

ОГЛАВЛЕНИЕ

Список сокращений	7
Введение	8
К истории фитотерапии псориаза	10
ГЛАВА 1. Важнейшие биологически активные вещества лекарственных растений	19
1.1. Обоснование вирусной природы псориаза	38
1.2. Вирусологические данные, подтверждающие инфекционный характер псориаза	42
1.3. Клинические проявления у больных псориазом и их лечение препаратами с противовирусной активностью	49
1.4. Новая теория возникновения псориаза	51
ГЛАВА 2. Вопросы лечения псориаза	56
2.1. Лекарственные растения, применяемые в лечении псориаза	59
Аир болотный	62
Алоэ древовидное	64
Алтей лекарственный	66
Амми большая	68
Аралия маньчжурская	70
Береза бородавчатая	73
Бузина черная	81
Валериана лекарственная	83
Воробейник лекарственный	85
Горчица сарептская	87
Девясил высокий	89
Душица обыкновенная	91
Зверобой продырявленный	92
Ипекакуана обыкновенная	95

Календула лекарственная	98
Крапива двудомная	102
Лабазник вязолистный (таволга)	104
Левзея сафлоровидная	104
Лимонник китайский	106
Лопух большой	108
Мать-и-мачеха обыкновенная	109
Можжевельник обыкновенный	110
Мята перечная	113
Облепиха крушиновидная	115
Овес посевной	118
Одуванчик лекарственный	119
Пассифлора инкарнатная	120
Пион уклоняющийся	121
Пихта сибирская	124
Подорожник большой	125
Подофилл щитовидный	126
Псоралея костянковая	128
Расторопша пятнистая	131
Ревень лекарственный (тангутский)	133
Родиола розовая	136
Солодка голая	137
Сосна обыкновенная	140
Софора ниппонская	143
Фиалка трехцветная	144
Хмель обыкновенный	146
Хохлатка Северцова	147
Чага	148
Черёда трехраздельная	152
Чистотел большой	154
Шалфей лекарственный	157
Шиповник коричный (майский)	161
Щавель конский	163
Элеутерококк колючий (свободнаягодник колючий)	166

ГЛАВА 3. Практическое использование лекарственных растений при лечении больных псориазом	169
3.1. Преимущества фитотерапии	169
3.2. Типичное течение заболевания	176
3.3. Методика лечения псориаза № 1	178
3.4. Методика лечения псориаза № 2	179
3.5. Методика лечения псориаза № 3	180
3.6. Методика лечения псориаза противовирусными препаратами	181
3.7. Фитолектины в лечении псориаза	181
3.8. Псориаз у детей	189
3.9. Псориаз в пожилом и старческом возрасте	195
3.10. Псориагическая эритродермия	198
3.11. Псориагический артрит (полиартрит)	202
3.12. Псориаз ладоней и стоп	217
ГЛАВА 4. Особенности течения и фитотерапии псориаза при сопутствующих заболеваниях	219
4.1. Заболевания печени и желчевыводящих путей	221
4.2. Заболевания почек	225
4.3. Сахарный диабет	231
4.4. Алкогольная зависимость	242
4.5. Простудные заболевания	247
4.6. Метаболический синдром	253
4.7. Фитотерапия псориаза в местностях с повышенным радиационным фоном	261
4.8. Болезни кишечника	266
ГЛАВА 5. Натуротерапия больных псориазом	273
5.1. Цветочная пыльца в лечении псориаза	273
5.2. Фитоароматерапия псориаза	281
5.3. Фитодиетотерапия (лечебное питание при псориазе)	283
5.4. Биологически активные пищевые добавки и функциональные продукты питания при псориазе	290

5.5. Фитокосметика при псориазе	302
5.6. Фитоиммунотерапия псориаза	308
5.7. Фитогидробальнеотерапия псориаза	311
5.8. Противорецидивное фитолечение псориаза	326
Заключение	331
Литература	334
Приложение 1. Противопоказания к применению растений	351
Приложение 2. Фитопрепараты и функциональные продукты питания при псориазе	355
Предметный указатель	363
Summary	366

ЛАБАЗНИК ВЯЗОЛИСТНЫЙ (ТАВОЛГА)

(*Filipendula ulmaria* L.)

Травянистое многолетнее растение семейства розоцветных. Встречается в средней и северной полосе европейской части России, на Кавказе, в Сибири и Средней Азии. В качестве лекарственного сырья используют цветки, которые содержат эфирное масло, фенолкарбоновые кислоты, производные салициловой кислоты, флавоноиды, стероиды, дубильные вещества, микроэлементы (Гаммерман А. Ф. и др., 1990).

Лечебное действие. Еще в Средние века это растение считали превосходным средством при заболеваниях суставов, с чем авторы полностью согласны. Фенольные гликозиды, гаултерин, при гидролизе которого отщепляются метиловый салицилат и гликозид спиреин, оказывают противоревматическое, диуретическое действие. Настой цветков оказывает противовоспалительное, сосудоукрепляющее, противоревматическое, желудочное, стресспротективное, противоязвенное действие. Препараты таволги применяют при ревматизме, воспалительных заболеваниях мочевого пузыря, простудных заболеваниях, артрозо-артритах (в том числе и псориатического происхождения), остеоартрозах и остеохондрозах. Наружно отвар травы используют для промывания ран, язв, фитоаппликаций при фурункулах, а также при себорейном псориазе, в косметике (для укрепления и роста волос), в детской гинекологии.

Формы применения.

- Настой цветков в дозе 1 чайная ложка на стакан кипятка, прием по 1/4 стакана 4 раза в день до еды.
- Отвар травы с цветками в дозе 2 столовые ложки на стакан кипятка в качестве наружного средства при угревой сыпи, алопеции.

Rp.: Inf. fl or *Filipendulae* 1,0% — 200,0 ml

D. S. По 70 мл 3 раза в день до еды.

ЛЕВЗЕЯ САФЛОРОВИДНАЯ

(*Leusea carthamoides* D. C.)

Многолетнее травянистое растение семейства сложноцветных. Встречается только в Сибири, в Саянах, на Алтае и в Кузнецком Алатау. Успешно культивируется как лекарственное и кормовое растение в ряде регионов страны. В медицинских целях используют корневища растения. Корневища с корнями содержат экидистероиды, органические кислоты, эфирные масла, смолы, каротиноиды, дубильные, экстрактивные

и красящие вещества, витамины, флавоноиды, кумарины, фитоэстрогены (экидионы) и микроэлементы (марганец, фосфор, медь, цинк, молибден, кобальт, олово, никель, титан, хром, цирконий, ванадий и пр.).

Лечебное действие. Первые сведения об использовании маральего корня (рапонтника сафлоровидного) в народной медицине находим в трудах путешественника и этнографа Г. П. Потанина (1881, 1883). Путешествуя по Монголии, он со слов местных жителей записал две легенды, в которых сообщается, что маралий корень оказывает сильное действие на половые органы человека и животных.

В эти же годы Н. В. Слюнин (1882) отметил, что в Минусинском крае растение «сын-ин корень» (маралий корень) употребляется в виде отвара и порошка как возбуждающее средство. Некоторые сведения о маральем корне содержатся в отчетах русского путешественника А. В. Адрианова (1883). Путешествуя по Алтаю и Саянам по поручению Русского географического общества, он установил, что маралий корень под названием «сын-отт» и «изюбров трава» татары употребляют как афродизиаческое средство. Он рассказывает также о подкапывании и поедании животными маральего корня в период гона. Позднее Л. А. Уткин (1931) — знаток лекарственных растений народной медицины — узнал от населения Нижнего Уймона на Алтае, что трава и корни растения местного названия «нижний уймон» (маралий корень) применяют при половой слабости (Постников Б. А., 1995).

Адаптировать маралий корень в ботанических садах начали еще в XIX в., однако большую популярность он начал завоевывать с 50-х годов XX столетия, с момента начала его изучения в исследовательских учреждениях. По данным А. С. Саратикова (1970), сосудорасширяющее действие маральего корня является результатом непосредственного воздействия его на нервно-мышечный аппарат сосудистой стенки, преимущественно на его нервные элементы.

Препараты левзеи стимулируют деятельность ЦНС, повышают выносливость к физическим и психическим нагрузкам, снижают чувство утомления, замедляют ритм сердца, стойко повышают кровяное давление, расширяют периферические сосуды, увеличивают скорость кровотока, увеличивают работоспособность, усиливают деятельность половых желез (способствуют восстановлению половой функции) и пр. Биологически активные компоненты левзеи способны стимулировать интенсивность сокращений поперечнополосатой мускулатуры, расширять периферические кровеносные сосуды и увеличивать скорость кровотока.

Наибольшая терапевтическая эффективность галеновых препаратов отмечена при лечении больных псориазом с легкими проявлениями

астенизации, «синдроме менеджера», с жалобами на повышенную утомляемость, плохое настроение и пониженный аппетит, раздражительность, головную боль, плохой сон и различные вегетососудистые нарушения у детей.

В последние годы в Институте химии растительных веществ АН Узбекистана, Рязани (Дармограй В. Н., 1996) и в Белоруссии всесторонне изучают вещества новой группы — экдизоны (экдистероиды), которые контролируют важные звенья биологического цикла — линьку гусениц и превращение их в куколок. Фитоэкдистероны марального корня стимулируют синтез белков в растительном организме и активизируют митоз клеток. Они необходимы для нормального функционирования полового аппарата, в особенности яичников, влияют на ЦНС, ускоряют регенерацию отдельных органов, обеспечивают сменность и полноту биоритмов, в частности диапаузы (Абубакиров Н. К., 1981).

Настойку левзеи, а также отвар корневищ используют при различных формах псориаза, особенно при упадке сил, общей слабости, истощениях различного происхождения, при пониженной физической и умственной работоспособности (Корсун В. Ф., 1993).

Нежелательно их использовать в жаркое время года, в период менструации у девушек.

Формы применения.

- Настойка левзеи по 5–20 капель 2–3 раза в день за 20 мин перед едой в течение 2–3 нед. в зависимости от возраста.
- Таблетки левзеи по 20 мг 2 раза в день.
- Тонизирующие напитки «Саяны», «Байкал» и различные бальзамы (Алтайский, Сибирский, Рижский и др.).
- Экдистен в таблетках в качестве стимулирующего средства.
- Жидкий экстракт по 20 капель утром и днем до еды.
- Отвар корневищ левзеи: 5 г на 200 мл воды. Принимают 2 раза в день до еды утром и в обед (подростку 14 лет).

Rp.: T-rae Leuseae 50 ml

D. S. По 20 капель утром и днем.

ЛИМОННИК КИТАЙСКИЙ

(*Schizandra chinensis Turcz. (Baill.)*)

Листопадная лиана с деревянистым стеблем длиной 10–15 м семейства лимонниковых. Произрастает преимущественно в Приморском и Хабаровском крае, на Южном Сахалине, в Северном Китае и на

Корейском полуострове. Для медицинских целей заготавливают плоды и семена растения. В плодах содержатся сахара, дубильные и красящие соединения, жирные (с содержанием глицеридов линолевой, линоленовой, олеиновой и других кислот) и органические кислоты (яблочная, лимонная и винная). Кроме того, в плодах найдены эфирные масла, сесквитерпеновые соединения, аскорбиновая кислота, витамин Е, а также гизандрин и схизандрол — вещества, обусловившие основные биологические свойства растения (Соколов С. Я., Замотаев И. П., 1984).

Лечебное действие. При экспериментальном изучении галеновых препаратов лимонника китайского (настой, настойка и др.) установлено, что они повышают АД, уменьшают частоту сердечных сокращений и усиливают их амплитуду, возбуждают дыхание (учащают ритм, увеличивают амплитуду дыхательных движений). Лимонник оказывает заметное сосудорасширяющее действие в условиях изолированных органов.

Лимонник китайский эффективен при астенических и астенодепрессивных состояниях, психастениях, реактивных депрессиях, сопровождающихся такими симптомами, как быстрая утомляемость, снижение работоспособности, раздражительность, вялость, сонливость, гипотензия, нередко встречающимися при распространенных и осложненных формах псориаза.

Отсутствие побочных явлений при применении лимонника позволяет отнести его к ценным тонизирующим, противодиабетическим и противорадиационным средствам, рекомендуемым при сопутствующем сахарном диабете и лицам, проживающим в местности с повышенным радиационным фоном (Николайчук Л. В., Владимиров Э. В., 2004).

Плоды лимонника китайского едят свежими и в виде сока. Употребляют также сушеные плоды, которые обладают выраженными тонизирующими свойствами. Добавляя плоды лимонника, варят варенье, фруктовые компоты и получают сахар на Уссурийском сахарном заводе.

Препараты лимонника противопоказаны при нервном возбуждении, бессоннице, повышенном АД, выраженных нарушениях сердечной деятельности.

Формы применения.

- Настойка из плодов лимонника на 90% спирте — прозрачная жидкость темно-красного цвета, прием по 30–40 капель утром и днем натощак или через 4 ч после еды.
- Экстракт плодов лимонника в соотношении 1 : 3, прием по 10–15 капель натощак в течение 20–25 дней.

- Ликол (Р. 200027/10) — масляный экстракт семян или сухой жов плодов лимонника. Назначают внутрь по 1 капсуле 2–3 раза в день за 15 мин до еды в течение 2 нед.

Rp.: T-ra fructi Schizandrae 50,0 ml

D. S. По 30 капель утром и днем на 50 мл воды натощак.

ЛОПУХ БОЛЬШОЙ

(*Arctium lappa* L.)

Двулетнее травянистое сорное растение семейства сложноцветных. Корень мясистый, длинный и массивный. Стебель прямостоячий, ребристый, в верхней части сильно ветвистый. Листья крупные, черешковые, широко сердцевидно-яйцевидные, сверху зеленые, снизу сероватые. Цветки темно-пурпурные, собраны в шаровидные корзинки с цепкими крючковатыми обертками. Встречается в южной и средней полосе европейской части России, в Сибири, в Средней Азии. Для медицинских целей используют корни, которые содержат слизь, полисахарид инулин, протеин, витамин С, каротин, эфирное и жирное масло, состоящее из насыщенных жирных кислот, ситостерина и стигмастерина, а также дубильные и горькие вещества (Турова А. Д., 1974).

Лечебное действие. Препараты из корня лопуха оказывают мочегонное действие, что связано с присутствием в нем гликозида арктина. Они оказывают противовоспалительное действие и усиливают рост волос. Ввиду высокого содержания инулина, который при гидролизе превращается во фруктозу и увеличивает отложение гликогена в печени и улучшает инсулинообразующую функцию поджелудочной железы, они полезны при псориазе и сахарном диабете. Отвар корней стимулирует обмен веществ, его используют как противовоспалительное средство при артритах и артрозах, суставном ревматизме, псориазическом полиартрите. В качестве мочегонного отвар показан при почечно-каменной болезни.

Неплохие результаты при стационарных стадиях псориаза оказывает мазь, приготовленная из сбора трав: сушеных листьев лопуха — 20,0 г, цветков ромашки — 20,0 г, корня копытня — 20,0 г, травы кипрея — 20,0 г. Смесь трав кипятят в 1 л воды, добавляют 1 столовую ложку сливочного масла и 2 стакана крепкого отвара сенной трухи. Вновь варят на водяной бане до получения тягучей массы. Процедив и отжав, смешивают поровну с глицерином (Попов А. П., 2002).

Галеновые препараты оказывают небольшое желчегонное действие, стимулируют образование протеолитических ферментов поджелудочной

железы и улучшают минеральный обмен, что используется в лечении дуоденита, лямблиоза, панкреатита и др.

Масляный экстракт на персиковом масле (так называемое репейное масло), благодаря комплексу пальмитиновой, стеариновой кислот и бета-ситостерина, используют как средство для укрепления и роста волос, в лечении больных себореей, экземой, кожным зудом, фурункулезом, псориазом.

Препараты лопуха полезны при почечных камнях, хронических запорах, хронической экземе и распространенном псориазе.

Наружно препараты лопуха используют при ожогах, фурункулезе, атрофическом дерматите в виде мази, ванн, фитомассажа и пр.

Формы применения.

- Отвар корней из расчета 5 г на 200 мл воды назначают по 1/2 стакана 2–3 раза в день.
- Масляный экстракт корней лопуха (40 г сырья на 100 мл оливкового или миндального масла), получаемый путем настаивания в течение 10 дней. Используют наружно для улучшения роста волос (репейное масло).

Rp.: Dec. rad. Arctii 5,0% — 200,0 ml

D. S. По 70 мл 3 раза в день.

МАТЬ-И-МАЧЕХА ОБЫКНОВЕННАЯ

(*Tussilago farfara* L.)

Многолетнее травянистое сорное растение семейства сложноцветных. Встречается почти повсеместно в европейской части России, на Кавказе, в Сибири, на Дальнем Востоке и в Средней Азии. Для медицинских целей используют листья растения, которые содержат горькие гликозиды, сапонины, каротиноиды, органические кислоты, ситостерин, слизи, дубильные вещества, микроэлементы — медь, цинк, селен, серебро, бром, бор и др.

Лечебное действие. Благодаря содержанию в листьях значительного количества слизи, мать-и-мачеха оказывает обволакивающее действие на слизистые оболочки полости рта, гортани, пищевода, желудочно-кишечного тракта, защищая их от раздражения. Кроме того, слизь, сапонины и органические кислоты размягчают и разжижают сухое отделяемое в верхних дыхательных путях, восстанавливают естественное движение реснитчатого эпителия в трахее и бронхах, способствуют более быстрой эвакуации продуктов воспаления и значительно улучшают отхаркивание мокроты.

5.4

БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫЕ ПИЩЕВЫЕ ДОБАВКИ И ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ПРОДУКТЫ ПИТАНИЯ ПРИ ПСОРИАЗЕ

Здоровье человека в значительной степени определяется обеспеченностью организма энергией и целым рядом пищевых веществ. Любое отклонение от нормы сбалансированного питания приводит к определенному нарушению функций организма. Следствием этого является наличие в популяции большого числа людей с избыточной массой тела, ожирением, что является факторами риска в развитии атеросклероза, ишемической болезни сердца, сахарного диабета. Одновременно нередко в последнее время развиваются сниженная иммунореактивность и неспецифическая резистентность к неблагоприятным факторам окружающей среды.

Именно поэтому современный человек постоянно находится перед выбором: уменьшить потребление пищи с целью профилактики ожирения и усугубить тем самым дефицит эссенциальных микронутриентов или увеличить потребление пищи, ликвидировать дефицит микронутриентов, но резко увеличить риск развития ожирения и сопутствующих ему заболеваний (Тутельян В. А., 1996). Одним из путей решения этой трудноразрешимой задачи по коррекции структуры питания является широкое применение биологически активных пищевых добавок и прежде всего нутрицевтиков.

Нутрицевтики (эссенциальные нутриенты) — производные ингредиентов пищи, такие как витамины или их близкие предшественники (β -каротин и другие каротиноиды); ω -три-полиненасыщенные жирные кислоты и другие полиненасыщенные кислоты; некоторые микроэлементы: селен, фтор, цинк, железо, кальций, отдельные аминокислоты; некоторые моно- и дисахариды; пищевые волокна (целлюлоза, пектины и др.).

Использование нутрицевтиков позволяет достаточно легко и быстро ликвидировать дефицит эссенциальных пищевых веществ, а также повысить неспецифическую резистентность организма к воздействию неблагоприятных факторов окружающей среды.

Появление на мировом рынке нутрицевтиков позволило развиваться новой, пограничной между наукой о питании и фармакологией области знаний, которую назвали фармаконутрициологией.

Предпосылками развития этой науки являются:

- успехи собственно нутрициологии, расшифровавшей роль и значение для жизнедеятельности человека отдельных пищевых веществ,

включая так называемые микронутриенты, и доказавшей, что в экономически развитых странах достижение оптимальной обеспеченности всех групп населения энергией и пищевыми веществами практически возможно лишь при широком использовании БАД;

- успехи биоорганической химии и биотехнологии, позволившие получать в очищенном виде биологически и фармакологически активные компоненты практически из любого биосубстрата (микроэлементы, растения, минералы, животные);
- успехи фармакологической науки, расшифровавшей механизм действия и особенности биотрансформации многих природных соединений и создавшей новые технологии получения их эффективных лекарственных форм;
- значительно короче, дешевле и в ряде случаев не менее эффективнее путь от обнаружения выраженной биологической активности у биосубстрата до создания БАД.

Вторая группа БАД — **парафармацевтики**, которые, как правило, являются минорными компонентами пищи: органические кислоты, биофлавоноиды, кофеин, биогенные амины, регуляторные ди- и олигопептиды, некоторые олигосахариды и многие другие, так называемые натурпродукты. К этой категории могут быть отнесены и пищевые добавки, способствующие уменьшению суммарной энергетической ценности рациона или регулирующие аппетит и нашедшие широкое применение для профилактики и лечения ожирения. Довольно перспективна и группа добавок, обеспечивающих поддержание нормального состава и функциональной активности микрофлоры кишечника (зубиотики).

К парафармацевтикам условно относят и вещества, получаемые из природного сырья и используемые для регуляции или стимуляции некоторых функций организма — пищеварительной, выделительной, секреторной и других систем, а также так называемые адаптогены. Критерием оценки веществ является конечный эффект от их действия на организм. Если регуляция или стимуляция функций осуществляется в физиологических границах нормы, это БАД; если же ответные реакции выходят за эти границы, то это лекарства.

Нельзя не подчеркнуть наличие у части населения субъективного, психологического фактора — отрицания всего искусственного, синтетического, боязни «химии» и, наоборот, безотчетной веры в силу природы, в так называемые натуральные продукты и препараты, в древние рецепты.

В силу различных объективных причин за последние годы в России произошло резкое снижение потребления биологически ценных продуктов питания — источников полноценных белков (мяса, молока, яиц,

рыбы), витаминов и минеральных веществ (овощей, фруктов и ягод), эссенциальных (необходимых) жирных кислот (растительного масла) при одновременном относительно стабильном высоком уровне потребления основных источников энергии (хлебных продуктов, животных жиров, картофеля). Эта ситуация привела к диспропорции в химическом составе рациона (недостаток одних и избыток других пищевых веществ), что является основным фактором риска возникновения алиментарных болезней несбалансированного питания и алиментарно обусловленных болезней различных органов и систем организма. Именно поэтому все более усиливается мнение медиков и общества в целом в необходимости срочного принятия мер на государственном уровне по предотвращению заболеваний, связанных с фактором риска в питании.

Сегодня те, кто не надеется на всеисцеляющее действие лекарств, могут обратиться к врачам-натуропатам, специалистам по здоровому образу жизни, решить вопрос об изменении питания и оздоровить себя и своих близких. Многочисленные научные исследования последних лет показали, что продукты питания не только служат для организма источником энергии, но и регулируют различные функции и реакции.

В 1989 г. в Японии получило официальное признание новое научное прикладное направление, возникшее на стыке медицинской и пищевой биотехнологии, так называемое «функциональное питание». В отличие от общепринятого понятия рационального питания под термином «функциональное питание» японские исследователи подразумевают использование таких продуктов естественного происхождения, которые при систематическом употреблении оказывают позитивное регулирующее действие на определенные системы и органы макроорганизма или их функции, улучшая физическое и психическое здоровье человека.

Пристальное внимание к ФПП связано с тем, что, как свидетельствует международный опыт, практически невозможно в силу различных объективных причин достичь быстрой коррекции структуры питания за счет увеличения объемов производства и расширения ассортимента продовольственных товаров. Более того, доступность продовольствия и фактическая обеспеченность населения полезными нутриентами, по данным клинической практики и результатам научных исследований, чаще всего вещи взаимно не связанные. К тому же расчеты свидетельствуют, что даже при достаточном обеспечении населения продуктами питания, учитывая снижающиеся энергетические потребности современного урбанизированного общества, потребность в большинстве эссенциальных нутриентов полностью удовлетворить не представляется возможным. Поэтому наиболее быстрыми, экономически приемлемыми

мерами являются создание и широкое применение в повседневной практике ФПП.

Они представляют собой концентраты БАВ, получаемых из натуральных продуктов или синтезируемых химическим и биотехнологическим способами. Выпускают данную категорию продуктов в различной форме — от таблеток и капсул до порошков, коктейлей, фитооснов, бальзамов и настоев. Их наиболее целесообразно принимать вместе с пищей для лучшего усваивания организмом. Дневную норму ФПП рекомендуется принимать в первой половине дня. Начинать надо с небольших доз и при хорошей переносимости постепенно увеличивать количество до дневной нормы.

Появлению нового понятия предшествовал ряд открытий, сделанных в разных странах мира.

Была установлена связь между различными пищевыми ингредиентами и определенными заболеваниями:

- избыток натрия — гипертензия;
- дефицит кальция — остеопороз;
- избыток жира и холестерина — атеросклероз;
- избыток сахара и определенных жиров — ожирение;
- недостаток железа — железodefицитная анемия;
- избыток легко ферментируемых углеводов — кариес зубов;
- дефицит пищевых волокон — заболевание кишечника и сердечно-сосудистой системы.

Для многих крупных компаний Японии разработка ФПП стала стратегическим направлением, так как это в наибольшей степени соответствует запросам потребителей.

Ежегодный прирост японского рынка ФПП в последние годы составлял примерно 8%; к 1995 г. этот рынок оценивался в 4,5 млрд долларов США, а в 2001 г. — в 7 млрд долларов США.

Европейский рынок ФПП в 1997 г. оценивался в 1,4 млрд долларов США, а в 2003 г. его стоимость должна была достигнуть 3,3 млрд долларов США, из которых 65 % составляют молочные ФПП, 9 % — хлебобулочные изделия, 23 % — различные пасты и мягкие сыры, джемы и другое, 3 % — напитки. В Европе к 2010 г. рынок нутрицевтиков (ФПП) должен был превысить 30 % всех реализуемых населению продуктов питания.

В отечественной науке термин «функциональное питание» длительное время не использовали, хотя отдельные аспекты этого научного направления (в частности, микробиологические) изучали достаточно долго и глубоко. В российскую литературу термин «функциональное питание» вошел в 1993 г.

Согласно определению Б. А. Шендерова и М. А. Манвеловой (1997), функциональное питание — это такие продукты естественного или искусственного происхождения, которые предназначены для систематического ежедневного употребления и оказывают регулирующее действие на физиологические функции, биохимические реакции, психосоциальное поведение человека через нормализацию его микроразологического статуса.

Сегодня известна профилактическая и лечебная эффективность функционального питания при самых разных заболеваниях и синдромах:

- дисбактериозы;
- острые кишечные инфекции;
- хронические воспалительные заболевания толстой и тонкой кишок;
- запоры;
- гастриты, гастродуодениты, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки;
- аллергические заболевания;
- сахарный диабет;
- гиперхолестеринемия; псориаз;
- стрессы;
- новообразования.

Список поражает масштабностью. Механизм положительного действия не всегда до конца ясен, и сегодня ведутся тысячи научных исследований по углублению наших знаний в этом вопросе.

Согласно классификации А. Wolen (1990), список классов продуктов функционального назначения достаточно обширен:

- пищевые волокна;
- фруктоолигосахариды;
- аминокислоты, пептиды, протеины;
- гликозиды;
- спирты;
- изопреноиды, витамины;
- холины;
- бифидобактерии и другие молочнокислые бактерии;
- минералы;
- полиненасыщенные жирные кислоты;
- фитопрепараты, антиоксиданты и др.

Использование ФПП позволяет следующее.

1. Ликвидировать дефицит незаменимых пищевых веществ.
2. Индивидуализировать питание конкретного человека в зависимости от его потребностей.

3. Удовлетворить измененные физиологические потребности в пищевых веществах больного человека.
4. Повысить за счет усиления элементов ферментной защиты клетки устойчивость организма к воздействию неблагоприятных факторов окружающей среды.
5. Обойти поврежденное патологией звено метаболического (обменного) конвейера.
6. Усилить и ускорить связывание и выведение чужеродных и токсических веществ из организма.
7. Направленно изменять обмен отдельных веществ.

Для адекватного применения ФПП необходимо учитывать их отличие от лекарственных препаратов. Состав ФПП подбирают таким образом, чтобы они были безвредны для организма при соблюдении правил применения. Они, в отличие от лекарств, оказывают более медленное и длительное действие.

При применении ФПП необходимо учитывать, что их целесообразно назначать на фоне соответствующего пищевого рациона, так как это только компонент пищи. Они не могут заменить лекарства, но являются хорошими вспомогательными средствами диетотерапии.

В настоящее время на рынке России реализуют тысячи различных ФПП отечественного и импортного производства. Общая схема экспертизы ФПП, предшествующая их практическому внедрению, включает:

- идентификацию продуктов (анализ маркировки и качества упаковки), определение химического состава основных действующих компонентов по данным, вынесенным на этикетку продукта;
- определение санитарно-химических и санитарно-микробиологических показателей безопасности, токсикологическую оценку, представленные в санитарно-эпидемиологическом заключении, выдаваемом на руки потребителю;
- предварительную оценку эффективности применения в условиях лечебно-профилактических учреждений, проводимую по заказу фирмы-производителя.

В каждом конкретном случае схема может меняться, однако определяющими показателями всегда будут данные о безопасности по уровню содержания ксенобиотиков (чужеродных веществ) химического и микробиологического происхождения, а также клиническая эффективность. Необходимо исключить отрицательное влияние ФПП на организм человека и четко регламентировать их позитивное медико-биологическое и пищевое действие.

Мы отдаем предпочтение отечественным производителям ФПП, таким как ЗАО «Родник здоровья», «Биофит», ООО «Биоритм», «ТРИНИТА», «Семруг», ЗАО «Эвалар», ООО «Алфит», ООО «Мариол», «Фитофарм», «Биокор» и др.

Перечисленные фирмы используют качественные продукты переработки, современные технологии производства, выпускают продукцию высокого качества, которое обусловлено научным сопровождением всего процесса от идеи до готового продукта.

Коррекцию рациона питания, а также патогенетическое воздействие на проявления заболевания можно осуществить с помощью БАД и ФПП российского производства. Достаточное поступление в организм ненасыщенных жирных кислот обеспечат БАД, содержащие полиненасыщенные жирные кислоты (Эйконол, Аллисат, Алликор, Посейдонал, Тыквейнол, Тыквеол, Винибис, РОЗ-амарант).

Регулирование витаминного и минерального балансов возможно с помощью препаратов Эраконд, Уророз-2, Галсант, Антивироз, Винибис.

Следует обратить внимание на фитококтейль Кальцироз, в состав которого входят сельдерей (способствующий возобновлению процессов микроциркуляции дермы и эпидермиса), яблоко (участвующее в обмене веществ, происходящем в печени) и молочный кальций (оказывающий гипосенсибилизирующее, противовоспалительное действие).

Для поддержки баланса минералов лучше всего использовать фитококтейль Гепароз, который обладает желчегонным, антимикробным свойствами, усиливает антитоксическую функцию печени, нормализует липидный обмен при распространенных формах псориаза. Могут также помочь и ФПП Кламин, Винибис, Эйфитол, Тыквейнол, Хитопан, Хитолен, Диабероз, Чаговит и др.

Кроме добавок и ФПП, корректирующих диету, в программу лечения необходимо включить БАД и ФПП (Кедрон-Ива, Атлант-Ива), содержащие протеолитические ферменты, стимулирующие синтез и восстановление протеина, теряющегося с чешуйками кожи, особенно при распространенных формах и прогрессирующих стадиях псориаза. Протеолитические ферменты необходимы больным псориазом и по той причине, что они как бы «раздевают» ретровирусы (причину заболевания) и дают возможность более эффективно применять противовирусные препараты или БАД.

Протеолитические ферменты также снижают активность воспалительного процесса при экссудативных формах заболевания склонности к артропатии и эритродермии. Они также модулируют защитную реакцию организма.

Если возникает необходимость в применении транквилизаторов или успокоительных лекарственных средств, можно порекомендовать больному одну из БАД, оказывающих успокоительное воздействие, в частности Сонороз, Душевный чай и др.

В связи с тем что нарушение показателей иммунитета способствует поддержанию воспалительного процесса, решить эту проблему помогут средства, ФПП и БАД, обладающие иммуномодулирующими и адаптивными свойствами, — Винибис, ФитоГор и др.

В особо тяжелых случаях (артропатический, пустулезный псориаз) и при отсутствии желаемого эффекта при обычных или недифференцированных формах псориаза от традиционных лекарственных препаратов и методов лечения назначают ФПП, содержащие гормональные (Эраконд, Иммунороз, Антистрессороз-1, Виларин, Грепол) или гормоноподобные средства (Винибис, Визороз), обладающие кортикостероидоподобным свойством.

Надо не забывать и об этиологическом воздействии на предполагаемый возбудитель псориаза — лимфотропный ретровирус. После использования протеолитических ферментов желательно сразу же использовать БАД, в состав которых входят вещества, содержащиеся в таких лекарственных растениях, как шалфей, горечавка, чеснок, котовник, анис, лавр, клюква, эхинацея, дягиль, валериана, девясил, зверобой и др. Это касается в первую очередь таких БАД и ФПП как Диабероз, Кальцироз, Псорароз, Визороз, ХитоКор, ФитоГор, Антивироз и др.

Следует иметь в виду, что при псориазе нередко изменяется функция печени, и при тщательном обследовании больных с распространенными формами заболевания можно выявить хронический холецистит, дискинезию желчевыводящих путей по гипотоническому типу (Корсун В. Ф., 1993; 1995 и др.).

Исходя из этого, в комплекс лечения необходимо включать БАД и ФПП, обладающие гепатопротекторными свойствами, в частности Диароз, Гепароз-3, Хитолен, МариолМК, Хитопан, Гастророз. Их используют с лечебной и профилактической целью, особенно в предполагаемый период обострения дерматоза (март–апрель и сентябрь–октябрь). Большое значение имеет регулярное опорожнение кишечника. При склонности к запорам в рацион включают продукты с высоким содержанием пищевых волокон (пшеничные зародышевые хлопья, Кламин, Фитолон, Вита-Селен, Эвита) и блюда со слабительным действием (салаты с растительным маслом, винегрет, натуральные коктейли из криопорошков, содержащие свеклу, сельдерей, овес, курагу, шиповник, яблоко, морковь, кабачок и др.). К тому же пищевые волокна обладают