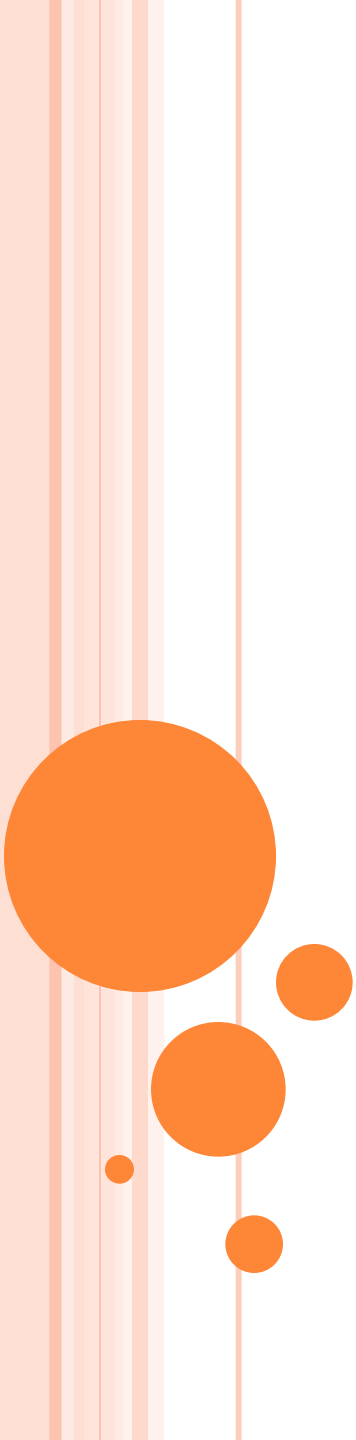


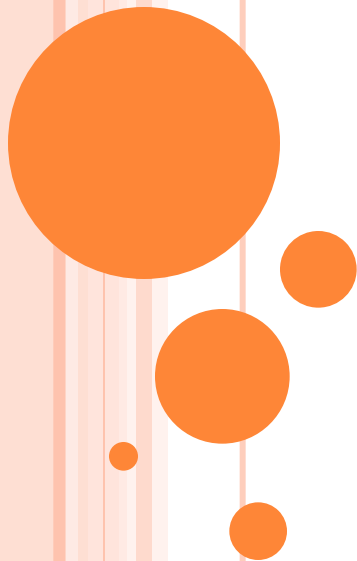


ФИТОТЕРАПИЯ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ЭНДОКРИННОЙ СИСТЕМЫ

**Дятковская О.А.
СПб ГБПОУ «МК №2»**

ПЛАН

- Фитотерапия сахарного диабета
- Фитотерапия при заболеваниях щитовидной железы, патологическом климаксе и ожирении



ФИТОТЕРАПИЯ САХАРНОГО ДИАБЕТА



ЦЕЛЬ:

- **Раскрыть возможности фитотерапии в лечении сахарного диабета.**



ПРИНЦИПЫ ЛЕЧЕНИЯ:

- ▣ **Фитотерапия в основном используется при 2 типе сахарного диабета.**



ФИТОТЕРАПИЯ ПРИМЕНЯЕТСЯ:

- ▣ **При легкой степени тяжести диабета 2 типа в комплексе с диетотерапией.**
- ▣ **При средней степени тяжести диабета 2 типа в комплексе с диетотерапией и фармакотерапией.**
- ▣ **При тяжелом течении диабета 2 типа фитотерапия малоэффективна.**



УСПЕХ ЛЕЧЕНИЯ ЗАВИСИТ ОТ:

- ▣ **Соблюдения правильного образа жизни.**



ПРИНЦИПЫ ДИЕТЫ:

- ❑ **Снижение в рационе количества легкоусвояемой глюкозы.**
- ❑ **Повышенное содержание незаменимых аминокислот.**
- ❑ **Введение в рацион растительной пищи с высокой ощелачивающей активностью.**
- ❑ **Употребление соков-диуретиков.**
- ❑ **Обогащение рациона витаминами и микроэлементами.**



ФРУКТОЗА.

- ▣ **Усваивается клетками по инсулинонезависимому механизму.**
- ▣ **Содержится в ягодах, фруктах, лекарственных растениях, богатых инулином.**



ОВОЩИ С ОЩЕЛАЧИВАЮЩЕЙ АКТИВНОСТЬЮ:

- ▣ **Баклажаны**
- ▣ **Огурцы**
- ▣ **Кабачки**
- ▣ **Тыква**



СОКИ-ДИУРЕТИКИ, СПОСОБСТВУЮЩИЕ ВЫВЕДЕНИЮ ГЛЮКОЗЫ:

- ▣ **Абрикосовый**
- ▣ **Арбузный**
- ▣ **Березовый**
- ▣ **Грушевый**
- ▣ **Персиковый**
- ▣ **И др. за искл. виноградного**



ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ САХАРНОГО ДИАБЕТА
ИСПОЛЬЗУЕТСЯ ДЕСЯТЬ ГРУПП
ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ
ГИПОГЛИКЕМИЧЕСКОГО ДЕЙСТВИЯ



БИГУИНИДИНСОДЕРЖАЩИЕ ФП:

- Защищают инсулин от разрушения.**
- Улучшают транспорт глюкозы в клетки.**
- Стимулируют синтез белков, жиров.**



ГАЛЕГА (КОЗЛЯТНИК)



ГОРОХ



ФАСОЛЬ



ЧЕРНИКА



ЦИНК-СОДЕРЖАЩИЕ ФИТОПРЕПАРАТЫ:

- ▣ **Стимулируют синтез инсулина.**
- ▣ **Активизируют иммунные процессы.**



БЕРЕЗА (ЛИСТЬЯ, ПОЧКИ)



ГОРЕЦ ПТИЧИЙ



КУКУРУЗНЫЕ РЫЛЬЦА



ШАЛФЕЙ



ХРОМ-СОДЕРЖАЩИЕ ФП:

- ▣ **Способствуют контакту инсулина с рецепторами клетки.**



АРНИКА ГОРНАЯ



ЛАВР



ШАЛФЕЙ



ОЛЬХА (ЛИСТЬЯ)



ПИХТА (КОНЦЫ ВЕТОК)



ИНУЛИН-СОДЕРЖАЩИЕ ФП:

- ▣ **Инулин, под действием фермента образует фруктозу, которая усваивается по независимому от инсулина механизму.**



ДЕВЯСИЛ



ОДУВАНЧИК



ЦИКОРИЙ



АИР



ЛОПУХ БОЛЬШОЙ



ТОПИНАМБУР



РЕДЬКА



ФИТОПРЕПАРАТЫ, ОБЛАДАЮЩИЕ ВЫРАЖЕННЫМ ГИПОГЛИКЕМИЧЕСКИМ ДЕЙСТВИЕМ



ЛУК (ОСОБЕННО ЗЕЛЕНЫЙ)



ГРЕЦКИЙ ОРЕХ (ЛИСТЬЯ)



ЕЖЕВИКА (ЛИСТЬЯ)



ЗОЛОТОТЫСЯЧНИК



МАЛИНА (ЛИСТЬЯ)



СЕЛЬДЕРЕЙ (ТРАВА И КОРЕНЬ)



ШЕЛКОВИЦА(ЛИСТЬЯ, ЯГОДЫ)



ЭВКАЛИПТ (ЛИСТЬЯ)



РАСТЕНИЯ АДАПТОГЕНЫ:

- ▣ **Нормализуют обмен веществ.**



АДАПТОГЕНЫ:

- ▣ **Аралия**
- ▣ **Женьшень**
- ▣ **Заманиха**
- ▣ **Левзея**
- ▣ **Китайский лимонник**
- ▣ **Родиола розовая (золотой корень)**
- ▣ **Элеутерококк**



ФИТОПРЕПАРАТЫ, СТИМУЛИРУЮЩИЕ РЕГЕНЕРАЦИЮ КЛЕТОК-ОСТРОВКОВ ЛАНГЕРГАНСА.



ЛЁН (СЕМЕНА)



ЛОПУХ (КОРЕНЬ)



СОЛОДКА (КОРЕНЬ)



А ТАКЖЕ:

- ▣ Галега (трава)
- ▣ Грецкий орех (листья)
- ▣ Черника (листья)
- ▣ Шелковица(листья, ягоды)



РАСТЕНИЯ-ДИУРЕТИКИ:

- ▣ **Выводят избыток глюкозы из организма.**



РАСТЕНИЯ-АНТИГИПОКСАНТЫ:

- ▣ **Устраняют гипоксию в тканях организма** (листья липы, трава сушеницы, трава чистеца болотного).



РАСТИТЕЛЬНЫЕ ИММУНОКОРРЕКТОРЫ:

- ▣ **Алоэ**
- ▣ **Мать и мачеха**
- ▣ **Подорожник**
- ▣ **Мелисса**
- ▣ **Черёда**
- ▣ **Крапива**
- ▣ **Горец птичий**



СБОРЫ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ:

- Можно использовать готовые препараты («Арфазепин», «Диабетазин»)



ГИПОГЛИКЕМИЧЕСКИЙ СБОР «ДИАБЕТАЗИН»:

- Фасоль ств. стр. – 25,0
- Галега тр. – 25,0
- Крапива лис. – 20,0
- Черника лис. – 20,0
- Шалфей лис. – 5,0
- Одуванчик кор. – 5,0
- 2-3 стол. ложки смеси на 1 стакан кипятка. 15 минут на водяной бане. Принимать в течение дня.



ГИПОГЛИКЕМИЧЕСКИЙ СБОР:

- ❑ Черника лис. – 20,0
- ❑ Брусника лис. – 20,0
- ❑ Одуванчик лис. – 20,0
- ❑ Галега тр. – 25,0
- ❑ Крапива тр. – 20,0
- ❑ 1 столовая ложка на 300,0 кипятка. 5 минут кипятить, процедить. Принимать по $\frac{1}{2}$ стакана 2-3 раза в день за 20 минут до еды.

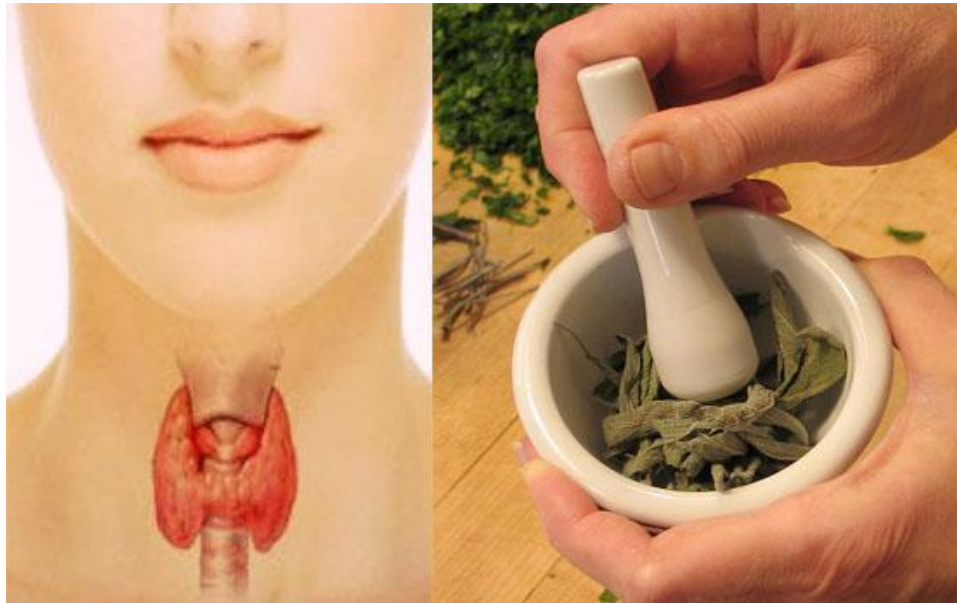


ФИТОТЕРАПИЯ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ.



ФИТОТЕРАПИЯ ИСПОЛЬЗУЕТСЯ ПРИ:

- ❑ Гипертериозе
- ❑ Гипотериозе
- ❑ Тиреоидитах
- ❑ Эндемическом зобе



ПРИ ГИПЕРТИРЕОЗЕ:

- Фитотерапию используют как симптоматическое средство для улучшения сна, уменьшения общей возбудимости, нормализации сердцебиений.



ИСПОЛЬЗУЮТСЯ ЛЕК. РАСТЕНИЯ:

- **Боярышник**
- **Валериана**
- **Душица**
- **Мята**
- **Пустырник**
- **Сушеница**
- **Хмель**
- **Ромашка**
- **Шиповник и др.**



ЛЕКАРСТВЕННЫЙ СБОР:

- ❑ **Плоды боярышника - 2 части**
- ❑ **Плоды шиповника – 2 части**
- ❑ **Трава душицы – 2 части**
- ❑ **Плоды укропа – 1 часть**
- ❑ **Корни валерианы – 1 часть**

**10г. смеси заливают 500 мл. кипятка,
настаивают 8-10 часов, отжимают,
принимают в течении дня в три приема до
еды.**



ПРИ ГИПОТЕРИОЗЕ:

- ▣ Назначают заместительную гормональную терапию.
- ▣ В растительные сборы кроме указанных выше могут быть включены и другие растения (горец перечный, горец почечуйный, горец змеиный, череда...)



ЛЕКАРСТВЕННЫЙ СБОР:

- ❑ Цветки липы – 3 части
- ❑ Цветки календулы – 3 части
- ❑ Листья подорожника – 2 части
- ❑ Трава горца почечуйного – 2 части
- ❑ Цветки ромашки – 2 части
- ❑ Трава тысячелистника – 1 часть
- ❑ Плоды укропа – 1 часть
- ❑ Листья мяты – 1 часть

10г. смеси заливают 300 мл. кипятка, нагревают на водяной бане 10 мин., отжимают, принимают по 100 мл. 3 раза в день до еды.



ПРИ ТИРЕОИДИТЕ:

- ▣ **Применяют растения противовоспалительного действия (зверобой, календулу, тысячелистник, липу, шалфей, фиалку, чабрец и др.)**



ПРИ ЭНДЕМИЧЕСКОМ ЗОБЕ:

- При недостатке йода в пище и воде можно использовать слоевище ламинарии (морскую капусту).



ФИТОТЕРАПИЯ ПАТОЛОГИЧЕСКОГО КЛИМАКСА



ПРОЯВЛЕНИЯ:

- **Повышенная возбудимость**
- **Нестабильность настроения**
- **Нарушения сна**
- **Головокружения**
- **Повышение АД**
- **Появление «приливов»**
- **Боль в области сердца**
- **Маточные кровотечения**



ЛЕЧЕНИЕ:

- ▣ **Водные процедуры**
- ▣ **Лечебная гимнастика**
- ▣ **Седативные средства**
- ▣ **Гормонотерапия**
- ▣ **Фитотерапия**



ПРИ ПАТОЛОГИЧЕСКОМ КЛИМАКСЕ ИСПОЛЬЗУЮТ:

- ▣ **Лекарственные растения седативно-снотворного действия.**
- ▣ **Растения, используемые при лечении ГБ.**



КЛИМАКТЕРИЧЕСКИЙ СБОР:

- Корень валерианы
- Трава душицы
- Трава пустырника
- Плоды аронии
- Плоды шиповника
- Плоды боярышника
- Листья мяты перечной

Одну чайную ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 15 минут. Принимать перед сном.



ФИТОТЕРАПИЯ ОЖИРЕНИЯ



ПРИЧИНЫ ОЖИРЕНИЯ:

- ▣ **Заболевания эндокринной системы.**
- ▣ **Наследственная предрасположенность.**
- ▣ **Избыточное питание и малоподвижный образ жизни.**



РАЗЛИЧАЮТ ЧЕТЫРЕ СТЕПЕНИ ОЖИРЕНИЯ:

- ▣ **1 степень – превышение массы тела до 30% от нормы.**
- ▣ **2 степень – превышение массы тела от 30 до 50% от нормы.**
- ▣ **3 степень – превышение массы тела от 50 до 100% от нормы.**
- ▣ **4 степень – превышение более 100% от нормы.**



ЛЕЧЕНИЕ.

- ▣ **Физическая активность.**
- ▣ **Диетотерапия (уменьшение количества животных жиров и углеводов) – стол №8**
- ▣ **Другие методы и в том числе фитотерапия.**



ВАЖНО

- Большинство фитопрепаратов для похудения нельзя применять без консультации врача.
- Фитотерапевтические препараты, направленные на лечение ожирения ориентированы на подавление аппетита и на стимуляцию обмена веществ.



РАСТИТЕЛЬНЫЙ СБОР, СПОСОБСТВУЮЩИЙ ПОХУДАНИЮ:

- ▣ **Кукурузные рыльца**
- ▣ **Тысячелистник тр.**
- ▣ **Цикорий кор.**
- ▣ **Одуванчик кор.**
- ▣ **Шалфей тр.**

**Всех частей растений взять поровну,
смешать, 2 ст. ложки смеси залить 0,5л.
кипятка, 30мин. настаивать, выпить утром в
3 приема.**



СБОР ДЛЯ ПОХУДАНИЯ:

- **Укроп сем. – 50г.**
- **Ромашка цв. – 15г.**
- **Липа цв. – 15г.**
- **Бузина черная цв. – 20г.**
- **Мята тр. – 20г.**

3 ст. ложки смеси залить 3 стаканами кипятка, 30мин. настаивать, пить по 1 ст. ложке 3 раза в день за 30 мин. до еды.



ДЛЯ СНИЖЕНИЯ АППЕТИТА:

- ▣ **Заварить 10г. кукурузных рылец на стакан кипятка, настоять 2 часа в термосе, принимать по 1ст. ложке 4 раза в день перед едой.**



ДЛЯ СНИЖЕНИЯ АППЕТИТА:

- ❑ **200г. отрубей залить 1л. горячей воды, кипятить 15 мин., процедить, принимать по ½ стакана 3 раза в день перед едой.**
- ❑ **Утром натощак за час до еды принять 1ст. ложку кукурузного масла (3 недели).**
- ❑ **Пить березовый сок.**
- ❑ **Порошок плодов рябины обыкновенной**



КУКУРУЗНЫЕ РЫЛЬЦА



ЦИКОРИЙ



УКРОП



РЯБИНА ОБЫКНОВЕННАЯ



БУЗИНА ЧЕРНАЯ

