



**Фитотерапия - природный  
ключ к здоровью**

Выполнила: Ефремова М.А.  
гр. МВ-301

# Содержание:

- 1. Понятие фитотерапии
- 2. Преимущества фитотерапии
- 3. Основные принципы фитотерапии
- 4. Особенности фитотерапии:
  - 4.1 Виды фитотерапии
  - 4.2. Особенности состояния больного
- 5. Основные показания\противопоказания к фитотерапии
- 6. Лекарственные травы
  - 6.1 Мать и мачиха
  - 6.2 Зверобой
- 7. Возможные побочные действия при фитотерапии
- 8. Заключение

# Понятие фитотерапии



- фитотерапия - (греч. фито-растение; терапия-лечение) одна из самых древних наук.
- Фитотерапия - метод лечения различных заболеваний человека, основанный на использовании лекарственных растений и комплексных препаратов из них, который оказывает благотворное влияние на работу всего организма.

# Преимущество фитотерапии

- 1) Биологически активные растительные компоненты более родственны человеческому организму, чем синтетические препараты.
- 2) Большинство растений действует мягко и постепенно, имеет длительный терапевтический эффект, обладает хорошей переносимостью и редким возникновением побочных явлений.
- 3) Подходят для длительного использования,
- 4) Помогают усилить иммунитет, очистить организм от токсинов и шлаков
- 5) Простота и удобство приготовления и использования фитопрепаратов в домашних условиях,
- 6) Разнообразии лекарственных форм для внутреннего и наружного применения. Растительные препараты могут использоваться внутрь в виде настоев, отваров, настоек, экстрактов, чаев; наружно - для примочек, спринцеваний, местных ванночек, общих лечебных ванн, ингаляций и т.д.

# Основные принципы фитотерапии

- 1) Принцип показанности и приоритетности фитотерапии - руководствуясь этим принципом, следует определить роль лекарственных растений на определенном этапе болезни. Она может быть основной, паритетной, то есть в равном соотношении с лекарственными препаратами, или вспомогательной;
- 2) Принцип индивидуализации - соблюдая этот принцип, можно воздействовать не только на все имеющиеся симптомы основной патологии, но и учесть сопутствующие заболевания других органов и систем, имеющиеся у больного;
- 3) Принцип непрерывности - это предполагает не только длительное лечение основного заболевания, но и санацию очагов хронической инфекции, оказывающих на него неблагоприятное влияние;
- 4) Принцип целесообразности или принцип «от простого к сложному» заключается в том, что при начальных признаках заболевания обычно применяют в качестве лечебного средства пищевые растения, а также общеукрепляющие травы, физиотерапию. Затем желательно применение одного какого-либо растения с соответствующим специфическим действием, и только по мере усиления тяжести заболевания, появления комплекса патологических признаков составляется соответствующий сбор, то есть используется комплекс растительных средств. Использование монофитотерапии возможно благодаря сложному химическому составу растения и, следовательно, комплексностью его терапевтического воздействия, что является предпочтительным при лечении детей раннего возраста;
- 5) Принцип учета биоритмических характеристик (временной или хронобиологический принцип) при назначении фитопрепаратов для повышения эффективности лечения. Информация по этому вопросу не очень обширна, но некоторые рекомендации можно дать:



- · применение препаратов глюкокортикоидного типа действия (солодка) и бронхорасширяющих средств эффективнее в утренние часы;
- · применение стимуляторов центральной нервной системы - в утреннее и дневное время;
- · применение успокаивающих, сердечно-сосудистых средств - вечером;
- · применение диуретиков - в первой половине дня.
  
- · Известны и случаи сезонного колебания эффективности растительных средств: адаптогены не рекомендуют назначать в жаркое время года, они более эффективны в осенне-зимний период; глюкокортикоидного типа - весной, а успокаивающие - осенью и зимой.
  
- 6) Принцип - «не уверен - не назначай (не принимай)»: должны учитываться все ситуации, при которых существуют сомнения в отношении правильности диагноза, знания свойств растений. Кроме того, фитотерапия предполагает определенный уровень знаний и опыта специалиста в этой области.
  
- Таким образом, фитотерапию следует рассматривать не в отрыве от других методов лечения, а в их единстве, тем более не следует противопоставлять ее фармакотерапии.

# Виды фитотерапии

- профилактическое применение- применение фитосредств для поддержания (содержания) состояния организма в физиологических границах (гомеостаза), без перенапряжения регуляторных систем.
- этиотропная терапия-направлена на устранение самой причины заболевания;
- патогенетическая-отвечает за подавление(устранение) различных механизмов, приведших к развитию болезни;
- симптоматическая- призвана ослабить или устранить отдельные симптомы;
- заместительная- проводится при дефиците тех или иных активных биогенных веществ (гормонофитотерапия, витамино-фитотерапия)

# Что нужно учитывать при лечении травами

- При составлении индивидуального плана лечения фитотерапевту необходимо учитывать некоторые кардинальные особенности состояния больного:
- наличие беременности у пациентки, так как многие растительные препараты противопоказаны в этом случае;
- знать и учитывать характер артериального давления (АД) у больного, принимая во внимание тенденции к его повышению;
- учитывать состояние желудочно-кишечного тракта (наклонность к поносам или запорам);
- принимать во внимание наличие у больного предопухолевого или опухолевого процесса, его стадию;
- учитывать возраст пациента и в соответствии с этим определять тактику лечения и дозы фитопрепаратов, которая, как правило, снижается в зависимости от возраста;
- при наличии аллергии любого генеза (требуется особая осторожность, хотя аллергия относительно редко возникает на лекарственные растения) - при некачественно и неполно собранном анамнезе возможны серьёзные осложнения! Нужно проявлять разумную осторожность - сначала рекомендуют микросборы с 2-3 компонентами, а в последующем добавляют по одному компоненту лечения через 5-7 дней.
- учитывать функциональное состояние основных регуляторных систем (нервной, эндокринной, иммунной) и выделительных систем.
- Дозирование фитосредств.



# Основные показания к фитотерапии

- болезни, связанные с нервным напряжением;
- бессонница;
- частые простудные заболевания;
- ревматизм;
- болезни желудочно-кишечного тракта и др.
- Беременным показана фитотерапия, так как эти средства более щадящим образом действуют на организм женщины в отличие от медикаментов.
- Лекарственные растения активно применяются в косметологии. Используются свежеприготовленные отвары и настои или готовые экстракты, эфирные масла, которые добавляют в различные косметические средства по уходу за кожей.

# Противопоказания к фитотерапии

- Противопоказаний по применению фитотерапии довольно много. Приведем примеры некоторых из них:
- Сок из листьев алоэ противопоказан при воспалении мочевого пузыря, почек, маточных кровотечениях, геморрое.
- Женьшень и лимонник не рекомендуется применять при бессоннице, гипертонии, повышенной нервной возбудимости.
- При высокой температуре нельзя использовать зверобой.
- При повышенной свертываемости крови не рекомендуется крапива, кукурузные рыльца, пастушья сумка.
- Перечную мяту и Melissa не рекомендуют применять при пониженном артериальном давлении.
- Препараты из подорожника не применяют при гастритах с повышенной секрецией желудочного сока.
- Лук репчатый противопоказан при недугах печени, почек, острых болезнях желудка.
- Применение шалфея противопоказано при остром воспалении почек.
- Чеснок и хрен раздражают почки и слизистую желудка. Поэтому эти продукты нельзя есть при наличии воспалительных процессов в этих органах.
- Растительные слабительные (сена, крушина, ревень) не рекомендуется применять беременным женщинам.
- Фитотерапия оказывает существенное влияние на организм человека наряду с медикаментозными лекарственными препаратами, поэтому все хорошо в меру.

# Против стресса

- фитотерапия - неоценимая помощница в лечении депрессивных состояний, например
- элеутерококк и женшень-эффективно повышают устойчивость к стрессу.



# Помощь иммунитету

- фитотерапия отличный помощник для тех у кого ослаблен иммунитет и повышена склонность к инфекциям, прежде всего верхних дыхательных путей
- например укрепляющим и тонизирующим действием обладают черноплодная рябина и овес посевной. При авитоминозе помогает рябина обыкновенная. При простуде рекомендуются потогонные чаи, полоскание горла природными антисептиками-настоями шалфея,

# мать -и -мачиха показания:

- средство растительного происхождения, оказывает отхаркивающее, противомикробное, противовосполительное, потогонное, ранозаживляющее, желчегонное, вяжущее, спазмолитическое действие. Противосполительное действие усиливают каротиноиды, дубильные вещества, которые оказывают четко направленное действие на устранения воспалительных процессов, снижают гиперемии слизистых оболочек.
- Мать-и-мачеха содержит в себе большое количество слизи, которая обладает обволакивающим действием на слизистую оболочку рта человека, а также горла и гортани, помогает защитить от раздражения. Кроме слизи, в этом растении содержатся сапонины, а также органические кислоты, которые способствуют размягчению, разжижению сухого отделяемого в верхних дыхательных путях, способствуют восстановительному процессу естественного движения реснитчатого эпителия в трахее и бронхах.
- Настой листочков мать-и-мачехи применяют при заболеваниях желудочно-кишечного тракта как средство, обладающее вяжущими



- Мать-и-мачеху в народной медицине очень любят, готовят из неё отвары, настои, а также делают сок, все эти средства применяют для лечения туберкулёза, бронхиальной астмы, бронхита, плеврита, воспаления лёгких, гриппа, насморка.
- Кроме того, мать-и-мачеха способна лечить зубную боль, воспаление полости рта, артрит, миозит, аллергию, эпилепсию, малярию, отеки, одышку, желудочно-кишечные заболевания, язвенные болезни желудка, катар желудка, болезни сердца, мочевого пузыря и почек. Мать-и-мачеху можно применять и наружно – для лечения мастита, фурункулов, рожистого воспаления, язв, ожогов, а также эта трава хорошо укрепляет волосы и помогает в борьбе с обильной перхотью. Народная медицина советует принимать настой из листочков и цветков мать-и-мачехи при трахеите, ларингите, гастрите, энтерите, цистите, нефрите, гипертонии, а также при расстройстве нервной системы. Чай, приготовленный из мать-и-мачехи, пьют при экссудативном диатезе, при общей слабости организма.



## мать и мачиха противопоказания

- Мать-и-мачеха противопоказана детям до 2-х лет. Не стоит её пить также беременным и женщинам, находящиеся в периоде лактации. Не стоит употреблять лекарственные средства из этого растения тем людям, у которых проблемы с печенью, сюда же входят люди, которые больны алкоголизмом. Общий курс лечения мать-и-мачехой не должен превышать полутора месяцев в год.

# Зверобой

- В зверобое много полезных веществ, благодаря им растение и обладает целебными свойствами. Например, это флавоновые соединения (рутин, кверцетин и т. д.) аскорбиновая и никотиновые кислоты, сапонины, сахар, каротин, цириловый спирт, холин, фитонциды, эфирное масло, дубильные, смолистые и горькие вещества. Все эти целебные компоненты позволяют довольно широко применять данное растение. Его используют в качестве антибактериального, антисептического, болеутоляющего, ранозаживляющего, противоревматического, мочегонного, желчегонного, вяжущего, противоглистного средства, а также как регенерирующий препарат.

# Показания

- настои из травы зверобоя используются для лечения заболеваний сердца, ревматизма, простуды, гайморита, головных болей, заболеваний печени, желудка, мочевого пузыря, ночного недержания мочи, геморроя, воспаления женских половых органов, положительно влияет на нервную систему и обладает антидепрессивным свойством, воспалительных заболеваниях полости рта (воспаление десен, ангина, фарингит, стоматит);
- На основе экстракта зверобоя изготовлен препарат Новоиманин. Он показан при гнойных заболеваниях кожи – абсцессах, флегмонах, инфицированных ранах, ожогах, воспалении глотки, гайморите. Эффективность его настолько высока, что он способен подавить рост даже золотистого стафилококка, который устойчив к препаратам пенициллина.

# Зверобой в косметологии

- Зверобой хорошо зарекомендовал себя в косметологии. Он обладает противовоспалительным, тонизирующим, антивозрастным, антисеборейным эффектом.

Применяется при:

- угревой болезни;
- повышенной жирности кожи;
- увядании и морщинах;
- облысении;
- гнойничковых заболеваниях кожи;
- трещинах пяток.

# Противопоказания

- Зверобой относится к слаботоксичным растениям. Если данное растение использовать на протяжении длительного времени, могут появиться неприятные ощущения в области печени, иногда чувство горечи во рту.
- Главными побочными эффектами и противопоказаниями является:
- Фотосенсибилизация – это повышенная чувствительность кожи к ультрафиолетовому излучению. Поэтому тем, кто получает лечение зверобоем, не следует находиться под прямыми солнечными лучами.
- Вызывает повышение артериального давления, поэтому больным гипертонией следует проконсультироваться с врачом перед началом лечения этим растением.
- Пересадка органа. Вещества, содержащиеся в зверобое, способны вызвать отторжение трансплантированного органа. Поэтому пациентам, перенесшим операцию по пересадке органов или вживлению трансплантата, принимать зверобой запрещается.
- Снижает контрацептивный эффект. Женщинам, принимающим противозачаточные таблетки, следует помнить, что зверобой снижает их контрацептивный эффект и возможно развитие нежелательной беременности.

- Снижение потенции у мужчин.
- Применение зверобоя более 1 месяца способна вызвать увеличение печени.
- Больные с психическими заболеваниями. У них зверобой может вызвать обострение маниакального синдрома. Такой же эффект может быть возникнуть при одновременном приеме зверобоя с другими антидепрессантами. У больных могут начаться галлюцинации, судороги, спутанность сознания, в тяжелых случаях может наступить кома.
- Антибиотики. Он способствует быстрому выведению лекарства из организма, вследствие чего эффект от антимикробной терапии снижается.





# Внимание!

- Несмотря на то, что траволечение кажется безобидным занятием, фитотерапия должна применяться с осторожностью. Предварительно необходимо проконсультироваться с врачом, ознакомиться с правилами применения растения или рецепта, возможными побочными эффектами и противопоказаниями.

**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!**

