

## К ВОПРОСУ О РЕАБИЛИТАЦИОННЫХ ВОЗМОЖНОСТЯХ ПРИМЕНЕНИЯ ФИТОТЕРАПИИ У ЛИЦ, СТРАДАЮЩИХ НИКОТИНОВЫМ АБСТЕНЕНТНЫМ СИНДРОМОМ

*А.А.Спицын*

*Государственный институт управления и социальных технологий БГУ, ул. Ботаническая, 15, 220037, г. Минск, Беларусь, E-mail: spitsyn.a.a.1979@gmail.com, +375(29)7682878*

Abstract. The article discusses the potential use of medicinal plants in the rehabilitation of persons suffering from nicotine abstenentnym syndrome (tobacco addiction). Based on the theoretical analysis offers a specific collection of medicinal plants.

В настоящее время интерес к созиданию своего здоровья при помощи природных средств возрастает. Во многом этот интерес связан с осознанием экологической неадекватности образа жизни, принятого в техногенной цивилизации [1].

Ухудшение состояния окружающей среды, избыточное использование синтетических ксенобиотиков как компонентов пищевых продуктов, гигиенических средств и лекарств превращается в самостоятельный фактор риска. То, что в определенных ситуациях может спасти жизнь, в результате неразумного использования превращается в причину гибели. Лекарственная болезнь становится причиной безвременной смерти всё большего количества людей. Синтетические бытовые и гигиенические средства становятся причиной распространения аллергических дерматитов. Курение, неумеренное употребление алкоголя, модифицированных жиров и консервантов вкуче с загрязнением воздуха и воды вызывают рост заболеваний сердечно-сосудистой системы и опухолевых процессов[1].

В этих условиях всё больше людей стараются обращаться к здоровому образу жизни, правильному питанию, замене сильнодействующих лекарств более мягкими и безвредными фитопрепаратами.

Наиболее символичным нарушением здорового образа жизни являются различные формы употребления табака.

Курение является существенным фактором возникновения заболеваний сердечно-сосудистой и дыхательной системы, а так же опухолевых процессов. В частности в России ежегодно от заболеваний, потенцированных никотиновой зависимостью, умирает более 300 тыс. человек [2].

В настоящее время наиболее распространённым способом лекарственной коррекции никотиновой аддикции является никотинзаместительная терапия. Эффективность данного типа фармакологического воздействия подтверждена клиническими испытаниями [3]

Успешно применяется так же терапия при помощи протекторов дофамина [4] и агонистов никотиновых рецепторов [5]

Однако в разработке программы реабилитации никотин-зависимых лиц не всегда учитывается необходимость лечение не только самого аддиктивного симптомокомплекса, но и сопутствующих проблем со здоровьем. [1]

Широкие возможности для полноценной реабилитации лиц с никотиновым абстинентным синдромом открывает фитотерапия. Являясь, по-существу, биолгически активными добавками к пище лекарственные растения могут быть использованы для мягкой коррекции нарушений, возникающих в результате курения. [1]

На наш взгляд, сбор растений, применяемый в процессе реабилитации лиц с никотиновым абстинентным синдромом, должен обладать следующими свойствами.

1. Способствовать удалению мокроты и смол из дыхательных путей.
2. Освежать дыхание, устраняя «эффект напоминания».
3. Оказывать противовоспалительное действие на органы дыхания и желудочно-кишечного тракта.

4. Способствовать биотрансформации и выведению токсинов из организма.
5. Оказывать общеукрепляющее действие.
6. Обладать противоопухолевой активностью.
7. Снижать эмоциональную напряженность и уровень беспокойство, по возможности без потери работоспособности.
8. По возможности восстанавливать репродуктивную функцию.

Опыт травничества и фитотерапии [6] показывает, что с задачами №1,2,3,4,5 и 8 великолепно справляется трава тимьяна ползучего (*Thymus serpyllum L.*), использование которой в качестве антисептика, отхаркивающего и общеукрепляющего средства известно ещё со времён древнейших письменных культур – Шумера и Египта. Задачи №2 и 7 можно выполнять, используя лист Melissa officinalis L., которая, кроме того будет устранять негативный эффект чабреца на ЧСС. К решению задач № 3, 4 и 7 могут быть подключены цветущие побеги вереска *Calluna vulgaris L.*, а задач №5, 6 и 8 – соцветия ноготков *Calendula officinalis L.*

Таким образом сбор принимает вид:

*Thymus serpyllum L* -2 части (по массе),

*Melissa officinalis L* -1 часть,

*Calluna vulgaris L.* – 1 часть,

*Calendula officinalis L.* - 1 часть.

Людям, склонным к гипотензии целесообразно заменить лист Melissa на траву зверобоя *Hypericum perforatum L.* в той же пропорции. Все компоненты сбора тщательно измельчить и перемешать.

Лекарственная форма – настой, готовится из расчёта 25 г сбора на 250 мл кипятка (70–80° С). Залить и настоять в керамическом заварнике 20 минут. Употреблять в тёплом виде трижды в день по 200 мл.

Данный сбор и рекомендации составлены исходя из известных из многолетнего опыта свойств лекарственных растений и приведенных выше теоретических рассуждений. Для использования в широкой практике средство нуждается в доклинических и клинических испытаниях.

#### Литература

1. **Технологии** здравосозидания с использованием природных средств. Фитотерапия. Аутогомокибернетика. Здоровое питание./ Спицын А.А., Скачко А.И.Богданович О.И. // Мн: «Галіяфы». 2015. 110 с.
2. **Масленникова Г. Я.**, Г. Влияние курения на здоровье населения: место России в Европе / Масленникова Г. Я.,Оганов Р. // Проф. забол. и укрепление здоровья. 2002; 6: 17–20
3. **Tonnesen P.** A double-blind trial of a nicotine inhaler for smoking cessation / Tonnesen P., Nurregard J., Mikkelsen K. et al. // JAMA. 1993; 269: 1268–1271
4. **Ebbert J. O.** Treating tobacco dependence; review of the best and latest treatment options/ Ebbert J. O., Sood A., Hays J. T. et al. // J. Thor.Oncol. 2007; 2: 249–256.
5. **Кукес В. Г.**, Варениклин — препарат нового поколения для лечения табачной зависимости / Кукес В. Г., Маринин В. Ф., Гаврисюк Е. В. // Клин. фармакология и терапия. 2009, 18 (3), 1–5.
6. **Лекарственные растения и их применение.** / Под ред. Юркевич И.Д., Мишенин Д. Мн.: «Наука и техника». 1976. 589 с.