сбор № 5:

исландский мох 50 г;
подорожник (лист) 30,0 г;
чабрец (трава) 50 г;
ромашка (соцветия)
30,0 г;
коровяк (цветы) 30 г.

Сбор № 6:

девясил (корень) 50,0 г;
солодка (корень) 30,0 г;
календула (соцветия)
30,0 г;
сосновые почки 30,0 г;
фиалка трехцветная
(трава) 30,0 г.

Детями с бронхолегочными хроническими процессами отвары трав принимаются длительно (до 2—3 меся-

цев) с небольшими перерывами (1—2 недели), затем курс лечения повторяется. Этой группе больных в осеннее и весеннее время года показаны адаптогены растительного происхождения, которые указаны в классификации.

Официальные препараты, содержащие адаптогены растительного происхождения (жидкий экстракт элеутерококка, левзеи, настойки аралии и заманихи), используются по 1 капле препарата в пересчете на год жизни ребенка (на прием 2—3 раза в сутки) от 1 до 2 месяцев. Курсы ингаляционной терапии надо сочетать с массажем и гимнастикой.

Способ лечения смешанных форм аллергозов у детей. Аллергические заболевания у детей часто сочетаются с поражением дыхательной системы, желудочно-кишечного тракта, кожи. Наиболее трудны для лечения формы с поражением всех трех систем.

Как и многие клиницисты, мы придерживаемся мнения, что успех лечения аллергических заболеваний зависит не столько от лечения в период обострения, сколько от систематического лечения вне его.

Учитывая, что в патогенезе этих заболеваний играет определенную роль несостоятельность биологических барьеров желудочно-кишечного тракта, нарушены процессы адаптации с изменениями вегетативной нервной системы, мы разработали и применяем принципиально новый способ лечения. Он заключается в том, что используются два препарата из лекарственных растений. Первый — готовый официальный препарат для лечения гастродуоденитов (капли состава: настойка валерианы 20 мл, полыни 15 мл, мяты 10 мл, красавки 5 мл). Второй препарат — жидкий экстракт элеутерококка, который является растительным адаптогеном и способен повышать общую иммунобиологическую защиту организма. В процессе клинического применения и наблюдения за больным ребенком, получавшим одновременно оба препарата, выявлен принципиально новый терапевтический эффект — антиаллергический.

Детям, страдающим разными аллергическими заболеваниями, назначают одновременно оба препарата в дозе по 1 капле на год жизни ребенка 3 раза в день за 5—10 минут до еды. Например: ребенку 5 лет назначают одновременно 5 капель желудочных и 5 капель жидкого экстракта элеутерококка 3 раза в день до еды. Желудочные капли горькие, лучше давать их с варень-

ем или со сладким чаем. Препараты назначаются при обострении заболевания и во время ремиссии. Первый курс — 10—12 недель непрерывного лечения. В острый период болезни 7—10 дней возможно сочетание указанных препаратов с химиотерапевтическими средствами. Позже химиотерапия отменяется. Элеутерококк дают детям за 2—3 часа до сна, так как он ухудшает засыпание, а желудочные капли лучше перед сном, так как они обладают хорошим успокаивающим действием. Побочные действия препаратов практически не наблюдаются. Необходимо лишь уточнить переносимость больным мяты и валерианы.

Лечение проводится на фоне гипоаллергенной диеты. Рекомендуются гипоаллергенный быт.

Аллергические болезни, как правило, хронические, и для предупреждения обострений обязательны профилактические курсы лечения весной и осенью в течение 3 лет по 6—8 недель. С 1980 г. этот способ лечения применен нами более чем у 600 больных, а после публикации он используется многими педиатрами.

Респираторные аллергозы, как правило, сочетались с другими клиническими проявлениями аллергии: пищевая и лекарственная, распространенный аллергодерматит с разными его вариантами, аллергическим поражением желудочно-кишечного тракта, тромбоцитопенической пурпурой. Комплексная оценка эффективности лечения по описанному способу констатировала отличные и хорошие результаты у 82% больных. У 18% больных положительный эффект не был стабильным и потребовал других фитотерапевтических методов. Наш метод прост, более физиологичен, годится для любого возраста, клинически эффективен.

ФИТОТЕРАПИЯ ХРОНИЧЕСКИХ ГАСТРИТОВ И ГАСТРОДУОДЕНИТОВ

Хронические гастриты у детей составляют от 2 до 10,6%.

Этиология хронического гастрита обусловлена как экзогенными, так и эндогенными факторами. Беспорядочная всухомятку еда, плохое пережевывание, употребление фруктов и овощей с грубой клетчаткой, злоупотребление острой и горячей пищей, несовместимые продукты, микробное воздействие на слизистую, длительный

прием медикаментов — все это экзогенные факторы. К эндогенным относятся нейровегетативные влияния на слизистую, нарушение эвакуаторной функции желудка, эндокринные влияния, сопутствующие заболевания, гепатобилиарной системы, аллергия и другие причины.

В 90% случаев хронические дуодениты развиваются вторично на фоне гастритов, лямблиоза и заболеваний желчевыводящей системы.

Терапия хронических гастритов должна быть комплексной, включая диету, медикаменты, физические методы, лечебную физкультуру, минеральные воды и лечение сопутствующих болезней, фитотерапию. Она особенно важна в период диспансерного наблюдения. В лечении и профилактике обострений немаловажную роль играет диета. Исключаются жирные и острые блюда, овощи и фрукты, содержащие грубую клетчатку (яблоки, редис, репа, редька, морковь в сыром виде). Строгое соблюдение диеты (стол 1а, 1б, 1) рекомендуется в течение 3—4 недель. При гастрите с повышенной секреторной функцией противопоказаны сокогонные средства (газированная вода, кофе, чай, мясные бульоны, уха, кислые фруктовые соки). Рекомендуются средства, уменьшающие кислотность: молоко, сливки, яичные белки, крахмал, протертые овощи, слизистые супы. Принимать пищу не реже 5—6 раз в день.

В острый период назначают обволакивающие и вяжущие средства (алмагель, викалин, викаир), болеутоляющие (атропин, платифиллин), седативные (бром, транквилизаторы), биогенные стимуляторы (фибс, алоэ). Все эти средства после обострения вполне могут быть заменены растительными.

При гастритах с пониженной секреторной и кислотообразующей функцией применяются тысячелистник, полынь, алоэ, трифоль, золототысячник, ягоды красной рябины, березовые почки, лист и ягоды брусники, подорожник, сок капусты свежей, соки черной смородины и черноплодной рябины, корень одуванчика, элеутерококк, сок ягоды калины, шиповник, лук, чеснок.

При повышенной секреторной функции желудка морковный и картофельный соки, отвар крапивы в молоке, отвар крапивы с медом, семя укропа, буковица лекарственная, зверобой, календула, сушеница топяная, подорожник блошный, чага, листья малины, кипрей узколистный.

Перейдем к характеристике отдельных растительных средств.

Горечи растительного происхождения. Способы приготовления и применения их имеют ряд особенностей: готовят их обычно в виде настоев с небольшим количеством сырья, перед употреблением его можно разводить кипяченой водой комнатной температуры в 2—3 раза.

Тысячелистник обыкновенный. Собранный во время цветения, сушат в тени. Тысячелистник обладает многосторонним действием: антиспастическим, секреторным, противовоспалительным, желчегонным. Настои готовят из расчета 1 чайную ложку измельченной травы на 200 г кипятка, настоять 1 час.

Детям до 3 лет — 1 чайная ложка, 4—7 — 1 десертная ложка, 8—14 лет — 1 столовая ложка 3 раза в день за 30 минут до еды в течение 3 недель.

Полынь горькая. Сырье заготавливают в 2 срока: до цветения собирают прикорневые листья, в начале цветения — верхушки цветоносных стеблей. Действующим началом полыни служат абсинтол (до 61%), аскорбиновая, янтарная и яблочная кислоты, каротин. Применяется как горечь для возбуждения аппетита при пониженной секреторной функции желудка. Способ применения и дозы как и у тысячелистника.

Сбор для возбуждения аппетита состоит из равных частей полыни и тысячелистника. Известен также противоглистный эффект полыни.

Алоэ древовидный обладает противовоспалительным, нормализующим кислотность и легким слабительным действием, усиливает секрецию пищеварительных желез и желчеотделение. Лечебными свойствами обладает 2—4-летний алоэ: листья длиной 15—18 см срезают с конца октября до середины ноября, рекомендуется срезанные листья подержать в темном месте 7 дней (для накопления биологически активных веществ), затем нарезать мелкими кусочками и отжать через марлю. Применять детям от 1 чайной до 1 десертной ложки 3 раза в день за 30 минут до еды, курс 3—5 недель. Из алоэ готовят концентрат сока — сабур.

Золототысячник зонтичный заготавливают во время цветения, срезают облиственные цветоносные верхушки длиной 15 см. Алкалоид генцианин, содержащийся в золототысячнике, является слабой горечью, способствует

возбуждению аппетита, нормализует кислотность желудочного сока и усиливает желчеотделение. Применяют настой: 1 столовая ложка сухой травы на 200 г кипятка.

Вахта трехлистная (трифоль) относится к горечам, содержит горькие гликозиды, которые способствуют усилению секреции, возбуждают аппетит, снимают тошноту. С успехом применяется при ахилических гастритах, стимулирует выделение желчи, обладает послабляющим действием. Применяется в виде настоя.

Березовые почки березы бородавчатой заготавливают ранней весной в период набухания. Почки и листья содержат флавоноиды, эфирное масло, в состав которого входит бетулен, бетулол, смолы, витамин С, сапонины, обладающие противовоспалительными и секреторными действиями.

Детям готовят отвар березовых почек: 1 чайная ложка на 200 г кипятка, кипятить 15 минут, настаивать 2 часа, пить детям 3—7 лет — 1 десертная ложка, 8—15 лет — 1 столовая ложка 3 раза в день за 30 минут до еды.

Брусника. Листья ее содержат гликозид арбутин, гипероил, дубильные вещества, аллагонную и хинную кислоты. В ягодах имеется витамин С до 21%, бензойная кислота и марганец, вследствие чего заготовки ягоды долго не портятся.

Брусника обладает сильными фитонцидными и противовоспалительными действиями, применяется для стимуляции желудочной секреции. Из листьев готовится настой или отвар: чайная ложка резаных листьев на стакан кипятка, применяют от 1 чайной до 1 столовой ложки 3 раза в день за 20 минут до еды.

Подорожник большой. Листья собирают в период цветения в июне—августе. Они содержат глюкозид аукубин, горькие и дубильные вещества, каротин, витамины С и К. В народной медицине водный отвар листьев и свежий сок применяют при любой кислотности, лучше при пониженной, так как он увеличивает кислотность желудочного сока на 20—30%.

Свежий сок подорожника дают детям от 1 чайной до 1 столовой ложки за 30 минут до еды в течение 3—5 недель. При этом быстро исчезают боли, диспепсические явления. Большой популярностью в лечении гастритов со сниженной кислотообразующей функцией пользуется

препарат плантаглюцид (из листьев подорожника большого): 0,25—0,5 г 3 раза в день в $\frac{1}{4}$ стакана воды за час до еды, курс 3—4 недели.

Одуванчик лекарственный. Лечебными свойствами обладают листья и корни одуванчика, которые выкапывают осенью после отмирания листьев или весной до цветения. Химический состав сырья одуванчика: каротиноиды, флавоноиды, инулин, растительная клетчатка, 6,4% жирного масла, в состав которого входят пальмитиновая, олеиновая и линоленовая кислоты, витамин В₂, Fe, Ca, Mg и другие микроэлементы. Корни и трава одуванчика применяются для возбуждения аппетита, а также как желчегонное средство. Готовят настой: столовую ложку корней и листьев залить стаканом кипятка, настоять и пить детям от 1 чайной до 2 столовых ложек 3 раза в день за 30 минут до еды в течение 21 дня. Молодые листья одуванчика можно использовать в виде салата.

Элеутерококк относится к средствам, нормализующим кислотность желудочного сока. Его следует применять в виде спиртовой настойки: столько капель, сколько лет ребенку, разводить в 2 столовых ложках воды, давать в течение 3 недель.

Все вышеупомянутые средства рекомендуются нами в период диспансерного наблюдения. Фитотерапию следует проводить курсами, используя для этого как отдельные растения, так и несложные сборы из трав в течение 3 недель, с последующей сменой их на другие средства, курс лечения должен составлять 1,5—2 месяца.

Такие курсы следует проводить 2—3 раза в год, особенно весной и осенью.

Предлагаем некоторые сборы трав при хронических гастритах и гастродуоденитах у детей.

При пониженной кислотности желудочного сока.

Сбор № 1: тысячелистник обыкновенный 1 часть;
полынь горькая 1 часть.

Настой: чайную ложку смеси заварить стаканом кипятка, настоять 2 часа, пить за 30 минут до еды 3—4 раза в день детям от 1 чайной до 2 столовых ложек (можно развести в 30,0 г кипяченой прохладной воды).

Сбор № 2: тысячелистник обыкновенный 2 части;
золототысячник 2 части;
тмин обыкновенный 1 часть.

Способ приготовления такой же.

Сбор № 3: зверобой обыкновенный 1 часть;
тысячелистник обыкновенный 1 часть;
трифоль 1 часть.

Способ приготовления такой же.

Сбор № 4: лист подорожника 2 части;
траву душицы 2 части;
тысячелистник 1 часть.

Настой: столовую ложку смеси заварить стаканом кипятка, способ применения такой же.

Сбор № 5: трифоль 1 часть;
корни одуванчика 2 части;
мята (лист) 1 часть.

Отвар: десертную ложку смеси заварить стаканом кипятка, кипятить 5 минут, настоять 2 часа. Давать детям от 1 чайной до 2 столовых ложек 3 раза в день за 30 минут до еды в прохладном виде.

При повышенной секреторной функции желудка назначают:

Сбор № 6: сушеница болотная 4 части;
зверобой 4 части;
айр (корень) 1 часть.

Настой: столовую ложку смеси заваривают стаканом кипятка, настаивают 2 часа, пить детям от 1 столовой ложки до $\frac{1}{4}$ стакана 3 раза в день в теплом виде через 1—1,5 часа после еды.

Сбор № 7: эвкалипт (лист) 1 часть;
календула 1 часть;
золототысячник 1 часть.

Отвар: столовую ложку смеси заварить стаканом кипятка. Кипятить 5—7 минут, настаивать 1,5 часа. Детям дают от 1 чайной до 2 столовых ложек через 1,5 часа после еды в теплом виде.

Сбор № 8: липовый цвет 1 часть;
корень солодки 2 части;
цветы ромашки 2 части;
корень аира 1 часть.

Способ приготовления и дозы см. в рецепте № 1.

ФИТОТЕРАПИЯ В ЛЕЧЕНИИ И ПРОФИЛАКТИКЕ ЯЗВЕННОЙ БОЛЕЗНИ ЖЕЛУДКА И 12-ПЕРСТНОЙ КИШКИ

Как хроническое заболевание, язвенная болезнь требует неослабного длительного врачебного контроля.

Количество больных с язвенной болезнью желудка и 12-перстной кишки растет и, по данным разных авторов, составляет от 1,6 до 14%.

Известно, что у детей чаще всего встречается язвенная болезнь 12-перстной кишки, которая нередко диагностируется в пубертатный период.

Диета, фитотерапия, минеральные воды, лечебная физкультура и санаторно-курортное лечение — вот главные составные профилактического лечения.

Из стационара дети чаще всего выписываются в состоянии неполной клинической ремиссии. На основании гастроскопического контроля установлено, что средние сроки заживления язвы у больных равны 1,5—3,5 месяца.

Рубцово-язвенную деформацию с наличием гастродуоденита, которая часто наблюдается у детей при выписке, следует, безусловно, рассматривать как предязвенное состояние, требующее разумного лечения. Немаловажное значение в терапии и профилактике язвенной болезни у детей имеет диета. Соблюдение диеты (стол № 1 с 5—6-кратным приемом пищи) необходимо в течение полугода, а в последующие 5 лет профилактические курсы лечебного питания 2 раза в год весной и осенью в течение 1,5—2 месяцев.

Для улучшения моторики желудочно-кишечного тракта, а также секреторной функции желудка и желчеотделения необходимо включать в пищу салаты и винегреты с растительным маслом, а в летнее время салаты из свежей зелени. Полезны свежие ягоды и фрукты, особенно земляника, прием которых должен быть не менее 200 г ежедневно перед едой. Диета должна исключать острые, пряные, копченые блюда.

Нами предлагается схема профилактического амбулаторного лечения язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки у детей в течение 2 лет с применением в основном средств фитотерапии. Сразу после выписки из стационара ребенку назначается 2-месячный курс фитотерапии (3-недельными циклами), затем месяц —

питье минеральной воды, снова 2-месячный курс фитотерапии, затем санаторное лечение. Лечение травами и минеральной водой повторяется в течение 2—3 лет.

В летние месяцы можно сделать перерыв в фитотерапии ввиду возможности питания свежими овощами, фруктами и зеленью. Желательно ежегодно санаторное лечение больных в местном санатории. Предложенный метод профилактического лечения является ориентировочным и должен быть составлен индивидуально. Больные должны находиться под постоянным контролем гастроэнтеролога, который может корректировать лечение.

Для проведения профилактического лечения нами применялись травы и растительные средства противовоспалительного действия, средства, снижающие и нормализующие кислотность желудочного сока. Систематически, 2—3 раза в год (особенно весной и осенью), осуществлялся инструментальный контроль за состоянием слизистой желудка и 12-перстной кишки, после него уточнялись вопросы показаний к госпитализации, активному противорецидивному и санаторно-курортному лечению. Результаты наблюдений были следующими: число обострений язвенной болезни 12-перстной кишки без применения фитотерапии в среднем составило 2—4 раза в год. На фоне фитотерапии обострений болезни не было в течение 2 лет у 13 детей и лишь у трех зарегистрировано однократное обострение. (Эти пациенты не соблюдали диету и нерегулярно принимали траволечение.)

Голодные и ночные боли, так беспокоящие детей, исчезали к 7—9 дню приема отваров лекарственных растений, исчезали тошнота, рвота и другие диспепсические расстройства. Упорный болевой синдром длительностью от 2 до 5 месяцев у 3 детей полностью снялся после проведения курса фитотерапии. Данные азофагогастрокопии указали на значительное улучшение состояния слизистой желудка и 12-перстной кишки.

Все растительные средства, применяемые в схеме пролонгированного лечения детей с язвенной болезнью желудка и 12-перстной кишки, можно по механизму действия разделить на следующие группы:

I. Средства, уменьшающие активность соляной кислоты и пепсина. К ним относятся: а) средства растительного происхождения (морковный, картофельный соки, отвар крапивы в молоке, отвар крапивы с медом, семя,

укропа, буквица лекарственная, зверобой, золототысячник, календула).

II. Антациды животного происхождения (молоко, сливки, мед), а также средства, применяемые у детей с язвенной болезнью, сопровождающейся сниженной секреторной функцией желудка: тысячелистник, вахта трехлистная, аир, анис, капустный сок, сок черной смородины, сок черноплодной рябины, алоэ, золототысячник, подорожник, корни одуванчика, березовые почки, брусничный лист, элеутерококк.

III. Репаранты — средства, усиливающие регенеративные процессы в слизистой оболочке желудка, обладающие противовоспалительными и ранозаживляющими средствами: облепиховое, шиповниковое, зверобойное масла, капустный сок, тысячелистник, солодковый корень, календула, алоэ, ромашка, верблюжья колючка, софора японская, чабрец, очанка лекарственная, лапчатка прямостоячая, иван-чай.

IV. Средства, обладающие дубильными и обволакивающими свойствами: льняное семя, корень кровохлебки, пастушья сумка, кора дуба, отвар пшеничных отрубей, алтей лекарственный.

V. Средства обезболивающего действия: белладонна, трава чистотела, отвар чеснока в молоке с сахаром, земляника лесная, цветы яблони и сливы, тысячелистник, дягель лекарственный.

VI. Седативные средства: валериана, пустырник.

Нами совместно с ассистентом кафедры бионеорганической и биофизической химии Н. Я. Антоновой (1986) изучались антацидные свойства некоторых растительных средств. Выяснилось, что сравнительно малые количества (расход до 20 мл) сливок, молока, картофельного, морковного и свекольного соков хорошо понижают кислую среду. Отвары крапивы, ромашки, тмина, льняного семени, укропа, зверобоя плохо понижают кислотность, их затраченные количества в опытах колеблются от 60 до 100 мл. Видимо, лечение отварами этих трав объясняется их биологически активными свойствами (противовоспалительными, регенерирующими и др.). Улучшая деятельность слизистой желудка, они способствуют нормализации кислотности желудочного сока.

Картофельный, свекольный и морковный соки нормализуют секрецию желудочного сока за счет большого

содержания в них пектиновых веществ, каротиноидов и микроэлементов, а в картофельном соке — за счет алкалоида соланина.

Льняное семя снимает внутрижелудочное давление, оказывает обволакивающий и противовоспалительный эффект за счет высокого содержания в нем слизистых, белковых веществ и льняного масла.

Среди антацидов растительного происхождения важное место в лечении занимает картофельный сок, который тормозит желудочную секрецию, обладает спазмолитическими свойствами благодаря содержащемуся в нем алкалоиду соланину. Детям следует назначать сок от десертной ложки до $\frac{1}{4}$ стакана 3 раза в день перед едой в течение 3 недель. Очень полезен морковный сок, который, кроме антацидного, обладает и репаративным действием. Его применяют в дозе от $\frac{1}{4}$ до $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день за час до еды или через 1,5 часа после еды.

Хороший антацидный эффект дает отвар листа двудомной крапивы в молоке (1 столовая ложка сухой крапивы на 200 г молока) или отвар крапивы с медом (1 столовая ложка на 200 г отвара крапивы). Дозы: детям до 7 лет — 1 столовая ложка за 1 час до еды; детям 8—14 лет $\frac{1}{4}$ стакана 3 раза в день за 1 час до еды.

При изжоге, которая чаще всего сопровождается повышенной секрецией желудочного сока, хороший эффект дает трава зверобоя, семя укропа, тмин, корень аира.

Зверобой обладает вяжущим, противовоспалительным, антиспастическим, регенерирующим действием. Зверобой можно применять в виде настоя: 1 столовая ложка травы на 200 г кипятка, настоять на водяной бане 20 минут, охладить и пить; детям до 7 лет — 1 столовая ложка 3 раза, 8—14 лет $\frac{1}{4}$ стакана 3 раза в день до еды.

При язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки у детей с пониженной секреторной функцией применяются средства, нормализующие секреторную деятельность желудка. К ним относится прежде всего капустный сок, который обладает противоульцерозным действием благодаря содержащемуся в нем витамину U. Детям до 7 лет дают 2 столовые ложки капустного сока, детям 8—14 лет — $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$ стакана за 30 минут до еды 3 раза в день, можно давать сухой капустный порошок

1—2 г 3 раза в день в $\frac{1}{4}$ стакана воды за 30 минут до еды в течение 3—4 недель. Капустный сок, кроме того, обладает холеретическим и желчегонным действием.

При язвенной болезни с нормальной или пониженной кислотностью рекомендуется сок подорожника большого или препарат плантаглоцид. Листья подорожника содержат гликозид аукубин, горькие и дубильные вещества, витамины С и К. В народной медицине применяют водный отвар листьев и свежий сок, который усиливает секрецию на 20—30%. При этом исчезают боли в желудке, диспепсические явления.

Применяются:

1) свежий сок листьев подорожника большого детям до 7 лет — 1 столовая ложка, 8—12 лет — 2 столовые ложки 3 раза в день за 30 минут до еды, курс лечения — 30 дней;

2) сок подорожника аптечного. Детям до 7 лет — 1 чайная ложка, 8—14 лет — 1 десертная ложка, развести в $\frac{1}{4}$ стакана воды комнатной температуры, принимать 3 раза в день за 30 мин до еды;

3) плантаглоцид детям до 7 лет 0,25; 8—14 лет — 0,5 г три раза в день, развести в $\frac{1}{4}$ стакана теплой воды за 30 минут до еды. Курс лечения 3—4 недели.

Для возбуждения секреции с успехом применяются ягодные соки: черной смородины, черноплодной рябины, брусничный сок, которые назначают от 2 столовых ложек до $\frac{1}{4}$ стакана за 30 минут до еды. Кроме того, рекомендуются отвары ягод калины, красной рябины, шиповника из расчета 1—2 столовые ложки толченых ягод на 300 г воды, кипятить 15 минут в закрытой посуде, настоять 4—5 часов, пить детям от $\frac{1}{4}$ до $\frac{1}{2}$ стакана за 30 минут до еды 3 раза в день.

Сок алоэ обладает ранозаживляющим, секреторным, желчегонным, легким слабительным действием. Детям с пониженной кислотностью желудочного сока рекомендуется свежий сок алоэ, отжатый из листьев 3—4-летнего алоэ; детям до 7 лет — чайная ложка, 8—14 лет — 1 столовая ложка 3 раза в день, разбавив 2 столовыми ложками кипяченой воды, за 30 минут до еды. Курс лечения — 30—45 дней.

При плохо рубцующихся язвах и длительно существующих рубцово-язвенных деформациях луковицы 12-перстной кишки у детей рекомендуются средства, действующие на регенеративные процессы. Благодаря их

применению нормализуется кислотность, уменьшается диспепсический синдром, исчезают болевые ощущения. К таким средствам относятся: облепиховое, шиповниковое, зверобойное масло. Применяются в дозах от чайной до столовой ложки 3 раза в день за 1,5 часа до еды. Последняя порция — перед сном, курс — 1,5—2 месяца, чаще при повышенной секреторной функции желудка.

Большое значение в лечении имеет употребление в летнее время свежих овощей и молодых листьев зелени (салат, крапива, петрушка, укроп, зеленый лук, сельдерей, капуста), которые содержат витамин U, обладающий противоульцерозным действием.

Рядом с группой рановаживляющих стоит группа средств обволакивающего действия, которые особенно показаны детям с язвенной болезнью, осложненной кровотечением или угрозой перфорации. К ним относятся: отвары льняного семени, корня кровохлебки, коры дуба и верблюжьей колючки, отвар пшеничных отрубей, настой травы пастушьей сумки.

К средствам обезболивающего действия относятся: отвар чеснока в молоке с сахаром, концентрированный раствор сахара или меда, земляника лесная, цветы яблони и сливы, трава чистотела, тысячелистник.

Для приготовления отвара чеснока в молоке берут на 200 г молока 30 г мелконарезанного чеснока и 30 г сахара. Кипятят 10 минут. Настаивают 2 часа и дают пить детям до 7 лет — 2 столовые ложки, 8—14 — $\frac{1}{4}$ стакана 4 раза в день за 1,5 часа до еды или через 1,5 часа после еды. Отвар растения лесной земляники, а также цветов яблони и сливы готовят по общепринятому методу и назначают детям от $\frac{1}{4}$ до $\frac{1}{2}$ стакана за час до еды.

Трава и корни чистотела содержат сильнодействующее вещество хелидонин, обладающее обезболивающими и антиспастическими свойствами, по силе действия приравнивается к но-шпе и папаверину. Чистотел следует применять с осторожностью детям старше 10 лет из расчета: чайная ложка сухой травы на 400 мл кипятка, настоять час, пить от чайной до десертной ложки 3 раза в день после еды, разбавляя водой.

Дети, больные язвенной болезнью, в большинстве своем невроты. Им свойственна повышенная возбудимость, раздражительность, нарушение сна, головные бо-

ли, повышенная утомляемость. Для коррекции процессов возбуждения необходимо применение седативных средств (валериана и пустырник).

Назначая фитотерапию в период диспансерного наблюдения, врач должен подобрать индивидуально комбинацию растительных средств в зависимости от ведущего патогенетического синдрома и проводить лечение не менее 6—8 месяцев в году, допуская смену растительных средств каждые 3—4 недели. Сразу после выписки из стационара имеет смысл назначать средства, обладающие репаративными свойствами: облепиховое, шиповниковое масло, календулу, алоэ, прополис (в течение 1,5—2 месяцев).

При наличии симптомов обострения следует применять медикаментозное лечение в стационаре или амбулаторно.

Сборы трав при язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки

- | | | |
|------------------------------|------------|--|
| 1. Полынь (травя) | 1/2 части; | 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом горячей воды, напарить на водяной бане 20 минут, остудить, отцедить. Отвар пить от 1 столовой ложки до 1/4 стакана 3 раза в день за 1 час до еды. Курс — 1,5—2 месяца |
| Аир (корень) | 1 часть; | |
| Зверобой (травя) | 1 часть; | |
| Ромашка аптечная | 1 часть; | |
| Сушеница болотная | 1 часть; | |
| 2. Кара дуба | 2 части; | Способ приготовления и дозы см. в рецепте № 1 |
| Золототысячник | 1 часть; | |
| Тысячелистник | 1 часть; | |
| Зверобой | 1 часть; | |
| 3. Валериана (корень) | 1 часть; | |
| Чабрец (травя) | 2 части; | |
| Пустырник (травя) | 2 части; | |
| Зверобой | 4 части; | |
| Подорожник | 4 части; | |
| Шиповник | 4 части; | (Сбор по И. Ф. Спиридоновой.)
Способ приготовления и дозы см. в рецепте № 1 |
| 4. Цветы ромашки | 2 части; | |
| Трава тысячелистника | 2 части; | |
| Трава пастушьей сумки | 2 части; | |
| Корень лапчатки прямостоячей | 2 части; | |
| Корень аира | 1 часть; | (Сбор по И. Ф. Спиридоновой.)
Способ приготовления и дозы см. в рецепте № 1 |
| Б. Корень кровохлебки | 1 часть; | |
| Корень ольшаника | 2 части; | |
| Лист подорожника | 2 части; | |
| Кора крушины | 2 части; | |

6. Брусника (трава)	1 часть;	Способ приготовления см. в рецепте № 1.
Яблоня домашняя (цветы)	1 часть;	
Слива домашняя (цветы)	1 часть;	Пить при болях в желудке
Земляника лесная (трава)		
7. Золототысячник (зонт)	1 часть;	Способ приготовления см. в рецепте № 1.
Зверобой (трава)	1 часть;	
Девясил высокий (корень)	1 часть.	Водный отвар пьют при болях в желудке (Сбор по Н. Г. Ковалевой, 1973.)
8. Вероника лекарственная (трава)	1 часть;	
Валериана (корень)	2 части;	Применяется при неврастеническом синдроме, сопровождающем язвенную болезнь
Чабрец (трава)	2 части;	
Пустырник (трава)	2 части;	Способ приготовления и применения см. в рецепте № 1
Ежевика (цветы и листья)	3 части;	
Зверобой (трава)	3 части;	(Сбор по А. А. Лагерю, 1988.)
Подорожник (лист)	4 части;	
Шиповник (ягода)	4 части.	Способ приготовления см. в рецепте № 1
9. Солодка (корень)	2 части;	
Чистотел (трава)	2 части;	
Алтей (корень)	1 часть.	

ФИТОТЕРАПИЯ ЗАБОЛЕВАНИЯ ПЕЧЕНИ И ЖЕЛЧЕВЫВОДЯЩИХ ПУТЕЙ

Среди заболеваний желудочно-кишечного тракта патология печени и желчевыводящих путей занимает существенное место. По данным Горьковского научно-исследовательского института, пик заболеваемости приходится на возраст 5—6 лет и 9—12 лет.

У детей острые формы воспаления не всегда диагностируются, чаще встречаются хронические формы с длительным рецидивирующим, реже латентным, течением. Это делает особенно актуальной разработку вопросов профилактики обострения. Частота рецидивов при холестазопатиях составляет 40—60%.

В разработке методических рекомендаций по профилактике обострения немаловажную роль должна занять фитотерапия. Этиологические факторы в возникновении патологии печени и желчевыводящих путей весьма разнообразны и многочисленны. К ним относятся: нарушение диеты, физические и психические нагрузки, наследственная предрасположенность, перенесенные вирусные заболевания (болезнь Боткина, ОРЗ), глистная инва-

зия, лямблиоз, привычные запоры, наличие хронических очагов инфекции, тонзиллит, гайморит, аденоиды, кариес зубов.

Под влиянием перенесенных заболеваний и особенно терапии антибиотиками и сульфаниламидными препаратами нарушается местная иммунологическая реактивность в гепатобилиарной системе, что ведет к удлинению патологического процесса.

Дискинезии, поддерживаемые вторичной инфекцией или инвазией простейшими, часто ведут к развитию ангиохолитов и ангиохолециститов, холангитов. Изолированно протекающие холангиты и ангиохолециститы встречаются редко, чаще они сочетаются с патологическим процессом в желчном пузыре, печени, поджелудочной железе, кишечнике, в их возникновении ведущей является бактериальная и вирусная инфекция.

Лечение. Надо помнить, что без правильного режима дня (чередование сна и бодрствования), регулярного питания по часам, достаточного пребывания на свежем воздухе невозможно восстановить здоровье ребенка. В период обострения необходим постельный режим, ребенок должен быть госпитализирован. После выписки из стационара ребенку длительное время (не менее 1 года) надо соблюдать диету, пить минеральные воды (желательно не реже 2 раз в год) и систематически принимать по предложенной схеме курсы фитотерапии. Питание должно быть 5—6-разовое, так как частый дробный прием пищи благоприятствует желчеотделению. Состав продуктов должен быть достаточно полноценным и калорийным: $\frac{3}{4}$ белков — животного происхождения (мясо, рыба, творог). Особенно полезен творог. Избыток жирной пищи вреден, запрещаются тугоплавкие жиры, зато хорошо усваивается сливочное и растительные масла (подсолнечное, оливковое, кукурузное). Содержащиеся в них ненасыщенные кислоты улучшают функцию печени. Подсолнечное и оливковое масла обладают хорошим желчегонным действием, поэтому их рекомендуют употреблять перед едой с овощами (редиска, огурцы, свежие помидоры, укроп, салат, петрушка, щавель, шпинат) или в чистом виде, особенно при атонии желчного пузыря и желчных протоков. Из углеводов преимущество отдается продуктам, содержащим сахарозу и фруктозу, а также мед. Противопоказаны томатный сок и томатная паста, орехи, пирожное, жирные кремы. Показан от-

вар шиповника, коктейли из лекарственных растений желчегонного действия (тысячелистника, бессмертника, кукурузных рылец, трифоли, зверобоя, ромашки). Велика в лечении роль витаминов — аскорбиновой кислоты, В₁₂, К, Е, А, РР, особенно содержащихся в овощах и фруктах.

Существенную роль в профилактике обострений заболеваний печени и предупреждении перехода острого процесса в хронический может сыграть фитотерапия. Действие ее многогранно: отвары трав разжижают желчь, одновременно обладая желчегонным и противовоспалительным действием, не дают проникнуть инфекции в желчные пути, восстанавливают тонус желчевыводящей системы.

Фитотерапию при заболеваниях печени следует проводить систематически в течение 2—3 лет, что в большинстве случаев может привести к полному излечению. Применяются травы в детской практике при патологии печени и желчевыводящих путей в виде настоев и отваров, реже настоек. Оптимальное целебное действие отваров и настоев трав будет проявляться в условиях их правильного приготовления и применения. Лучше всего отвары и настои давать в теплом виде за 30 минут — 1 час до еды; для улучшения вкуса отвары детям можно давать с медом или сахарным сиропом.

Лекарственные растения по механизму действия можно разделить на следующие группы:

1. Лекарственные травы, стимулирующие желчеобразование: бессмертник песчаный, тысячелистник, календула, кукурузные рыльца, мята перечная, корни и трава одуванчика, шиповник, березовые листья и почки, редька, овес, можжевельник, земляника лесная (плоды и листья), брусника (листья), золототысячник, зверобой, арбуз, виноград, айва, гранаты, володушка, чистотел, пижма, льнянка обыкновенная.

2. Лекарственные травы противовоспалительного действия: зверобой, калина, ромашка, тысячелистник, золототысячник, крапива, морковь, капуста, календула, березовые почки, пижма, отвар укропного семени и отвар семян петрушки.

3. Лекарственные травы, применяемые при дискинезии желчевыводящих путей по гипертоническому типу: валериана, красавка, миндаль, ромашка, чайный гриб,

зверобой, березовые листья и почки, душица, мята перечная, барбарис, анис обыкновенный.

4. Лекарственные растения, применяемые при дискинезии желчевыводящих путей по гипертоническому типу: мята перечная, тимьян ползучий (чабрец), душица, бессмертник, пижма, листья и семена петрушки и масла (кукурузное, подсолнечное, оливковое).

Предложенное разделение лекарственных растений на группы носит несколько условный характер, так как механизм их действия многогранен, чем объясняется упоминание одной и той же травы в разных разделах классификации. Следует отметить, что все травы первой группы с успехом применяются в лечении гепатохолециститов, холангитов, хронических гепатитов, циррозов печени.

Перейдем к характеристике отдельных видов растений.

Бессмертник песчаный, цмин песчаный. Лечебным действием обладают желтые цветки бессмертника, которые содержат эфирные масла, сахара, смолы, флавоноиды, обладающие желчегонным действием. Исследования механизма действия бессмертника показали, что он обладает значительным желчегонным действием, разжижает желчь, увеличивает содержание холатов, повышает тонус желчного пузыря. При приеме отваров бессмертника исчезают субъективные жалобы и диспепсические явления, уменьшается количество холестерина и билирубина в крови. Препараты бессмертника стимулируют секрецию желудка и поджелудочной железы, отвары растения показаны при дискинезиях, ангиохолециститах, холангитах, гепатитах.

Бессмертник применяется в виде отваров или настоев соцветий из расчета: 1 столовая ложка на 1 стакан кипятка, детям от 1 десертной до 2 столовых ложек в теплом виде за 30 минут до еды в течение 14—21 дня. Жидкий экстракт бессмертника применяется: $\frac{1}{2}$ —1 чайную ложку 3 раза в день. Выпускается сухой препарат бессмертника (фламин) в виде таблеток 0,05. Детям — по $\frac{1}{2}$ таблетки 3 раза в день за 30 минут до еды, курс 3—4 недели.

Кукурузные рыльца срезаются в фазе молочно-восковой спелости, сушатся в тени. Они содержат до 2% кукурузного масла, ненасыщенные жирные кислоты, витамины К и С, сапонины, флавоновые производные. Эти

вещества способствуют желчеотделению, сокращению желчного пузыря, расслаблению сфинктера Одди, уменьшают вязкость желчи, а также содержание билирубина и холестерина, увеличивают протромбин, благодаря чему увеличивается свертываемость крови. Применяются кукурузные рыльца при холециститах, холангитах, гепатитах в виде отвара (столовая ложка на 200 г кипятка). Принимать детям от 1 десертной ложки до 1 столовой ложки 3—4 раза в день перед едой в $\frac{1}{4}$ стакана теплой воды, курс — 3 недели. В аптечной сети кукурузные рыльца продаются в виде готового экстракта. Детям — по 10—15 капель 3 раза в день перед едой. Особенно показаны препараты кукурузных рылец у детей с носовыми кровотечениями, сопровождающимися снижением протромбина крови, что часто бывает при заболеваниях печени. Также эффективен при носовых кровотечениях у детей настой тысячелистника.

Тысячелистник обыкновенный. В период цветения собирают цветы, листья, верхушки соцветий. Тысячелистник содержит эфирное масло, в состав которого входит хамазулен, витамин К, борнеол, камфора, муравьиная, уксусная, изовалериановая кислоты.

Действие тысячелистника многогранно. Он обладает противовоспалительным, антиспастическим, обезболивающим, желчегонным и кровоостанавливающим действием.

Детям лучше применять отвар тысячелистника из расчета 1 чайная ложка на 200 г кипятка, принимать от 1 чайной до 2 столовых ложек по возрасту до еды, отвар разбавлять теплой водой.

Календула, ноготки лекарственные. Действующее начало содержится в цветочных корзинках, которые срезают в период горизонтального стояния краевых цветков. За лето можно собрать несколько урожаев. В состав входят каротин и до 3% каротиноидов, ликопин, эфирное масло, календен (19%), дубильные вещества, яблочная кислота. Растение обладает сильными бактерицидными свойствами, ранозаживляющими, противовоспалительными, желчегонными. При заболеваниях печени применяют отвар цветков календулы (столовая ложка на 200 г кипятка). Детям дают от 1 десертной до 2 столовых ложек в $\frac{1}{4}$ стакана теплой воды до еды 3 раза в день в течение 14—21 дня.

Можно применять настойку календулы детям старше

10 лет от 10 до 20 капель в $\frac{1}{4}$ стакана теплой воды 3 раза в день.

Мята перечная. Действующее начало содержится в молодых листьях, которые следует собирать в фазе бутонизации. Листья содержат эфирное масло, основным компонентом которого является ментол, который обладает многогранным действием: спазмолитическим, сосудорасширяющим, обезболивающим, желчегонным и мочегонным. Используют листья мяты в виде настоя (1 чайную ложку листьев на 200 г кипятка, настоять на водяной бане 20 минут, процедить и принимать по чайной — десертной ложке 3 раза в день до еды). Мята входит в состав препарата олиметина и многих сборов.

Большой популярностью в народе пользуется **шиповник**. Различают несколько его видов. Лучше всего применять шиповник коричный. Эффективен как желчегонное средство также шиповник собачий. В мякоти плодов содержится от 6 до 19% каротина, сахара, пектиновое вещество, глюкозиды, яблочная и лимонная кислоты, **витамины** В₂, К, Р. Вещества, содержащиеся в шиповнике, обладают регенерирующими свойствами, исполняют роль катализаторов в окислительно-восстановительных процессах в тканях, применяются как желчегонное средство при заболеваниях печени. Хороший лечебный эффект оказывает отвар измельченных плодов шиповника: 2 столовые ложки на 400 г воды, кипятить 10 минут в закрытой эмалированной посуде, настаивать не менее 2 часов, пить детям от $\frac{1}{4}$ до $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день перед едой.

С успехом применяют чай: смесь ягод шиповника и ягод черной смородины, чай из плодов шиповника и изюма, зеленый чай с плодами шиповника. В лечении заболеваний печени, особенно холециститов и гепатитов, применяется холосас — сироп из сгущенного водного экстракта плодов шиповника и сахара (по чайной ложке 3 раза в день).

Березовые листья и почки обладают фитонцидными, противовоспалительными, желчегонными и мочегонными свойствами. Настои листьев березы эффективны в лечении лямблиоза печени. Применяются настои березовых листьев и почек и как поливитаминное средство. Желчегонным действием обладают листья, которые следует применять в виде отваров: столовая ложка листьев на 200 г кипятка, детям от столовой ложки до $\frac{1}{4}$ стакана

3 раза в день перед едой. Отвар березовых почек готовится из расчета: 10 г почек на 200 г кипятка, назначают по чайной—столовой ложке 3 раза в день перед едой. Выраженным желчегонным действием обладает сок черной редьки, применяющийся в виде 25%-ного водного раствора для дуоденального зондирования или перед едой от чайной до столовой ложки 2—3 раза в день. Положительный лечебный эффект оказывает сок черной редьки с медом. Для этого берут редьку больших размеров, вырезают глубокую лунку, заливают медом на 12—24 часа и дают детям от чайной до столовой ложки 3 раза в день перед едой в течение 14 дней.

Листья и ягоды земляники лесной, а также брусники обладают желчегонным и мочегонным свойствами. Листья применяются в виде отвара: столовая ложка на 200 г кипятка. Пить по $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день в течение 3—4 недель. Свежие ягоды земляники необходимо употреблять не менее 200—300 г в день.

Арбуз и виноград можно отнести по механизму действия к гидрохолеретикам, то есть усиливающим секрецию желчи за счет водного компонента и содержащихся в них сахаров.

Хороший желчегонный и обезболивающий эффект при болезнях печени и желчевыводящих путей у детей дает отвар пижмы и володушки забайкальской в виде 5%-ного отвара, применяемого от чайной до десертной ложки 3—4 раза в день, а также 5%-ной настойки листьев барбариса, которую назначают по 3—5 капель на прием детям до 5 лет и 5—10 капель детям старше 5 лет 3 раза в день за 30 минут до еды в течение 4—6 недель.

Льнянка обыкновенная, чистотел и пижма относятся к растениям, обладающим сильнодействующим началом, поэтому их следует применять у детей старше 10 лет в виде настоя из расчета чайная ложка на 200 г кипятка; дозы: от чайной до десертной ложки 3 раза в день перед едой в течение 3 недель.

К желчегонным средствам, истинным холерикам, следует отнести ряд медикаментозных средств, содержащих растительные начала: аллохол (содержит сухую желчь животных, экстракт чеснока, крапивы, активированный уголь) применяется по 1 драже 3 раза в день после еды; холензим имеет тот же состав, что аллохол, с добавлением ферментов поджелудочной железы и кишеч-

ника скота, способ применения тот же; **холелетин** содержит настойку барбариса, диаскорей кавказской, остро-пестро, применяется по 10 капель 3 раза в день за 15 минут до еды; **берберин** содержит алкалоид листьев барбариса и применяется по 1—2 таблетки 3 раза в день.

Калина. Плоды содержат 32% инвертного сахара, дубильные вещества, изовалериановую, уксусную и аскорбиновую кислоты. При заболеваниях печени применяют настой ягод калины: 1—2 столовых ложки ягод растирают в ступке, заливают кипятком и настаивают 4—6 часов, пьют в теплом виде, детям перед едой от $\frac{1}{4}$ до $\frac{1}{2}$ стакана 3—4 раза в день. Настой особенно эффективен в случае сочетания патологии печени с пониженной секреторной функцией желудка, плоды калины улучшают работу кишечника.

Крапива двудомная. Молодые листья крапивы являются отличным поливитаминным средством, содержат большой процент каротиноидов, аскорбиновую кислоту, хлорофилл. Лучше всего применять настой свежих листьев крапивы: 2 столовые ложки нарезанных листьев крапивы на стакан кипятка, настоять на водяной бане 20 минут, пить по 2 столовые ложки — $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день перед едой. Крапива усиливает основной обмен, увеличивает процент гемоглобина и число эритроцитов, обладает камнерастворяющими свойствами, снижает процент сахара в крови.

Плоды укропа, петрушки и аниса усиливают секрецию желез желудочно-кишечного тракта, обладают желчегонным, спазмолитическим и противовоспалительным действием. Берут чайную ложку семян укропа или петрушки, толкут в ступке, заливают 2 стаканами кипятка, настаивают 2 часа, после процеживания настоем — от 1 до 3 столовых ложек 3—4 раза в день за 15 минут до еды курсами по 10—14 дней с перерывом в 10 дней в течение 3—4 месяцев. Настой семян укропа и аниса обладает лактогенными свойствами, поэтому может применяться при гипогалактии у кормящих матерей.

К лекарственным травам, применяемым при дискинезиях желчевыводящих путей по гипертоническому типу, относятся **валериана, белладонна, ромашка, чайный гриб, зверобой, березовые почки, душица, мята перечная, барбарис, анис обыкновенный.** Следует оговориться, что **валериана и белладонна** применяются главным образом в

качестве официальных препаратов, выпускаемых нашей промышленностью в виде экстрактов и настоек. Самостоятельно готовить настои из травы белладонны не следует ввиду возможности передозировки действующего начала и опасности отравления.

В народе применяется настой **корня валерианы**. Чайную ложку резаных корней заливают стаканом кипятка, настаивают 2 часа, детям дают от чайной до десертной ложки 3 раза в день, особенно перед дневным и ночным сном. Препарат валерианы тем более необходим, потому что дискинезия желчевыводящих путей чаще всего сочетается с вегетососудистой дистонией и невропатическими симптомами.

Валериана уменьшает возбудимость центральной нервной системы, снимает спазм гладкой мускулатуры, удлиняет действие снотворных. Хорош успокоительный чай, состоящий из корней валерианы: 1 часть листьев валерианы, мяты — 2 части, хмеля — 1 часть. Состав измельчают, берут столовую ложку смеси, заливают 2 стаканами кипятка, настаивают на водяной бане 30 минут, принимают по 1 столовой ложке — $\frac{1}{4}$ стакана 3 раза в день.

Ромашка популярна, как антиспастическое средство. Действующее начало — хамазулен содержится в цветочных корзинках, которые собирают в период горизонтального стояния белых лепестков. Настой цветков ромашки обладает противовоспалительным, болеутоляющим, желчегонным и антиаллергическим действием, усиливает регенеративные процессы, снимает спазм гладкой мускулатуры внутренних органов. Целебным действием обладает только ромашка аптечная и ромашка душистая (с полым цветоложем). Другие виды ромашек: полевая, купавка собачья, нивяник — такими свойствами не обладают. Лучше всего применять настой ромашки: столовую ложку цветков заварить стаканом кипятка, настоять 20 минут на водяной бане, применять детям от 1 столовой ложки до $\frac{1}{4}$ стакана 3 раза в день.

Душица обыкновенная может применяться самостоятельно и в смеси с другими травами, обычно ее заваривают как чай. Лечебным действием обладает трава душицы — смесь листьев и цветков. Душица содержит эфирные масла, тимол, карвакрол, дубильные вещества, аскорбиновую кислоту. Она оказывает успокаивающее действие на ЦНС, усиливает секрецию пищеварительных

желез, снимает спазм желчевыводящей системы, применяется не только при дискинезиях, но и при гепатите и желтухе, чаще всего в виде настоя в обычных дозировках.

Не менее популярен в народе **тимьян обыкновенный**, синонимы — чабрец, богородская трава. Действующее начало заключено в облиственных верхушках растения. Химический состав: эфирное масло, тимол, корвалол, флавоноиды, горькие дубильные вещества. **Чабрец** регулирует деятельность центральной и периферической нервной системы, нормализует сон, оказывает антиспастическое и противовоспалительное действие. Избыточное и длительное применение чабреца может привести к гипопункции щитовидной железы. Используют траву в виде настоя: столовая ложка травы на 250 г кипятка. Детям — от столовой ложки до $\frac{1}{4}$ стакана 3 раза в день перед едой, курс — 3 недели.

Применяют желчегонный чай из цветков бессмертника, пижмы, листа мяты, крапивы, корня солодки и ягод шиповника. Он способствует нормализации обмена веществ и восстановлению структуры органа.

В период диспансеризации больных с заболеваниями печени и билиарной системы нами предлагается следующая схема фитотерапии с целью предупреждения обострений: 1—1,5 месяца медикаментозной и седативной терапии в стационаре, затем 2 месяца лечения травами амбулаторно (1—2 травы или сбора каждые 2 недели с последующей их заменой, месяц минеральная вода, затем месяц перерыв и схема лечения повторяется в течение 2—3 лет).

Фитотерапию следует подбирать индивидуально с учетом типа дискинезий и нарушений функций печени. Детям не следует назначать громоздких сборов. Начать нужно с 1—2 трав, тщательно наблюдая, есть ли симптомы непереносимости (отвращение к настою, тошнота, усиление диспепсических явлений).

Сборы трав при заболеваниях печени и желчевыводящих путей у детей

- | | | |
|------------------------|----------|---|
| 1. Бессмертник (цветы) | 2 части; | 1 столовую ложку смеси |
| Трифоль (листья) | 2 части; | на 200 г кипятка. Отвар. |
| Мята перечная (лист) | 1 часть. | Пить в теплом виде детям по возрасту от столовой ложки до $\frac{1}{4}$ стакана 3 раза в день за час до еды |

2. Бессмертник (цветы)	1 часть;	Отвар. Способ применения см. в рецепте № 1
Корень одуванчика	1 часть.	
3. Зверобой (листья, цветы)	1 часть;	Отвар. Способ применения см. в рецепте № 1
Можжевельник (ягоды)	1 часть;	
Бессмертник (цветы)	1 часть.	
4. Брусника (все растение)	1 часть;	Отвар. Способ применения см. в рецепте № 1
Зверобой (листья, цветы)	1 часть.	
5. Земляника лесная (все растение)	3 части;	Отвар. Способ применения см. в рецепте № 1
Зверобой	1 часть.	
6. Плоды шиповника	1 часть;	Отвар. Применять по $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день до еды
Плоды черной смородины	1 часть.	1 столовую ложку смеси заварить стаканом кипятка. Настой. Пить от столовой ложки до $\frac{1}{4}$ стакана по возрасту до еды 3 раза в день
7. Березовые листья	1 часть;	Настой. Способ применения см. в рецепте № 7
Зверобой	1 часть.	Настой. Способ применения см. в рецепте № 7
8. Бессмертник (цветы)	2 части;	
Тысячелистник	1 часть.	
9. Одуванчик лекарственный (корень)	1 часть;	
Крушина (кора)	1 часть;	
Мята перечная (лист)	1 часть.	

ФИТОТЕРАПИЯ ЗАБОЛЕВАНИЙ КИШЕЧНИКА

Последние 10 лет значительно продвинулось изучение заболеваний тонкого и толстого кишечника, однако целый ряд вопросов, касающихся лечения, профилактики и диспансеризации больных с этой патологией, остается нерешенным.

Фитотерапевтические методы в системе комплексного лечения заболеваний кишечника должны занять определенное место, особенно в вопросах профилактики рецидивов болезни.

В данной главе будет рассмотрена роль фитотерапии в комплексном лечении энтероколитов, колитов, проктосигмоидита, неспецифического язвенного колита, вопросы профилактики запоров и дисбактериоза.

Энтероколиты. Острый энтероколит или обострение хронического энтероколита чаще всего связаны с нарушениями в режиме питания, погрешностями в диете, употреблением в пищу незрелых фруктов, ягод, сырых овощей, богатых грубой клетчаткой, злоупотреблением медикаментами, присоединением кишечных инфекций.

При энтероколитах основным методом лечения является продуманная диетотерапия с повышенным содержанием полноценных белков.

Из пищи исключаются молоко, сливки, сметана, специи, шоколад, цитрусовые, бобовые, какао и кофе, газированные напитки, сырые овощи и фрукты. Назначается диета № 4, содержащая слизистые супы, протертые каши, кисели, белые сухари, свежий протертый творог, трехдневный кефир, рисовый и овсяный отвары, рыбу отварную, мясо нежирных сортов, провернутое на мясорубке, печенье, яблоки; полезны отвары и кисели из черники и черемухи.

Наряду с медикаментозными средствами: эубиотиками, сульфаниламидными препаратами, ферментами и биопрепаратами в лечении и профилактике энтероколитов и инфекционной и неинфекционной этиологии должны применяться растительные средства, обладающие противовоспалительными, обволакивающими и антибактериальными свойствами. К противовоспалительным или вяжущим средствам относятся: ольховые соплодия, горец змеиный, лапчатка прямостоячая, конский щавель, кора дуба, гранат, грецкий орех, кровохлебка, календула, земляника, тысячелистник, аир болотный, зверобой, ромашка, подорожник, горец пучкий, дягель лекарственный.

Обволакивающие: крахмал картофельный и кукурузный, черника, черемуха, корень алтея, рис, овес.

Антибактериальные: зверобой, репешок, календула, аир, ромашка, чистотел, подорожник, лапчатка прямостоячая, полынь, эвкалипт, лук, чеснок.

Противовоспалительные или вяжущие средства при взаимодействии с белками тканей образуют плотные поверхностные соединения — альбуминаты, которые оказывают противовоспалительное, вяжущее, антимикробное и прижигающее действие в зависимости от концентрации применяемых растительных средств.

Рассмотрим способы применения отдельных растительных средств. Ольха серая: применяются кора и соплодия ольхи серой и ольхи клейкой, которые собирают осенью и зимой. Соплодия содержат дубильные вещества: танин до 2,3%, галловую кислоту — 3,7%. В коре ольхи большое количество дубильных веществ, тритерпеновые соединения, тритерпеновый спирт и др.

Кора и соплодия ольхи применяются при острых и

хронических энтеритах и колитах в качестве вяжущего средства в виде настоя, настойки, отвара коры, а также сухого экстракта.

Соплодия ольхи хорошо сочетаются с горцем змеиным, корой дуба, корнем и семенами конского щавеля.

Горец змеиный. Многолетнее травянистое растение с толстым, змеевидно изогнутым корнем, красноватым на изломе. В корнях содержится до 25% дубильных веществ, галловая кислота, катехины, крахмал до 26,5%, оксалат кальция, аскорбиновая кислота. Препараты горца змеинового обладают сильными вяжущими свойствами и применяются при поносах неинфекционного происхождения, а также при дизентерии и сальмонеллезе в схеме комплексного лечения.

Назначают отвар из корневища змеевика из расчета 3—5 г на 200 г воды, кипятят 30 минут, отцеживают и дают детям от $\frac{1}{2}$ чайной до столовой ложки в $\frac{1}{4}$ стакана воды за 30 минут до еды по возрасту. Можно применять также в виде мелкотолченого порошка 0,15—0,5 г 3 раза в день.

Лапчатка прямостоячая, дикий калган. Корневище лапчатки, выкопанное осенью, содержит до 31% дубильных веществ, а в надземной части растения до 12%, витамин С, яблочную и эллаговую кислоты, флобафены, смолы, крахмал. Наибольшее количество полезных веществ содержится в период цветения. Отвар из корневища оказывает сильное вяжущее, дубящее противовоспалительное и кровоостанавливающее действие. С успехом корень лапчатки применяется при энтеритах и колитах различной этиологии. Столовую ложку разрезанных корневищ заливают 200 г кипятка, кипятят 30 минут, процеживают, назначают детям от 1 чайной до столовой ложки в $\frac{1}{4}$ стакана теплой воды за 30 минут до еды. Листья, стебли и соцветия лапчатки применяются для лечения острых и хронических гепатитов и циррозов печени.

Дуб обыкновенный. В медицине применяется кора дуба, которую собирают при рубке леса с молодых ветвей стволов. В коре содержится 10—20% дубильных веществ, галловая, эллаговая кислоты, пентозаны до 14%, пектиновые вещества до 6%, кверцетин, сахара и флобафен.

Ввиду большого содержания дубильных веществ кора дуба применяется при энтеритах, энтероколитах и ге-

моколитах различной этиологии. 1 чайную ложку измельченной коры заливают 400 г воды, кипятят 30 минут, настаивают 2 часа, процеживают и дают детям от 1 чайной до столовой ложки 3—4 раза в день в теплом виде до еды.

Гранат. Для детей используют корку плодов, в которых находится до 28% дубильных веществ.

Одна чайная ложка измельченной кожуры плода граната заливается 2 стаканами воды, кипятится 30 минут, настаивается 2 часа, дают детям старше 5 лет от 1 чайной до 1 столовой ложки отвара в $\frac{1}{4}$ стакана теплой воды до еды.

Грецкий орех. С лечебными целями используется кожа незрелых плодов, перегородки и листья грецкого ореха, в которых содержится большое количество витаминов С, В, Р, провитамина А, эфирных масел, дубильных веществ, фитонцидов. Особенной популярностью пользуются отвары кожуры плодов и ореховая перегородка как вяжущее средство при энтеритах и энтероколитах, из расчета 1 чайная ложка мелкоизмельченной кожуры или перегородок на 200 г кипятка.

Способ приготовления и применения тот же, что кожуры плода граната. Ядра грецких орехов обладают значительным дубящим действием и с успехом применяются при гемоколитах неинфекционной этиологии, в частности при геморрагическом васкулите; по 5—6 орехов, растолченных до порошка, ежедневно назначают в течение 2 недель.

Кровохлебка лекарственная. Корневище с корнями кровохлебки применяется в качестве обволакивающего, вяжущего и кровоостанавливающего средства при заболеваниях тонкого кишечника. В корнях содержится до 23% дубильных веществ пирогаммовой группы, найдены галловая и эллаговая кислоты, сапонины до 4%, сангвисорбин, потерин.

Щавель конский. Лечебным действием обладают семена и корни щавеля, собранные осенью, в зависимости от дозы они обладают закрепляющим либо слабительным действием, применяются при острых и хронических заболеваниях кишечника.

Химический состав. Корни щавеля содержат до 4% антрахинона, в состав которого входят хризофановая кислота, эмодин, 8—12% дубильных веществ, кофейная кислота и флавоноид неопонин. Во всех частях растения

большое количество щавелекислого кальция (до 9%). Препараты щавеля противопоказаны при заболеваниях почек.

Применение. Отвар из корней конского щавеля: $\frac{1}{2}$ чайной ложки корней на 400 г, варить 15—20 минут, процедить, давать детям по чайной — столовой ложке 4—5 раз в день по возрасту.

Отвар семян конского щавеля: 2 столовые ложки семян залить 500 г воды, варить 15 минут, настоять 2 часа, давать детям до 3—7 лет — 2 столовые ложки 3 раза в день; 7—10 лет — $\frac{1}{3}$ стакана 3 раза в день; 10—14 лет — $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

Применяется также порошок корней конского щавеля в дозе 0,05—0,25 3 раза в день при поносах как вяжущее средство.

Перейдем к краткой характеристике средств, обладающих обволакивающим действием и широко употребляемых в лечении энтеритов и энтероколитов у детей.

Черника обыкновенная. В медицине используют ягоды и листья черники. Ягоды собирают по мере их созревания, листья собирают в мае — июне.

Сухие ягоды содержат до 17% дубильных веществ, яблочную, лимонную кислоты, пектиновые вещества, витамины С, А, В и др. Собирать ягоды надо совершенно зрелыми, сушить на солнце или в сушильном шкафу при температуре не выше 45°.

Ягоды черники употребляют как диетический продукт и в качестве симптоматического вяжущего средства при острых и хронических заболеваниях кишечника сырыми или сушеными в виде настоев, отваров и киселей, которые готовят из расчета 1—2 столовые ложки ягод на стакан кипятка, дают детям от столовой ложки до $\frac{1}{4}$ стакана 5—6 раз в день. Кисели готовят на крахмале с добавлением сахара.

Черемуха обыкновенная. Применяют листья, кору, ягоды черемухи. Плоды содержат дубильные вещества, яблочную, лимонную кислоты, глюкозид амигдалин, аскорбиновую кислоту, флавоноиды. Плоды черемухи применяют сухими и свежими в виде киселей, отваров. Способы приготовления такие же, как и у черники.

Отвар коры готовят так: 5,0 г коры кипятят в стакане воды 20—30 минут, дают детям от чайной до столовой ложки 3—4 раза в день.

Алтей лекарственный. Лекарственным сырьем слу-

жат корни и корневища алтея лекарственного, в котором обнаружено до 35% слизистых веществ, из них крахмала — 37%, пектиновых веществ — 16%, жира — 17%.

Водный настой алтея обладает обволакивающим, закрепляющим и отхаркивающим действием. 6,5 г мелко нарезанного корня заливают 100 г воды, настаивают час, принимают по чайной — столовой ложке через 2 часа.

Крахмал картофельный и кукурузный представляет собой смесь полисахаридов, обладающих выраженным обволакивающим действием, применяется внутрь в виде болтушки из расчета чайная ложка на 200 г воды, а также для приготовления киселей.

Из риса и овса готовят слизистые отвары из расчета столовая ложка на стакан кипятка, кипятят 20 минут, процеживают, дают пить от столовой ложки до $\frac{1}{2}$ стакана в качестве обволакивающего средства при срывах стула, особенно в первые дни заболевания.

Для приготовления настоя из эвкалипта необходимо взять 10 сухих листьев, заварить стаканом кипятка, нагреть до закипания, настоять 4—6 часов, листья не отцеживать: чем больше они будут настаиваться, тем больше бактерицидных веществ будет в настое; хранить настой можно в холодильнике до 7 дней.

Давать детям 3—14 лет от десертной до 2 столовых ложек 3 раза в день в течение 3—5 дней.

Настой лука и чеснока готовится из расчета $\frac{1}{2}$ мелко нарезанной головки лука или чеснока на 200 г кипяченой воды, настоять 2 часа, отцедить, давать при пищевых токсикоинфекциях детям старше 2 лет от чайной до столовой ложки через 2—3 часа. Настой может храниться в холодильнике не более 2 суток.

Довольно часто при воспалительных заболеваниях кишечника в процесс вовлекаются печень и желчевыделительная система. В этих случаях в вяжущих сборах должны присутствовать следующие травы: календула, тысячелистник, аир болотный, земляника, ромашка, зверобой, лапчатка прямостоячая, бессмертник.

Причинами возникновения колитов могут быть кишечные инфекции, глистные и паразитарные заболевания, алиментарный фактор; имеют значение нервные и физические перегрузки.

Послеинфекционные колиты (после дизентерии и

сальмонеллеза), своевременно не леченные, могут длиться годами.

Терапия колитов и проктосигмоидитов должна быть комплексной: диета, минеральные воды, медикаментозное лечение, фитотерапия, лечебная физкультура, физиолечение.

В острый период заболевания рекомендуется диета № 4 в течение 10—14 дней, затем диета № 4а, 4б, позже переход на диеты № 2 и № 15.

В патогенезе воспалительного процесса толстого кишечника при колите и проктосигмоидите лежит нарушение регенеративных свойств слизистой оболочки прямой кишки, поэтому в лечении должны участвовать и растительные средства, обладающие противовоспалительными, обволакивающими и регенерирующими свойствами.

Среди них предпочтение — тысячелистнику, листу земляники, зверобою, ромашке, подорожнику, анру болотному, дягилю лекарственному, эвкалипту, коре дуба, ядрам грецкого ореха, конскому щавелю, крахмалу, рису, корню алтея.

Обязательно должны применяться растительные средства антиспастического действия, облегчающие метеоризм (укропное семя, ромашка, тысячелистник, трава и семена петрушки, айва, плоды аниса, спорыш).

В лечении колитов и проктосигмоидитов целесообразна местная ректальная терапия в виде микроклизм из лекарственных трав, минеральной воды, тампонов, которые способствуют восстановлению слизистой прямой кишки.

Для микроклизм хороши ромашка, эвкалипт, подорожник, шалфей, цветки календулы.

Диспансеризация больных колитами и проктосигмоидитами должна проводиться не реже 1 раза в 3 месяца врачом-гастроэнтерологом или педиатром; таким больным необходимы курсы микроклизм не реже двух раз в год (на курс 10—15 клизм) и растительные отвары, подобранные индивидуально, по 1,5—2 месяца 3—4 раза в год наряду с диетой, минеральными водами, лечебной физкультурой и санаторным лечением.

Неспецифический язвенный колит. Это тяжелое заболевание кишечника с язвенно-геморрагическим или гнойным воспалением слизистой, протекающее с нарушением обмена веществ. Этиология неспецифического,

язвенного колита до сих пор с достоверностью не выяснена. Заболевание связывают главным образом с перенесенными ранее кишечными инфекциями (дизентерией, сальмонеллезом), имеет значение и наследственный фактор, непереносимость отдельных продуктов питания.

О. А. Каншина с соавторами (1982) отмечает, что у половины детей заболевание протекает в легкой форме, у четвертой части — в тяжелой, у остальных — средней степени тяжести.

О. А. Каншина и Н. Н. Каншин (1974) в своей классификации выделяют 2 клинические формы болезни: непрерывную и рецидивирующую.

Нередко больные неспецифическим язвенным колитом склонны к поражению желчевыводящих путей и печени, что, к сожалению, усугубляет и терапия некоторыми медикаментозными средствами.

Правильная диета является залогом успешного лечения. В острый период заболевания назначается диета № 4б, 4в по Певзнеру с постепенным переходом к диете № 2, а при поражении печени и желчных ходов — к диете № 5. Исключаются блюда, содержащие грубую клетчатку: сырые овощи, фрукты, бобовые, а также мед, варенье, конфеты, шоколад, сдобная выпечка, пряности, цитрусовые, виноград, земляника лесная, копчености, консервы, колбаса, мясные и рыбные супы, соусы, черный хлеб, острые приправы (перец, хрен, горчица, лук, чеснок), жирная пища, жареные блюда, молоко.

При назначении диеты следует учитывать аллергоанамнез. В ремиссию диету можно расширить за счет вареных и печеных фруктов и овощей, свежих ягод, творога, кефира.

Наблюдение за диетой должно быть очень тщательным, так как даже небольшое нарушение ведет к срыву стула и обострению колитического синдрома.

Фитотерапия как вспомогательное средство лечения возможна и в острый период болезни, а особенно важна она в лечении осложнений медикаментозного характера и в предупреждении рецидивов во время диспансерного наблюдения.

Фитотерапевтические средства лечения при этой болезни разделяются на следующие группы:

1) противовоспалительные (вяжущие): лапчатка прямостоячая (корень), ольховые соплодия, горец змеиный (корень), конский щавель (корень и семена), кора ду-

ба, кора плода граната, грецкие орехи (ядра и перегородки), кровохлебка (корень), календула (цветы), аир болотный (корень), зверобой (листья и цветы), ромашка (листья и цветы), подорожник (лист), горец птичий (стебли, листья, цветы), дягиль лекарственный (листья, корни);

2) эпителизирующие и регенерирующие: тысячелистник, подорожник, алоэ, календула, зверобой, ромашка, капустный и картофельный соки, лапчатка прямостоячая, эвкалипт, шиповник, облепиха, будра плющевидная, сушеница топяная и лесная;

3) обволакивающие: черника, черемуха, корень алтея, рис, овес, крахмал картофельный и кукурузный;

4) антиспастические (при метеоризме и болях в кишечнике): укропное семя, ромашка аптечная, тысячелистник, трава и семена петрушки, айва, плоды аниса, горец птичий (спорыш), мята перечная, чеснок;

5) кровоостанавливающие (при появлении крови в стуле): кровохлебка лекарственная, тысячелистник, крапива двудомная, пастушья сумка, подорожник, зверобой;

6) растительные средства для клизм: масла шиповника, облепихи, льна, оливковое, отвары эвкалипта, календулы, ромашки, шалфея, спорыша, подорожника, каланхоэ, коры дуба.

Мы остановимся лишь на характеристике ранее не описанных растительных средств регенерирующего, антиспастического действия и применяемых в клизмах.

Картофельный сок из-за большого содержания в нем крахмала и алкалоида соланина обладает обволакивающим, спазмолитическим, противовоспалительным и противоязвенным действием.

Детям при неспецифическом язвенном колите его можно назначать от 1 десертной ложки до $\frac{1}{4}$ стакана 3 раза в день перед едой в течение 10—14 дней. Выраженным противоульцерозным эффектом обладает капустный сок, содержащий витамин U. Его рекомендуют давать перед едой (1—2 столовые ложки до $\frac{1}{2}$ стакана (в зависимости от возраста) не менее 3—4 недель).

Достаточным противовоспалительным эффектом обладает свежий сок алоэ древовидного. Свежий, отжатый из листьев сок алоэ применяется в дозе 1 чайная — 1 столовая ложка 3 раза в день, детям сок следует разбавить кипяченой водой ($\frac{1}{4}$ стакана). Сок алоэ назна-

чают осторожно, так как он не всеми хорошо переносится.

При склонности к метеоризму необходимо не менее 2 недель употреблять преимущественно белковую пищу, исключить варенье, сахар, сладкие ягоды и фрукты, вызывающие брожение в кишечнике, на ночь принимать простоквашу или кефир.

При метеоризме хороши укропное семя, ромашка, тысячелистник, трава и семена петрушки, айва, плоды, аниса, корень айра, спорыш, мята, мелисса лекарственная, плоды тмина.

Ректальный метод введения лекарств привлекает простотой и безболезненностью выполнения процедуры, быстротой всасывания препарата, меньшей частотой побочных реакций, особенно аллергических.

Микроклизмы с настоями спорыша, тысячелистника, зверобоя, ромашки, ольховых шишек, коры дуба, семени льна, сока каланхоэ уменьшают бродильные процессы и воспаление, снимают спазм кишечника и способствуют репарации слизистой оболочки.

С этой же целью рекомендуют клизмы из облепихового, шиповникового масел, рыбьего жира, масляного раствора витамина А, крахмального геля, отваров ромашки и эвкалипта, корня кровохлебки, сока каланхоэ на глюкозе. Особенно полезны эти средства во время диспансерного наблюдения.

Микроклизмы детям делают всегда после очистительной клизмы или сразу после дефекации. Объем лечебной клизмы должен быть не более 10—40 мл в зависимости от возраста ребенка. Клизма делается в положении больного на левом боку с подогнутыми ногами, температура не менее 45°, медленно (лучше через катетер 20-граммовым шприцем). На курс — 10—15 клизм ежедневно или через день, 2 курса в год.

Дисбактериоз. В наше время массивной антибиотикотерапии общизвестен и остро актуален дисбактериоз у детей. Наиболее способствуют развитию дисбактериоза пенициллин, эритромицин, тетрациклин, олеандомицин, сульфаниламиды, амидопирин, ацетилсалициловая кислота. Более щадящими для микрофлоры кишечника считаются полимиксин и гентамицин.

Известно, что при дисбактериозе нарушается нормальный биоценоз кишечника, активизируется условно патогенная микрофлора, снижается ферментативная

функция пищеварительных желез. Особенно опасно бесконтрольное и широкое применение антибиотиков в первые месяцы жизни, тогда нарушение биоценоза кишечника развивается очень быстро. Длительный дисбактериоз часто ведет к развитию колита и энтероколита.

В отделении новорожденных нами наблюдались дети с различными формами локализованной гнойно-септической инфекции, лечившиеся антибиотиками. У некоторых детей на 3—7-й день антибиотикотерапии развились явления дисбактериоза с клинической картиной энтероколита: частый жидкий стул со слизью и зеленью.

Дисбактериоз носит обычно длительный, хронический характер и лечение его не может быть форсированным, а традиционный курс лечения продолжителен и включает последовательное применение многочисленных лекарственных препаратов. При этом не всегда можно получить ожидаемый эффект, либо он бывает кратковременным.

После лечения часто продолжают длительные упорные поносы.

В этом случае немаловажную роль должна сыграть фитотерапия, способствующая нормализации биоценоза кишечника, оказывающая бактерицидное, противовоспалительное и регенерирующее действие. Растительные средства следует применять с учетом клинических и лабораторных данных (кислотности желудочного сока, микрофлоры).

Очень важна диета с кислыми соками (гранатовым, черной смородины, лимонным, кислых смесей), а также отваром шиповника.

По механизму действия растительные средства при дисбактериозе могут быть разделены на несколько групп:

1. Усиливающие секреторную деятельность пищеварительных желез: тысячелистник, полынь, трифоль, золототысячник, корень одуванчика, аир, подорожник, капустный сок.

2. Обладающие бактерицидным действием: эвкалипт, элеутерококк, зверобой, календула, настой чеснока (применяются в основном при высеве патогенной микрофлоры). Растения, подавляющие стафилококк: земляника лесная, барбарис, малина, рябина черная и красная, черника. При избытке дрожжевых грибов — морковь, корица 10—15%, отвар овсяной соломы. При избытке

микробов Коли-группы назначают корень лапчатки прямостоячей, гниlostной и кокковой микрофлоры — тысячелистник, полынь, мякоть абрикоса, гвоздику, лавровый лист.

3. Растительные средства закрепляющего действия (при разжиженном стуле): дубовая кора, ольховые соплодия, корка граната, лапчатка прямостоячая, подорожник, корень кровохлебки, змеевика.

4. Растения, обладающие антиспастическим действием (при метеоризме): ромашка аптечная, тысячелистник, золототысячник, мята перечная, подорожник, полынь, мелисса лекарственная, тмин, фенхель.

Детям до 3 лет достаточно назначить 1—2 растительных средства, детям старше 3 лет рекомендуются сборы из 2—4 растений.

Поделимся собственным опытом лечения дисбактериоза кишечника у детей растительными средствами, в основном после безуспешного курса медикаментозного лечения.

Под наблюдением находилось 32 ребенка в возрасте от 5 месяцев до 14 лет, амбулаторно наблюдалось 12 человек, в гастросанатории — 20 человек.

Декомпенсированный дисбактериоз зарегистрирован у 12 детей (37,5%), субкомпенсированный у 12 (37,5%), компенсированный у 8 (25%). У большинства дисбактериоз носил локализованный характер. Из 17 новорожденных трое детей родились недоношенными, 14 находились на искусственном с смешанном вскармливании, 17 детей имели отягощенную наследственность по желудочно-кишечным заболеваниям.

Из 32 больных дисбактериозом хронические заболевания кишечника (колиты, энтероколиты) зарегистрированы у 19 детей, гастриты — у 5, заболевания печени и желчевыводящих путей — у 8, у 3 детей — лямблиоз, непереносимость к медикаментам и аллергозаболевания — у 14, 9 имели 3—4 сопутствующих заболевания.

В анамнезе — высокая частота факторов, нарушающих функции желудочно-кишечного тракта.

При первичном осмотре непереваренный жидкий неустойчивый стул наблюдался у 43,8% детей, болезненность при пальпации и боли в животе — у 65,6, отсутствие или резкое снижение аппетита — у 28,1, тошнота и рвота — у 21,8, упорные запоры и метеоризм — у 37,5,

увеличение печени — у 21,8% детей, преимущественно раннего возраста.

Большинство детей получали биопрепараты и ферменты кратковременно и нерегулярно, поэтому стойкого клинического эффекта (особенно в младшей возрастной группе) не было достигнуто.

Детям постарше 2—3 раза в год проводили противорецидивное медикаментозное лечение. Стул нормализовался, но оставались диспепсические жалобы и боли в животе, в кале обнаруживались патологические микробные ассоциации.

Кал на бактериоз до траволечения исследовался у всех 32 больных. Он выявлялся преимущественно как сочетанное нарушение аэробного и анаэробного компонентов: уменьшение количества бифидум- и лактобактерии, гемолизирующая кишечная эшерихия обнаружена у 56,2% больных, кишечная палочка со сниженными ферментативными свойствами — у 32,2% больных. В части случаев дисбактериоз был ассоциированным: дефицит бифидум-флоры сочетался с повышенным ростом золотистого стафилококка, протей, лактозонегативной кишечной палочки.

Все дети старшего возраста в санатории получали 2—3 недели пенокислородный коктейль из витаминного сбора (ягоды шиповника вместе с ягодами рябины), 23 ребенка — отвар тысячелистника, 10 — настой зверобоя, 10 детей — трифоль и подорожник.

Для подавления нежелательной кишечной флоры (стафилококк, протей) применялись травы бактерицидного действия: эвкалипт и календула.

Мы считаем наиболее эффективным следующий комплекс: настой тысячелистника за 30 минут до еды и настой или настойка эвкалипта после еды в течение 14 дней, затем настой трифоли или подорожника до еды, настой или настойка календулы после еды — 14 дней, после чего — поливитаминный чай (шиповник, рябина) в течение 14 дней до еды.

После проведенного лечения дисбактериоз не выявлен у 40,6% детей, клиническое выздоровление (без лабораторного подтверждения) у 43,8%, у 15,6% детей отсутствовал эффект от лечения (лабораторно). Исчезновение жалоб на диспепсические явления и нормализация стула зарегистрированы у всех больных.

Таким образом, коррекция дисбиотических сдвигов

у детей, требующая длительного лечения, может быть с успехом проведена правильно и своевременно примененной фитотерапией.

Эти больные в дальнейшем нуждаются в диспансерном наблюдении и повторных курсах противорецидивного лечения фитопрепаратами.

Сборы для лечения дисбактериоза даны в конце данного раздела брошюры.

Запоры. В акте дефекации участвуют несколько систем организма: гладкая мускулатура толстой кишки, брюшного пресса, мускулатура таза, при одновременном расслаблении наружного и внутреннего сфинктеров ануса.

Причины запоров у детей могут быть самые разнообразные: прием в малых количествах пищи, не содержащей химических и механических раздражителей, еда, богатая белком и бедная водой, привычны запоры у детей-невропатов, нарушение условного рефлекса на акт дефекации при смене обстановки, местности, климата, различного рода интоксикации и функциональные изменения в других органах. Случаются запоры воспалительного характера у детей, перенесших кишечные инфекции (сальмонеллез, дизентерию), токсические запоры, связанные с наличием острого лихорадочного заболевания, механические запоры (опухоли, рубцы), запоры центрального происхождения при органических поражениях головного и спинного мозга.

Немаловажную роль играет диета. Следует избегать продуктов, тормозящих перистальтику, и вяжущих средств: слизистых супов, протертого мяса, риса, белого хлеба, макаронных изделий, шоколада, какао.

Усиливают перистальтику кишечника свежие овощи (морковь, свекла, огурцы, редис, лук, квашеная капуста), фрукты (инжир, финики, орехи, чернослив, яблоки, виноград), молочнокислые продукты (простокваша, варенец, одно- и двухдневный кефир).

При запорах полезны овощные и ягодные соки: абрикосовый, сливовый, яблочный, морковный, свекольный, капустный (особенно принятые натощак).

По механизму действия слабительные можно разделить на 3 группы:

1) средства, способствующие увеличению объема кишечного содержимого и поэтому усиливающие перистальтику за счет механического раздражения: морская

капуста, льняное семя, агар-агар, сырые овощи и фрукты, инжир, чернослив, курага, изюм, а также брюква, капуста, крыжовник, репа, ревень, сельдерей, чеснок, яблоки, отруби, семя подорожника;

2) средства обволакивающего действия, облегчающие прохождение пищи по желудочно-кишечному тракту (оливковое, растительное, шиповниковое, миндальное масло, рыбий жир);

3) средства, содержащие производные антрахинона, раздражающе действующие на слизистую кишечника (ревень, крушина, александрийский лист, алоэ, жостер).

Слабительные следует назначать, учитывая морфологические изменения слизистой кишечника.

При отсутствии воспалительных изменений в кишечнике и слабой двигательной функции целесообразно применять первую и третью группу слабительных средств. При спастических запорах — первую и особенно вторую группу растительных слабительных в сочетании с препаратами красавки.

Дети, страдающие хроническими запорами, склонны к дисбактериозу, поэтому лечение следует проводить в сочетании с биопрепаратами (колибактерином, бифидумбактерином, лактобактерином, бификолом). В качестве легких слабительных годятся минеральные воды: моршанская, баталинская, славяновская. Следует помнить о противопоказаниях: нельзя слабительные применять при остром аппендиците, холецистите, остром перитоните, язвенном поражении желудочно-кишечного тракта, при циститах.

Начинать лечение запоров у детей лучше с самых простых средств. Хорошим послабляющим действием обладают ягодные, фруктовые, овощные соки, инжир, чернослив, изюм, курага. Иногда помогает чернослив — 15—20 штук залить кипятком на ночь, утром очистить от косточек, растереть и принимать натошак, запивая кефиром или простоквашей.

Часто целесообразен джем: в равных частях берут инжир, курагу, чернослив, удаляют косточки, размачивают, смешивают и принимают натошак от 1 чайной до 1 столовой ложки 2 раза в день. Рекомендуются и такая смесь: 100 г алоэ или 200 г александрийского листа провернуть через мясорубку вместе с равным количеством фруктов, добавить 250 г меда, смешать, принимать по 1 столовой ложке в $\frac{1}{2}$ стакана воды перед сном.

Благоприятно действие меда в сочетании с фруктовыми соками или отварами трав (1 столовая ложка меда на 200 г отвара тысячелистника, золототысячника или крапивы).

У ослабленных больных токсические запоры могут быть устранены приемом перед едой 1—2 чайных ложек крахмала с водой.

Кишечную перистальтику хорошо возбуждает картофельный сок, содержащий соланин (утром натощак от 1 чайной до 1 столовой ложки).

Пользу нередко приносит небольшая клизма из 100 г теплой воды и 1 столовой ложки растительного масла (подсолнечного, оливкового и др.).

Хороший эффект дает прием растительных масел внутрь (1 чайная — 1 столовая ложка натощак перед обедом).

Целесообразно для активизации работы толстого кишечника утром выпить холодную или минеральную воду, фруктовый сок. Если это не поможет, то использовать глицериновую свечу или свечу с белладонной.

Мы рекомендуем для лечения хронических запоров у детей старше года очень простые мероприятия, которые оказались достаточно эффективны.

Утром натощак ребенок принимает 30—100 г простой воды комнатной температуры или с добавлением 1 чайной ложки меда, после чего надо сделать энергичные упражнения для брюшного пресса. Перед обедом и перед ужином ребенку дают винегрет с подсолнечным маслом или салат из свежей тертой свеклы или моркови с добавлением толченых грецких орехов со сметаной или майонезом. Перед сном — 100—200 г кефира. Подобную диету соблюдать длительное время. Эффект наступает уже на первой неделе и хорошо помогает как при атонических, так и при спастических запорах. Если эта диета не помогает, то в течение 10 дней на ночь вместе с кефиром давать ребенку часть таблетки бесалола или бекарбона.

Мы получили хороший эффект от подобной диеты.

* * *

К сожалению стандартный объем брошюры не позволяет рассказать обо всем том, что мы хотели. Думаем, однако, что в будущем вернемся к этой очень важной теме—применение лекарственных растений в медицине.

**Весовая ценность некоторых лекарственных растений,
применяемых в педиатрической практике**

№№ п/п.	Название растительного средства	Одна сто- ловая ложка в граммах	Одна чай- ная ложка в граммах
1	Аир, корень	5,3	2,3
2	Анис, семена	11,6	3,2
3	Багульник, ветки	3,8	1,2
4	Береза, лист	1,2	0,3
5	Береза, почки	11,5	4,3
6	Бессмертник, цветы	1,5	0,8
7	Боярышник, ягоды	16,5	5,7
8	Боярышник, цветы	3,0	0,5
9	Бузина, цветы	3,9	1,5
10	Валериана, корень	8,0	3,0
11	Вахта трехлистная, лист	2,5	0,8
12	Горец змеиный, корень	13,3	6,0
13	Гранат, кора	8,5	3,5
14	Грушанка круглолистная, лист	1,85	0,8
15	Девясил, корень	11,8	4,1
16	Донник лекарственный, трава	2,2	0,9
17	Дубовая кора	6,0	2,5
18	Душица, трава	2,8	0,9
19	Зверобой, трава	5,0	1,5
20	Земляника, лист	2,0	0,8
21	Иван-чай, трава	2,1	0,5
22	Календула, цветы	2,3	1,0
23	Клевер луговой, цветы	1,7	0,75
24	Кориандр	8,0	2,9
25	Крапива двудомная	2,5	0,6
26	Кровохлебка, корень	7,0	2,8
27	Крушина, кора	5,0	1,8
28	Липа, цветы	0,9	0,4
29	Льнянка, трава	3,0	0,7
30	Малина, лист	1,7	0,8
31	Мать-и-мачеха, лист	1,4	0,5
32	Можжевельник, ягоды	7,8	2,0
33	Мята перечная, лист	2,7	0,8
34	Овес, зерно	14,0	5,2
35	Ольховые соплодия	3,7	1,3
36	Пастушья сумка, трава	3,1	1,0
37	Петрушка, лист	1,7	0,6
38	Пижма, цветы	4,2	1,3
39	Подорожник, лист	1,2	0,3
40	Полюнь горькая, трава	2,5	0,8
41	Почечуйная трава	3,8	1,4
42	Пустырник, трава	5,0	1,4
43	Репешок, трава	2,7	1,0
44	Ромашка аятечная, трава	3,4	1,1
45	Рябина обыкновенная, ягоды	9,5	3,2
46	Смородина, лист	1,4	0,5
47	Сосна, почки	3,7	1,6
48	Спорыш, трава	1,8	0,8

№№ п/п.	Название растительного средства	Одна сто- ловая ложка в граммах	Одна чай- ная ложка в граммах
49	Сушеница топяная, трава	1,5	0,8
50	Тмин, семя	9,6	3,3
51	Толокнянка, лист	7,6	2,2
52	Тысячелистник, трава	2,8	0,9
53	Укроп, семя (огородный)	5,1	2,2
54	Фенхель, семя	8,8	2,7
55	Фиалка трехцветная, трава	3,4	1,2
56	Хвощ полевой, трава	1,1	0,6
57	Хвощ полевой (одна долька брикета)	8,2	—
58	Хмель, шишки	1,0	0,3
59	Чабрец, трава	1,5	0,8
60	Череда, трава	5,5	1,5
61	Черемуха, ягода	12,0	4,6
62	Чистотел, лист	1,2	0,5
63	Шалфей, трава	3,4	1,1
64	Шиповник коричный, ягоды	15,5	4,5
65	Эвкалипт, 10 листьев	2,5	

Примечание: указанная весовая ценность является относительной, должна приниматься с поправкой $\pm 0,9$ для столовой ложки и $\pm 0,2$ для чайной.

Научно-популярное издание

Наталья Львовна Меньшикова,

Альбина Ильинична Чистякова

ФИТОТЕРАПИЯ В ПЕДИАТРИИ

(Лекарственные растения — детям)

Главный отраслевой редактор А. Нелюбов

Редактор А. Поликарпов

Мл. редактор Л. Щербакова

Худож. редактор М. Бабинчева

Техн. редактор Т. Захаренкова

Корректор И. Богданова

ИБ № 10668

Сдано в набор 24.05.90. Подписано к печати 17.07.90. А-02077. Формат бумаги 84×108^{1/8}. Бумага тип. № 12. Гарнитура литературная. Печать высокая. Усл. печ. л. 3,36. Усл. кр.-отт. 3,68. Уч.-изд. л. 3,52. Тираж 295 184 экз. Заказ 887. Цена 15 коп. Издательство «Знание». 101835, ГСП, Москва, Центр, проезд Серова, д. 4. Индекс заказа 906208. Типография Всесоюзного общества «Знание», Москва, Центр, Новая пл., д. 3/4.

ВРАЧ — ТВОЕ ПРИЗВАНИЕ!

Во всех медицинских вузах столицы учатся студенты, прошедшие медико-биологические подготовительные курсы.

*Очное отделение, тел.: 944-45-80
190-79-19*

Заочное отделение. Заявку и конверт с обратным адресом направляйте по адресу: 123458, г. Москва, ул. Таллиннская, д. 22, Научно-методический и учебно-консультативный центр «Эрудит».

Дорогой читатель!

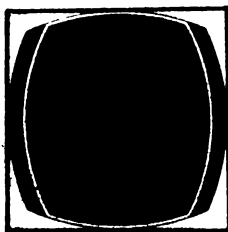
Брошюры этой серии в розничную продажу не поступают, поэтому своевременно оформляйте подписку.

Подписка на брошюры издательства «Знание» ежеквартальная, принимается в любом отделении «Союзпечати».

Напоминаем Вам, что сведения о подписке Вы можете найти в «Каталоге советских газет и журналов» в разделе «Центральные журналы», рубрика «Брошюры издательства «Знание»

ЗНАНИЕ

**Цена подписки
на год
1 руб. 80 коп.**



Наш адрес:
СССР,
Москва,
Центр,
проезд Серова, 4