

Лекция 2

ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ БОЛЬНЫХ ЛЕГОЧНЫМ ТУБЕРКУЛЕЗОМ И ДРУГИМИ БРОНХОЛЕГОЧНЫМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ

План-конспект лекции

При создании арсенала лекарственных растений следует делать ставку на то сырье, которое можно заготовить самим. Анализ частоты включения лекарственных растений в индивидуально подобранные сборы для лечения больных легочным туберкулезом. Лидирующее растение традиционных медийн солодка включена в 100 % сборов как средство, тропное к легким и бронхам, «проводник» других лекарств, мощный детоксикант и противовоспалительное средство. Отвар корня солодки не вызывает осложнений. Цветки Лабазника вязолистного, Пижмы обыкновенной, лист и ветви Малины обыкновенной, лист Крапивы двудомной, плоды видов шиповника включены в 99–91 % сборов, имеют достаточные природные ресурсы и должны входить в арсенал фитотерапевта. Тибетский гепатопротективный сбор «Полифитохол», все компоненты которого достижимы для наших фитотерапевтов.

Характеристика видов мяты, череды, березы как доминирующих компонентов (88–79 %) сборов при туберкулезе легких.

Классические адаптогены (аралия, элеутерококк, заманиха, левзея, родиола, лимонник), их сочетания применены в 78 % сборов.

Лист кипрея (иван-чая) (70 %) — секретолитическое, стресс-лимитирующее средство. Лист ивы (67 %) и сочетания его с другими растениями. Характеристика Душицы обыкновенной (65 %). Цмин, или Бессмертник песчаный (59 %), как мощный гепатопротектор. Недолговечность жизни препаратов из бессмертника, предпочтительность экстемпоральных водных извлечений.

Корень и лист (58 %) Одуванчика лекарственного как противотуберкулезные и гепатопротективные средства. Надземная часть Зверобоя продырявленного (56 % сборов), цветочные корзинки Календулы лекарственной (53 %) оказывают гепатопротективное действие, ускоряют процессы регенерации. Характеристика пряностей: плодов Укропа душистого (55 %) и Аниса обыкновенного (49 %).

Цетрария исландская (43 %) — этот лишайник считается специфическим средством при туберкулезе легких. Гемостатические свойства Тысячелистника обыкновенного (32 %). Виды хвоща (32 %) как противотуберкулезные, дегидратирующие средства.

Створки бобов Гледичии колючей, «белой акации» (31 %), по легенде, подобно Цетрарии исландской, корню Алтея лекарственного (19 %) и траве Горца птичьего (30 %), способствуют закрытию каверн.

Виды подорожника (31 %) ускоряют процессы регенерации и оказывают секретолитическое действие. Цель применения видов сушеницы (30 %). Вереск обыкновенный (28 %), тайна «верескового меда». Широкие показания к применению видов полыни (20–22 %). Прочие лекарственные растения, примененные в 20 % сборов и менее часто: почки и хвоя Сосны обыкновенной, цветки и листья Липы сердцевидной, Володушка многожилчатая. Лекарственные свойства некоторых растений, заслуживающих более частого применения: Чина луговая, унаби, Какалия копьевидная, растения семейства имбирных.

Примеры рецептуры поликомпонентных сборов — по ходу изложения материала.

В данной лекции рассмотрим результаты анализа частоты использования лекарственных растений в 300 сборах при лечении 153 больных легочным туберкулезом. Практика показывает, что с увеличением выборки расположение растений по частоте использования мало меняется, разве что с годами мы все-таки чаще стали применять дефицитные виды. Эти растения при полном отсутствии закупок сырья в Институте мозга человека РАН мы доставали с трудом и берегли для наиболее тяжелых случаев. Никаких исключительных условий никто нам не создавал, а препятствия, как прошлый директор С. В. Медведев, так и нынешний М. Д. Дидур, чинят постоянно. Повальные сокращения в РАН, неотапливаемые помещения, отсутствие животных для экспериментов, реактивов, аппаратуры. Произвол чиновников, доминирующего, начальствующего чиновничьего планктона. Закрытие лабораторий, отделов, институтов, а параллельно заводов, фабрик, в том числе фармацевтических. Безработица или, что то же самое, уничтожительно низкие оклады, да еще и задерживаемые, уворовываемые. Борьба коллег за выживание всеми доступными средствами: совместительство, поиски приработков, частная практика, погоня за грантами и поддержкой доброго дяди Джорджа Сороса, уход в фирмы, эмиграция как лучший выход из затруднительного, унижительно-го положения. Тимур Шаов, сатиричнейший из бардов, не зря пропел про наших ученых:

А теперь сидим на вантах.

Делим гранты по талантам.

Дети капитана Гранта —

Джорджа Сороса птенцы.

В целом картина развала, планомерного и (мы понимаем!) неслучайного уничтожения отечественной науки. Вечные дискуссии с доказательством того, что фитотерапия не архаизм, а сложнейшая и продуктивнейшая из медицинских дисциплин. Столкновения с полуграмотными чиновниками. Так, совсем недавно мне в достаточно оскорбительной манере было заявлено какой-то серой некоей инспектирующей личностью, что не имею я права лечить больных людей, поскольку я не врач, а якобы фармацевт. Попытка объяснить, что Военно-медицинская академия никогда не выпускали фармацевтов, была безуспешна. «Ах, врач-лечебник, ну, так все равно, не имеете права!» Остается уйти в дворники (не в управдомы по примеру Остапа Бендера — не пробиться в ряды этих мелких хищников). На протяжении многих и в особенности последних лет я так часто слышал, почему я не имею права на то-то и то-то, что полностью осознал свое бесправие и незащищенность. Что утешает? По моим наблюдениям, это запретительное кудахтанье чаще всего слышат люди, хорошо и много работающие. Имею массу примеров. Нет, это не плач Ярославны, но хочу дать своеобразное наставление молодым, начинающим и увлеченным делом специалистам: никто ничего не приносил нам на блюдецке с голубой каемочкой, не принесет и вам. На препятствия, трудности должен быть нацелен каждый фитотерапевт.

Мы вынуждены были делать ставку на то сырье, которое можно заготовить самим, а лишь во вторую, если не в третью очередь рассчитывать на помощь, обмен и закупки. В связи с этим в наши сборы в основном включены растения отечественной, преимущественно бореальной (северной) флоры, которая небогата, но, впрочем, и не так уж бедна. Нужно лишь уметь грамотно, с толком распорядиться целенаправленно собранным тобою и сотрудниками сырьем. Какой, собственно, смысл в опубликовании частоты применения тех или иных растений в сборах? Логика здесь следующая: если нам удалось с помощью этих растений добиться демонстративно высокого, воспроизводимого результата, то очевидно и в других руках эффект будет таким же. Едва ли нашим коллегам, фитотерапевтам, фтизиатрам, в особенности на первых порах удастся так вот сразу создать широкий, соответствующий их запросам и желанию вылечить больного арсенал из сотен видов. Мы лишь с годами создали себе возможность выбора для кон-

кретного больного из 300–355 наименований. Эти 355 видов собирался сжечь А. С. Панин, заместитель по АХЧ С. В. Медведев, рвавший из меня взятку. Спасли. Сейчас за неимением в ИМЧ растений уничтожают помещения и прочее заместитель Д. В. Червиченко и директор М. Д. Дидур. А у профессора Кассинии Валентиновны Яременко сожгли весь арсенал в ЛОР НИИ.

М. А. Гриневиц (1990) при анализе рецептуры поликомпонентных сборов китайской, корейской, японской традиционных медийн с помощью ЭВМ выделяла «ядро», наиболее ходовые, элитные, а стало быть, показанные при многих заболеваниях растения. Ту же цель преследовали и мы.

1. **Корни Солодки уральской** *Glycyrrhiza uralensis*, **С. голой** *Glycyrrhiza glabra* (сем. Бобовые *Fabaceae*, *Leguminosae*) использованы в 100 % сборов. В предыдущих лекциях солодка подробно охарактеризована, но упоминать о ней придется неоднократно. Это наиболее часто употребляемое в традиционных медицинах растение, и нам имеет смысл ассимилировать этот принцип. В практике научно-европейской медицины солодка однобоко представляется как отхаркивающее средство. В заоблачных высях научно-исследовательских работ создано представление о ней как о гормональном средстве с преимущественно минералокортикоидной, но в то же время и глюкокортикоидной активностью. Дойти до той мысли, что эффекты солодки опосредуются, реализуются гормонами коры надпочечников, как минерало-, так и глюкокортикоидами, до сих пор как-то затруднительно. Предупреждают нас исследователи о возможности задержки натрия, отеков, повышения артериального давления (АД) (умозрительное перенесение осложнений глюкокортикоидной терапии на лечение солодкой). За многолетнюю (55 лет) практику, имея опыт лечения сотен тысяч пациентов, никогда мы не видели никаких осложнений от включения солодки в сборы (в гордом одиночестве ее едва ли следует применять). В тибетской медицине солодка считается не только тропным к легким и бронхам средством, но и «проводником» действия других лекарств к ним, а также общеукрепляющим, тонизирующим, продляющим жизнь лекарством. В книге доктора Давида Фроули с интригующим (что просите, то и получите) названием «Аюрведическая медицина» (М., 1998) солодка рекомендуется в порошке, в таблетках (2–4 г) при кашле, что верно. Вот только поиски в этой книге растений для лечения больных туберкулезом легких были безуспешны. В Индии, судя по книге Д. Фроули, туберкулезом не болеют. Ранее упомянуты высокие детоксикационные свойства, полиглангулярное, в частности, противодиабетическое, противоатерогенное действие солодки. Она повышает

лечебное действие как растительных, так и химиотерапевтических средств. Ранее она охарактеризована как средство, высокоэффективное при воспалительных процессах различной этиологии и локализации (Введение в фитотерапию. Барнаулов О. Д., 1999). Следует обратить внимание на специфику подготовки корня солодки в корейской медицине: его обжаривают, «прокалывают на огне». Солодка — универсальное детоксикационное средство, что чрезвычайно важно при хроническом, длительном приеме туберкулостатических и многих других лекарств. Именно на примере солодки можно убедиться в том, что растения способны усиливать, направлять действие медикаментов («проводник к легким») и одновременно снижать их токсичность. Дозировки корня солодки колеблются от 50 г в 500–600-граммовом сборе в начале лечения до 20 г в конце его, в сборах профилактической направленности. Не возбраняется параллельное применение экстрактов, хуже сиропа солодки, особенно при явлениях обструкции бронхов, бронхоспазма. ТВ проговорилось: не только вакцинация, но и растения мобилизованы Китаем (не нами) для борьбы с коронавирусом. Всех школьников обязывают принимать сироп солодки.

2. В 99 % сборов включены цветки **Лабазника вязолистного (таволги вязолистной)** *Filipendula ulmaria* (сем. Розоцветные *Rosaceae*), которые, как это было мною доказано экспериментально, оказывают мощное церебро-, гепатопротективное, противоальтеративное, антидеструктивное, антиоксидантное, противовоспалительное действие. Настоя цветков лабазника присущи детоксикационные, диуретические, противодиабетические, противоатерогенные, стресс-лимитирующие, умеренные седативные, модулирующие настроение свойства. Он ускоряет процессы репарации, в частности регенерации. Цветущие верхушки растения, порою лист по всей России использовали как суррогат чая («таволожный чай»), снимающий усталость, ломоту, уменьшающий жажду, эффективный при воздушно-капельных и кишечных инфекциях. Цветки «таволожного чая» внедрены мною в практику, но дозволены почему-то (непонятные игры фармкомитета Минздрава) только для местного применения как ранозаживляющее и противовоспалительное средство. Помимо противоальтеративного, настоек цветков оказывает выраженное противоэкссудативное действие. В эксперименте он проявляет отчетливые детоксикационные свойства, повышая толерантность к гепатотропным, ulcerогенным, судорожным, диабетогенным и прочим ядам. В аптеках страны цветки таволги отсутствуют, хотя **ресурсы их неисчерпаемы**. Возможны плановые заготовки любых количеств соцветий, тем более листьев. Это растение будет неоднократно упомянуто в последующем.

3. Цветки и листья Пижмы обыкновенной *Tanacetum vulgare* (сем. Астровые, или Сложноцветные, *Asteraceae*, *Compositae*) (98 %) входят в состав тибетского гепатопротективного сбора «Полифитохол», предложенного бурятскими фармакологами. Сбора «Полифитохол» на прилавках наших аптек не видно. Еще одна загубленная отечественная разработка. Пижма известна как горечь, сокогонное, антианорексигенное, холеретическое, гепатопротективное, тонизирующее, оптимизирующее регенерацию, антимикробное, антигельминтное средство. По свойствам, горьковатому вкусу и запаху близка к видам полыни, которые, как и пижма, относятся к семейству Сложноцветные (ботаники теперь пишут сем. Астровые. Ох, уж эти мне переименования в процессе переосмысления. Тяжелейшая работа!). Пижма дозволена к применению фармакологическими комитетами России, хорошо известна в народных медицинах («дикая рябинка») не только как средство, положительно влияющее на функции печени, но и как поливалентно действующее лекарство, оказывающее, к примеру, положительное влияние на функции яичников, нормализующее менструальный цикл даже при аменорее. Это свойство отнюдь не безразлично при лечении женщин, больных туберкулезом легких.

Рецепт № 8

Корень солодки уральской	50,0
Цветки цмина (бессмертника) песчаного	300,0
Цветки пижмы обыкновенной	300,0
Лист крапивы двудомной	200,0
Надземная часть мяты луговой	100,0
Плоды видов шиповника	50,0

«Полифитохол» — блок гепатопротекторов, заимствованный из тибетской медицины. Правила допускают и даже предполагают расширение блока при необходимости за счет цветочных корзинок календулы, рылец кукурузы, семян расторопши, плодов и корня барбариса, надземной части Горечавника бородачатого, Золотарника обыкновенного, видов володушки, Зверобоя продырявленного, классических адаптогенов, корня и надземной части цикория, одуванчика, а также кардамона, корневищ имбиря, куркумы.

По данным С. Н. Николаева (1992), отвар «Полифитохол» снижает процессы ПОЛ на мембранах гепатоцитов. Мы уже упоминали, что ПОЛ — один из основных, универсальных механизмов цитолиза, а потому широко представленные у растений антиоксидантные

свойства, способность мобилизовать нашу антиоксидантную защиту следует пристально изучать, а главное, широко использовать в практике для достижения цитопротективного, антидеструктивного эффекта. Отвар «Полифитохол» снижает цитолиз, холестаз, что коррелирует со снижением повышенной активности АЛТ, АСТ, щелочной фосфатазы в сыворотке крови крыс с токсическим, вызванным CCl_4 , гепатозом. «Полифитохол» проявляет высокие защитные свойства при токсических гепатозах, вызванных тетрациклином (внимание приверженцев тетрациклина и других антибиотиков!), D-галактозамином. В народных медицинах согласно справочнику «Растительные ресурсы СССР» (1993, т. 7) пижму целенаправленно применяют при туберкулезе легких. Антимикробная активность достаточно высока для того, чтобы использовать ее, к примеру, в целях предупреждения порчи мяса. Предельно актуальны сведения об эффективности пижмы при онкологических заболеваниях (Городинская В. С., 1989).

4. Лист Крапивы двудомной *Urtica dioica* (сем. Крапивные *Urticaceae*). «Муза, крапиву воспой...» (В. Солоухин). Крапива, как и пижма, разрешена к применению. Она включена нами в 96 % сборов, предназначенных для лечения больных туберкулезом легких с ГТР. Совместно с тысячелистником, видами горца и многими другими растениями ее применяют для остановки любых (легочных, кишечных, желудочных, геморроидальных, носовых, маточных) кровотечений. Следовательно, крапиву следует включать в сборы при угрозе легочного кровотечения, даже при намеке на угрозу, а также при кровохарканье. Уже в Средние века знали, что крапива эффективна при кровохарканье, при желтухе. Она «с вином помогает желтушным» (Одо из Мена-на-Луаре, XI в.). Амирдовлат Амасиаци (XV в.), врач, ученый-энциклопедист, рассчитывал при использовании крапивы на излечение желтушных (инфекционный гепатит, болезнь Боткина) больных, на ее месячногонное действие (*Emenogoga*), «втяжение внутрь выпавшей матки». Средства, эффективные при пролапсе и птозе матки, в современной научно-европейской медицине отсутствуют. К сообщениям Чхве Тхэсопа (1987), корейского фитотерапевта, о высокой эффективности женьшеня при этой патологии наша медицина глуха. А ведь можно, сочетая крапиву, женьшень, селезеночник, тысячелистник и ряд других растений, испытать возможности фитотерапии в разрешении этой проблемы. Совершенно очевидно, что крапива положительно влияет на функции половых желез, особенно яичников. Лишь в редчайших случаях у женщин, больных туберкулезом легких, да и многими другими заболеваниями, условно здоровых женщин нет проблем с репродуктивной сферой.

Крапива входит в состав «Полифитохола», а экстракт ее — в состав аллохола. Представление о крапиве как о гепатопротективном, детоксикационном средстве подтверждается результатами наших экспериментов. Отвар листьев препятствовал падению детоксикационной функции печени при отравлении мышей Cl_4 , снижал токсическое, диабетогенное действие аллоксана и оказывал лечебное действие при аллоксановом диабете, уменьшал число эрозивных токсико-дистрофических поражений желудка при инъекции животным атофана, бутадiona, резерпина. Если еще в XII в. одним из принципов индо-тибетской медицины было включение блока гепатопротекторов в сборы для тяжелобольных, то сегодня такие блоки должны быть обязательной составной частью фитотерапии большинства пациентов.

Краткий перечень прочих показаний к применению крапивы: лихорадки, грипп, прочие ОРВИ, анемии, тромбоцитопении, лейкопении (в том числе медикаментозные), хронический гепатит, сахарный диабет 1-го и в особенности 2-го типа, атеросклероз, мочекаменная болезнь, хронические воспалительные заболевания (пневмонии, бронхиты, бронхоэктатическая болезнь, артриты, аднекситы, пиелонефриты и др.). Крапива в качестве «кровоочистительного» средства показана не только при интоксикациях и токсикозах, но и при многочисленных кожных заболеваниях: сикозе, фурункулезе, стрептодермии, экземе, крапивнице, нейродермите. По А. Амасиаци, она «рассасывает рак». Синдром хронической усталости, астенические состояния, неврозы, особенно у женщин при необходимости эндокринной коррекции, входят в список к применению крапивы. Она желательна при гипотрофии, отставании детей в развитии. Общеизвестно ее высокое анаболическое действие, возможно, связанное с повышением продукции андрогенов, что проявляется в эффективности при импотенции, снижении либидо, фригидности. По «Чжуд-ши», крапива способствует перевариванию овощей. Проблема правильного подбора анаболиков актуальна, нет, не в спортивной медицине, а у дистрофичных, кахектичных, истощенных длительными заболеваниями больных, в частности при длительном течении туберкулеза.

Рецепт № 9

Лист и семя крапивы двудомной	30–40,0
Надземная часть клевера лугового	30,0
Надземная часть горечавки легочной	20,0
Надземная часть пастернака огородного	40,0
Надземная часть сныти обыкновенной	20,0
Надземная часть горца птичьего	20,0

Надземная часть полыни горькой	10,0
Лист ежевики сизой	20,0
Плоды укропа пахучего	10,0
Плоды аниса обыкновенного	10,0
Плоды кориандра посевного	10,0
Корневище имбиря лекарственного	10,0
Корень солодки уральской	30,0
Корень пажитника сеного	20,0
Корень элеутерококка колючего	20–30,0
Плоды шиповника коричневого	40,0

Показания: похудание, астения, гипотрофия, дистрофия, кахексия.
Приготовление — принципиально по рецепту № 7.

У семени крапивы есть некоторые нюансы применения. С медом «является средством от колик; пей его часто и кашель излечит оно застарелый» (Одо из Мена, XI в.). Семена различных видов крапивы «укрепляют половой член и увеличивают половую силу». Эти сведения приведены по А. Амасиаци для Крапивы шариконосной. Семя Крапивы двудомной, а на Алтае и Крапивы коноплевой, кроме того, применяют для повышения яйценоскости кур, для лечения бесплодия у женщин.

«Семя крапивы с вином, если выпить, любовь возбуждает» (Одо из Мена, XI в.). Таким образом, в ряде первоисточников утверждается, что у семени видов крапивы положительное гонадотропное действие еще более выражено, чем у листа. Это действие, как и гепатопротективное, по логике вещей, правильнее рассматривать как одно из проявлений их адаптогенной активности. Приведенные выше данные о противоальтеративном, антидеструктивном действии крапивы подтверждают эту точку зрения. В современной научно-европейской медицине ни частого обращения к нативной крапиве, не обезображенной экстрагированием неприродными растворителями (спирт, ацетон, хлороформ, жидкая уголекислота), ни дифференцированного применения различных ее частей: листа, семян, корней (см. раздел «Бронхиальная астма») — мы не находим.

Мне в особенности запомнился пример преимущественного поедания розовыми поросятами запаренной крапивы, а не вареного картофеля, который они лишь потом съели. Толкаясь у корыта, поросята с жадностью уминали крапиву, отпихивая пяточками картофель. Инстинктивная зоофитотерапия заслуживает внимания и доверия. Крапива способствует прибавке в весе (анаболик), ускоряет развитие детей, что важно не только при гипотрофии, но и при туберкулезе у детей. Вот эти бы слова да зав. детским отделением городской туберку-

Лекция 4

КЛАССИФИКАЦИЯ И МЕХАНИЗМЫ
СЕКРЕТОЛИТИЧЕСКОГО ДЕЙСТВИЯ
РАСТЕНИЙ. ФИТОТЕРАПИЯ БОЛЬНЫХ
ПНЕВМОНИЯМИ

Эти наставления по приготовлению составов из местных трав держи в своей памяти и из сострадания людям.

Чжуд-ши

План-конспект лекции

Проблема типового или персонифицированного секретолитического сбора. Защитные, барьерные функции мокроты. Так ли уж нужен противокашлевый эффект лекарственных растений и препаратов из них? Сесквитерпен ледол из Багульника болотного. Условность классификации секретолитических растений по химическому составу.

1. Растения, содержащие сапонины: сапонария-мыльнянка, Мытник болотный, кукушкин цвет и другие растения семейства Гвоздичные, Солодка уральская и Солодка голая, Синюха лазоревая, виды первоцвета, фиалки, истода, клена.

2. Растения, содержащие преимущественно эфирные масла. Механизмы действия. Перечень. Рецепт. Некоторые нюансы приготовления настоев.

3. Растения, содержащие преимущественно полисахариды. Различные фармакологические свойства растительных кислых гетерополисахаридов. Как растительные полисахариды делают наши слизистые оболочки слизистыми? Алтей лекарственный, Мальва лесная, виды штокрозы, подорожника, Мать-и-мачеха обыкновенная, Пырей ползучий.

4. Прочие мягчительные лекарственные растения, содержащие сапонины, эфирные масла, полисахариды, смолы, полифенольные и прочие природные соединения. Виды липы, плоды Рябины обыкновенной, виды донника, одуванчика, горечавки. Смолистые растения: можжевельник, сосна, ель, тополь.

Фитотерапия при пневмониях. Блок противовоспалительных растений, ограничивающих не только экссудацию, но и альтерацию.

Необходимость использования классических фитоадаптогенов. Клинические примеры, рецептура.

Успешность ургентной фитотерапии по жизненным показаниям при тяжелых пневмониях в отделении реанимации. Проблема резистентности патогенной флоры к антибактериальным средствам, успешность фитотерапии при ней. Обоснование длительной фитотерапии больного пневмонией, распространяющейся не только на острый период, но и на время реабилитации.

Фтизиатры, пульмонологи просили меня составить типовой секретолитический, отхаркивающий сбор, что, конечно же, несложно. Они удивлялись моему вопросу: «Для кого составить сбор?» Воспитаны мы таким образом, что лекарство должно действовать на всех. Действительно, в простых случаях достаточно тех простеньких типовых грудных сборов, которые составили нам фармацевты, а порою даже настоя из одной травы Термопсиса ланцетовидного, Медуницы лекарственной, Горечавки легочной, Синюхи лазоревой. Но практика показывает, что в простых случаях, когда достаточно настоя из одной травы, больные к нам не обращаются. Удел фитотерапевта — сложные, тяжелые больные с сочетанной патологией. А в этих случаях следует учитывать все мелочи, все сопутствующие заболевания и даже обстоятельства. В весьма представительной аудитории меня строго спросил не кто-либо — академик (Ю. В. Наточин), почему это я вольничая, не использую стандартных типовых сборов, как все люди, а занимаюсь какой-то отсебятиной, подбором, видите ли, персонифицированных, подходящих данному больному сборов. Пришлось отвечать по-простому: мол, даже у академиков есть пол, который я способен определить без всяких наукоемких методов обследования и отреагировать на это составом сбора, предназначенным для мужчины или для женщины, а курые стандартные сборы, пригодные лишь для очень легких случаев, бесполезны, не учитывают, в отличие даже от анкет, принадлежность пациента к М или Ж. Кроме того, сбор может быть составлен с учетом характера труда человека. Для работников физического труда достаточно антипиретической, секретолитической, детоксикационной направленности сбора. Для работников умственного труда со сниженной реактивностью, с невысокими лихорадками, с повышенной опасностью осложнений сбор нужно расширять за счет адаптогенов и сходных с ними по действию (имбирь, куркума и т. п.), а также успокаивающих, ароматических (капризны и ряда других средств). Фитотерапия должна быть направлена на конкретную личность. Возможна ли обезличенная медицина? Практика показывает, что возможна, но только эффективность

ее низка или даже отсутствует. Зайдите в аптеку. Спросите у фармацевта за окошечком, что вам принимать от высокого АД. В редчайших случаях вам посоветуют обратиться к врачу. Чаще всего величая тетенька, с трудом когда-то закончившая фармацевтическое училище (а это даже не медсестринское, извините, образование), даст вам клофелин, энап, нифедипин. Если же вы просите что-то от простуды, то тут и сомнений никаких ни у кого, включая участкового врача, быть не может: антибиотики, отхаркивающие, антипиретики. Воцарился шаблон: от живота, от сердца, от гипертензии. Начинаяшему фитотерапевту чрезвычайно важно усвоить правило непривнесения этого шаблона в лечение растениями, что позволяет хоть в какой-то мере отреагировать на целый ряд конституциональных и прочих особенностей пациента, течение заболевания у него. Требовать от врачей творчества по инструкциям, методическим письмам, типовым прописям, указаниям главврачей — губить медицину на корню, что и делается.

Вернемся к просьбам пульмонологов, фтизиатров составить типовой секретолитический, отхаркивающий сбор. Но почему же специалисты придают такое значение секреции и отделению мокроты? Пожалуй, напрашиваются даже некоторые аналогии. При анурии у тяжелых больных, например, в отделении реанимации прогноз всегда отрицателен. Реаниматологи всеми силами стараются добиться наличия диуреза. Точно так же и пульмонологи при бронхитах с сухими хрипами, коклюше, бронхопневмониях, туберкулезе стремятся, используя урологический сленг, «размочить» больного.

Защитные, барьерные функции мокроты понятны, но редко обсуждаются в плане обзора механизмов лечебного действия фитопрепаратов. Мокрота проявляет антимикробные, противовирусные свойства, содержит губительные для микроорганизмов лизоцим, лактоферрин, лейкоциты, осуществляющие фагоцитоз всего, что инородно (пылевые частицы, бактерии), антитела к бактериям и вирусам. Эта защита много надежнее вводимых извне антибиотиков. Значительную роль среди факторов гуморальной защиты, осуществляемой мокротой, играют иммуноглобулины: IgG, IgA, IgM. В бронхоальвеолярном смыве IgA содержится больше, чем в сыворотке крови. Синтезируется он местно. Лишь 5 % IgA проникает в бронхоальвеолярное пространство из крови. Он оказывает противовирусное и антимикробное действие, уменьшая адгезивные потенции микроорганизмов, усиливает антимикробное действие лизоцима, лактоферрина, антителозависимую клеточную цитотоксичность. IgG играет значительную роль в антимикробной защите мелких бронхов, способствуя адгезии (прилипанию) и фагоцитозу бактерий нейтрофилами, макрофагами. В мокроте

содержится комплемент, опсонизирующее действие которого общеизвестно. Лизоцим избирательно расщепляет полисахаридную часть мембраны бактерий, вызывая их лизис, угнетает хемотаксис лейкоцитов, продукцию ими свободных радикалов, увеличивает скорость фагоцитоза бактерий, повышает количество катионных белков в лейкоцитах, пролиферацию лимфоцитов. Лизоцим синтезируется моноцитами крови, нейтрофилами, альвеолярными макрофагами, серозными клетками бронхиальных желез. Он оптимизирует структуру геля мокроты, а тем самым мукоцилиарный клиренс. Лактоферрин, гликопротеин, содержащий железо, синтезируется железистыми клетками и проявляет антибактериальную активность. В мокроте содержится также фибронектин, синтезируемый альвеолярными макрофагами и обеспечивающий неиммунную опсонизацию микроорганизмов, их адгезию друг к другу; продуцируемые лимфоцитами и макрофагами интерфероны, антипролиферативные, иммунокорректирующие, противовирусные свойства которых освещены в курсе иммунологии.

Не разбирая подробно гликопротеиновый состав капель слизи (1–2 мкм), продуцируемых бокаловидными клетками и белково-синтезирующими железами, наличие водной (золь) и гелеобразной фазы мокроты, отмечу, что за сутки синтезируется в среднем 0,75 мл/кг мокроты. Слизистый слой продвигается ресничными клетками на расстояние 10 клеток в секунду. Из крупных бронхов инородные частицы удаляются за 1 ч. Эти и более подробные сведения о механизмах действия секретолитических средств должны преподаваться в курсе пульмонологии, фтизиатрии. Однако и в данном контексте рационально показать **многонаправленность нашей эндогенной защиты**, корректируемой лекарственными растениями, а следовательно, и многомеханизменность их действия, в отличие от одномеханизменного действия, например, антибиотиков, подменяющих и ослабляющих эндогенную защиту.

Нарушение секреции, состава мокроты, синтеза наших эндогенных гетерополисахаридов наблюдается при многих бронхолегочных заболеваниях, а потому нормализация этого процесса, продукции и свободного отделения нормальной мокроты больным ведет к купированию ряда симптомов заболевания, является признаком улучшения его состояния, дренажной функции бронхов, а в целом — выздоровления.

Отхаркивающее действие водных извлечений из растений, как и диуретическое, является демонстративным признаком того, что настои и отвары вызывают как ощутимые, так и неосязаемые, неявные процессы, ведущие к выздоровлению: оказывают сосудоукрепляющий эффект, нормализуют проницаемость сосудов, оживляют кровообращение, способствуют выведению токсических метаболитов, повышают

сопротивляемость клеток-мишеней, а в целом всего организма к гипоксическим, токсическим, микробным, вирусным и другим повреждающим воздействиям, вызывают СНПС, осуществляют прямое анти-микробное, противовирусное действие и/или же опосредованное нашими макрофагами, фагоцитами, антителами, что более ценно. Пациент не может ощутить снижения патологически повышенной проницаемости сосудов, уровня продуктов ПОЛ в крови, мобилизации цитопротективной защиты с помощью фитопрепаратов, но вот свободное отхождение не вязкой, не гнойной, не обильной, а обычной мокроты и отсутствие свистящих разнокалиберных хрипов он заметит сразу.

Нередко среди ряда лекарственных свойств растения упоминается и его противокашлевое действие. Конечно, группа средств, подавляющих, умиряющих перевозбужденный кашлевой центр, применяется во врачебной практике. На примере противокашлевых лекарств легко продемонстрировать тот факт, что многие и многие группы медикаментов начинались с фитотерапии, с природных соединений, содержащихся в растениях. Порою эти группы и до сих пор в основном или полностью состоят из фитопрепаратов (сердечные гликозиды, антигельминтные средства). В свое время группа противокашлевых средств называлась группой кодеина, но в связи с использованием кодеина наркоманами для снятия явлений абстиненции из аптек он практически исчез, а появились препараты из Мачка рогатого, Мачка желтого (глауцин, глаувент), мишенью действия которых также является кашлевой центр.

Фитофармаколог С. Я. Соколов, возглавлявший отдел фармакологии в ВНИИ лекарственных и ароматических растений (Москва), предложил ледин из Багульника болотного, состоящий из сесквитерпена ледола. Этот препарат, подобно алкалоидам из видов мачка, угнетая кашлевой центр, не вызывал пристрастия, зависимости. Но по какому-то странному стечению обстоятельств даже С. Я. Соколову с трудом удалось пробить зависевший во многом от него в отношении внедрения фитопрепаратов фармакологический комитет и внедрить ледин в практику. Сегодня ни ледина, ни С. Я. Соколова (эмигрировал в Чехию). При опросе пульмонологов, фтизиатров, терапевтов не удалось выявить ни одного, применившего хоть раз ледин. С удовольствием отмечу, что отвар из побегов багульника, содержащий не так уж и много водонерастворимого ледола и его изомера палюстрола (рис. 1), действует безотказно при необходимости купировать сухой, непродуктивный, пароксизмальный кашель. Сбор же, включающие багульник, солодку и ряд других секретолитических растений, эффективнее любого химически чистого вещества. Полагаясь

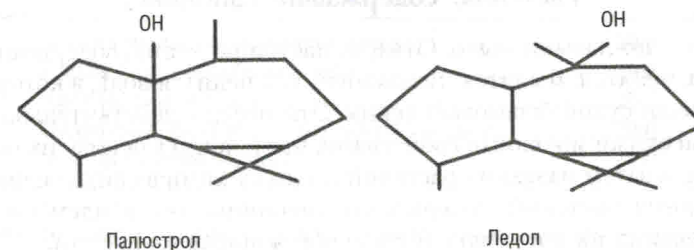


Рис. 1. Формулы палюстрола и ледола

исключительно на отзывы специалистов, отмечу, что они были удивлены быстротой эффекта назначаемых нами настоев поликомпонентных сборов секретолитического действия.

В отношении средств, угнетающих кашлевой центр, подавляющих защитную реакцию — кашель, снижающих дренажную функцию бронхов, у пульмонологов обоснованно сложилось отрицательное мнение. Они нужны при коклюше, упорном непродуктивном кашле, β-дислексии, но неуместны при банальных трахеобронхитах, бронхопневмониях. Так называемые противокашлевые свойства большинства лекарственных растений, галеновых препаратов из них подразумевают отхаркивающее, смягчительное и целый ряд других терапевтических воздействий с последующим прекращением кашля за ненадобностью выздоровления пациента.

Р. И. Китаева и А. В. Неретина (1987) в небольшой брошюре дали в принципе приемлемую классификацию растений, оказывающих секретолитическое, отхаркивающее действие. Сделаю лишь одну оговорку: предложенное деление растений на группы по химическому составу, конечно же, условно, так как одно и то же растение содержит и вездесущие полисахариды, и сапонины — гликозиды полифенолов тритерпеновой природы, и эфирные масла, и смолы. Обременять флавоноиды отсутствующими у них секретолитическими свойствами на месте авторов я не стал бы. Классификация дана по преимущественному содержанию тех или иных веществ. Действительно, практикой отобраны растения с преимущественным содержанием тех или иных природных соединений, но это не значит, что только они присутствуют в этих растениях. Сложен их состав, сложно их действие. Из полимеханизменного секретолитического действия, осуществляемого настоем или отваром одного растения, мы эклектически выхватываем какой-то кажущийся нам главным механизм. Классификации, схематизации (для понимания) всегда грешат упрощением, искажением.

Растения, содержащие сапонины

Sapo — по-латыни мыло. Отвары, настои растений, содержащих сапонины, пенятся, мылятся. Вспомните, как пенится вода, в которой вы замачивали сухой березовый веник. Эти отвары действительно обладают высокими моющими свойствами, что и легло в основу их использования, а затем названия растений и класса химических соединений. Для многих растений, содержащих сапонины, мы найдем сведения о применении их и по сию пору для обезжиривания шерсти.

Такова *Saponaria officinalis*, **Мыльнянка лекарственная** (сем. Гвоздичные *Caryophyllaceae*) — широко известное ядовитое, отхаркивающее растение. Многие растения из этого семейства применяют для достижения мягчительного эффекта. Корневище и корни мыльнянки аптечны во многих странах, но почему-то не у нас, хотя ранее входили и в нашу фармакопею. Они содержат от 2,5 до 20 % гликозидов три-терпеновой природы. Мыльнянку использовали для обезжиривания шерсти овец. В связи с высокой токсичностью мыльнянку нельзя применять в педиатрии, а при лечении взрослых не следует превышать дозу, применять дольше месяца и назначать в гордом одиночестве без сопровождения антитоксическими, а также содержащими полисахариды растениями. Рекомендуют 1 чайную ложку корня и корневищ мыльнянки залить 1–1,5 стакана кипятка, настаивать 3–6 ч (можно в термосе), пить при сухом кашле, при вязкой трудно отхаркиваемой мокроте, полоскать горло при ангинах, фарингитах, закапывать в нос при рините. Очевидно, что в этих случаях расчет идет не только на секретолитическое, но и на антимикробное, местно-раздражающее действие (припомним лечение больных ринитом соком цикламена). Даже пары настоя с мыльнянкой раздражают слизистую оболочку носа, конъюнктиву глаз, вызывая чихание и слезотечение. В народных медицинах используют не только подземную, но и надземную часть растения, траву в период цветения, что можно порекомендовать и фитотерапевтам. Эффективность не только подземной, но и надземной части характерна для многих видов растений, содержащих тритерпеновые гликозиды: для женьшеня, аралии, элеутерококка, солодки, заманихи, синюхи, истода. Все перечисленные растения обладают среди других многочисленных еще и секретолитическими свойствами. Сочетать мыльнянку можно с солодкой, душицей, тимьяном, анисом, подорожником, мальвой, алтеем, льном, имбирем, куркумой, коровяком, медуницей и др. В книге В. Петкова и соавт. (1988) приведены для начинающих фитотерапевтов рецепты использования корня мыльнянки как в единственном числе (настой на подщелоченной содой воде), так и в сочетании с другими растениями.

Рецепт № 56

Корень мыльнянки лекарственной	30,0
Плоды аниса обыкновенного	30,0
Лист мать-и-мачехи	20,0
Надземная часть вероники лекарственной	20,0
Цветки бузины черной	20,0

Приготовление. Вымочить 1 столовую ложку измельченного сырья в 0,5 л воды, быстро вскипятить и слить все в термос. Принимать по полстакана теплого настоя в качестве сильного отхаркивающего средства при бронхитах с сухими хрипами, бронхопневмониях, туберкулезе.

Мыльнянка оказывает потогонное, жаропонижающее, диуретическое, слабительное действие. При передозировке, помимо тошноты и рвоты, может вызвать мышечную дрожь, галлюцинации, паралич языка, поэтому ее едва ли следует рекомендовать для широкого применения в качестве первоочередного секретолитического средства. Мне не доводилось в Северо-Западном регионе встречать мыльнянку. В аптеках ее нет. Поэтому угроза передозировки мыльнянки у нас отсутствует.

Мытник болотный *Pedicularis palustris* (сем. Норичниковые *Scrophulariaceae*) правильнее было бы перевести с латыни как вшивник. Надземную часть его в виде пенящегося в связи с наличием сапонинов отвара использовали для мытья головы с целью уничтожения паразитов, поскольку мытнику-вшинику присущи инсектицидные свойства, сказывающиеся при чесотке, трихомониазе. К. Ф. Блинова и В. Б. Куваев (1965) обнаружили, что в тибетской медицине (ее бурятской ветви) мытник применяют как отхаркивающее при ОРВИ, бронхопневмониях и других легочных заболеваниях. Мытнику присущи детоксикационные свойства. Он эффективен при лихорадках, укусах змей, повышает диурез, оказывает слабое утеростимулирующее действие. Он ускоряет заживление ран, вызывая демонстративную их контракцию (умеренное местно-раздражающее действие), а в последующем более быструю грануляцию. Едва ли следует пропагандировать широкое применение этого ядовитого растения, но мытники могут быть средством выбора при необходимости достичь отхаркивающего эффекта. Мытник эффективен в борьбе с паразитами. Будет ли когда-то написан дополнительный курс паразитологии для борьбы уже с другими паразитами?

Приведу несколько примеров растений из семейства Гвоздичные, которые в связи с большим количеством сапонинов вызывают секретолитический эффект. **Кукушкин цвет** *Coronaria flos-cuculi* содержит 2,5 %

тритерпеновых сапонинов. Помимо отхаркивающего оказывает диуретическое, потогонное, гепатопротективное, антибактериальное, гемостатическое, а при местном применении ранозаживляющее действие.

Общеизвестна **Гвоздика травянка** *Dianthus deltoides*. Это именно те мелкие ярко-красные, невероятно декоративные и любимые в народе гвоздички, расцветающие в июне–июле в разнотравье. Все части растения содержат тритерпеновые сапонины (диантозиды). Ее заваривают как чай при кашле, остром бронхите, трахеите, ларингите. Подобно кукушкину цветку, оказывает диуретический, гемостатический эффекты. Последний используют при геморроидальных, маточных, послеродовых, носовых кровотечениях. Менее конкретны указания на применение в народной медицине при кардионеврозе, заболеваниях желудка, почек и мочевого пузыря. Не приводя латинские названия, перечислю еще несколько видов гвоздики, используемых в качестве отхаркивающего средства: **Г. песчаная**, **Г. косматая**, **Г. восточная**, **Г. изменчивая**, **Г. зеравшанская**, **Г. разноцветная**, **Г. пышная**. Эти и другие виды имеют определенное клише показаний к применению: седативное действие на ЦНС, неврозы, эпилепсия, противовоспалительный, противовоспалительный эффект, утеростимулирующее, abortивное действие и, вероятно, положительное влияние на функции яичников (используются в Тибете, Монголии, Бурятии при женских болезнях), гемостатические свойства, ускоряют заживление ран, положительно влияют на функции желудка. К семейству Гвоздичные относятся и виды еремогоне: **Е. волосовидная**, **Е. ситниковая** в тибетской медицине и ее монгольской ветви используются в составе сложных рецептов при туберкулезе легких, пневмониях и других бронхолегочных заболеваниях. По тем же показаниям применяют в Тибете **Качим даурский**. Известен отхаркивающий и рвотный эффект **Качима метельчатого**. Те, кто собирает букеты полевых цветов, помнят, что есть такие яркие, длинные гвоздики, соцветия которых моментально слипаются. Содержат они не только сапонины, но и смолы. Названы эти многочисленные (до 200) виды смолевками. Так вот, **Смолевка енисейская** *Silene jennisensis*, подобно видам качима, еремогоне, в тибетской традиционной медицине входит в состав сборов, применяемых при туберкулезе легких, пневмониях.

Почему я стараюсь приводить примеры из традиционных медицины? По той простой и понятной причине, что в них отточено, выверено применение растений. Последующие изыскания в отношении химического состава, механизмов действия веществ, терапевтических эффектов галеновых форм лишь подтверждали правильность отбора лекарственных растений в традиционных медицинах. Виды смолевки

вполне могут быть заготовлены и применены отечественными фитотерапевтами. **Смолевка липкая**, **С. хлопущка**, **С. обыкновенная** и многие другие виды могут быть применены как сапониноносы для достижения секретолитического эффекта. Их нельзя использовать в большом количестве, передозировать, так как за отхаркивающим последует рвотное действие.

На примере представителей семейства Гвоздичные мы убедились в том, что растения, содержащие сапонины, тысячелетия тому назад были отобраны в традиционных медицинах в качестве отхаркивающих средств. Но начинать обзор растений, содержащих тритерпеновые соединения и оказывающих отхаркивающее действие, нужно, конечно же, с самого популярного, наиболее часто применяемого в странах Азии корня **Солодки уральской** и **С. голой**. Поскольку свойства ее рассмотрены ранее в цикле «Введение в фитотерапию» и неоднократно упоминались в последующем, ограничусь лишь напоминанием о ней. В Европе экстракты солодки добавляют в леденцы, рекомендуемые при кашле. Справедливости ради следует признать, что и просто леденец без солодки дает отхаркивающий эффект. В прошлом использовался и такой прием: прокаливали чайную ложку с сахаром, получая карамель, и давали эту ложку сосать кашляющему ребенку. Отвар корня солодки, по данным Р. И. Китаевой и соавт. (1988), не увеличивает числа слизепroduцирующих клеток, в отличие от растений, содержащих полисахариды. Трактовка этого факта затруднительна, но, учитывая твердую репутацию солодки как лекарственного растения, лидирующего по частоте применения и эффективности в традиционных медицинах стран Восточной Азии, можно попытаться позитивно объяснить этот феномен как препятствие патологической слизистой метаплазии, своеобразного слизистого перерождения эпителия. Таким образом, солодка демонстрирует присущую многим растениям способность поддерживать наш структурный гомеостаз. Замещение нормального эпителия слизепroduцирующими клетками считается несомненным признаком его дегенерации.

Напомню, что частота применения солодки является своеобразным показателем квалификации фитотерапевта. В настоящее время экстракты солодки (сухой и густой) встречаются в аптеках все реже и реже. Аптеки предлагают менее эффективный сироп из корня солодки. В Китае во время пандемии коронавируса у посещающих занятия школьников требуют наличия и потребления сиропа солодки, который, возможно, готовят по специфическим правилам. Еще менее ценен глицирам, аммонийная соль глицирризиновой кислоты. За всю свою практику мне не пришлось встретить врача, применяющего гли-