





ФИТОТЕРАПИЯ ПОДАГРЫ

<p>Краткая характеристика заболевания</p>	<p>Подагра (др.-греч. <i>ποδάγρα</i> — ножной капкан от <i>πούς</i> — нога и <i>ἄγρα</i> — захват) — метаболическое заболевание, которое характеризуется накоплением мочевой кислоты и уменьшением ее выведения почками, что приводит к повышению концентрации последней в крови (гиперурикемия) и отложением в различных тканях организма кристаллов уратов или мочевой кислоты</p>			
<p>Направление терапии</p>	<p>Противовоспалительная терапия</p> <ul style="list-style-type: none"> • Пырей ползучий • Сныть обыкновенная • Трава тысячелистника 	<p>Обезболивающая терапия</p> <ul style="list-style-type: none"> • Таволга (лобазник) обыкновенная • Сныть обыкновенная • Дягиль лекарственный 	<p>Антисклеротическая терапия</p> <ul style="list-style-type: none"> • Сабельник болотный • Фасоль обыкновенная • Эрва шерстистая 	<p>Витаминная терапия</p> <ul style="list-style-type: none"> • Шиповник собачий • Смородина черная • Рябина обыкновенная • Кроропива двудомная
<p>Пример лекарственных растений</p>				
	<p>Пырей ползучий — <i>Elytrigia repens</i></p>	<p>Таволга (лобазник) обыкновенная — <i>Filipendula vulgaris</i></p>	<p>Сабельник болотный — <i>Comarum palustre</i></p>	<p>Шиповник собачий — <i>Rosa Canina</i></p>

Химический состав ЛРС	В корневище содержатся эфирное масло, сапонины, органические кислоты, кремниевая кислота, железо, витамины группы В, аскорбиновая кислота, витамин А, слизь, минеральные соли	Корневище содержит флавоноиды, гликозид гаультерин, дубильные вещества, много крахмала и небольшое количество аскорбиновой кислоты	Трава содержит витамин С, дубильные вещества, каротин, производные фенилкарбонновых кислот, флаваноиды	Плоды содержат витамин С (до 4800 мг), витамины В ₂ , Р, Е, К, каротин, микро- и макроэлементы
Сборы на основе вышеуказанного ЛРС	Корневище пырея Трава зверобоя Трава спорыша — поровну по 4 ч Корень одуванчика Шишки хмеля поровну по 3 ч Лист черники Семена льна — поровну по 2 ч Цветки пижмы — 1 ч	Цветки и листья таволги — 4 ч Кора ивы белой — 2 ч Спорыш — 2 ч Цветки липы — 3 ч	Сабельник Трава зверобоя — поровну по 4 ч Цветки бузины черной Трава золотарника — поровну по 3 ч Трава горца птичьего — 2 ч	Плоды шиповника Плоды можжевельника Семена арбуза — поровну
Приготовление водных извлечений	2 ст. ложки сбора поместить в термос и залить 0,5 л горячей воды. Настоять в течение ночи. Процедить и пить по 1/2 стакана 3–5 раз в день	1 ч. ложку сбора залить стаканом горячей воды, настоять 30 мин и процедить. Выпить в течение дня	1 ч. ложку сбора залить 200 мл горячей воды, настоять 30 мин, процедить. Принимать по 1/4 стакана за 20 мин до еды или через 40 мин после еды 3 раза в день	6 ст. ложек сбора (измельчить в кофемолке), залить 1 л кипятка, настоять 20 мин и принимать по 0,25 стакана утром и днем в течение недели
Диета	Традиционные рекомендации по диете следующие: • ограничение потребления пуринов и алкоголя (мясные (особенно красное мясо), рыбные продукты, чай, какао, кофе, соль, сахар, газированные напитки); • принимать пищу следует регулярно 4 раза в день; переизбыток и голодание недопустимы — это может спровоцировать приступ; • борьба с избыточным весом, но резкое снижение веса нежелательно; • принимать достаточное количество жидкости (не менее 1,5–2 л), а в период обострения — до 3 л (минеральная вода, компоты, морсы, некрепкий чай); • разнообразие диеты овощами, фруктами и злаками; особенно полезны — овсяная крупа, цитрусовые (в частности, лимон, помело, апельсины), клубника — фруктовые кислоты и клетчатка нормализуют обмен веществ			
Совместимость с медикаментозным лечением	Курс фитотерапевтического лечения подагры (ежедневный прием настоев) служит хорошим дополнением к комплексной терапии и составляет примерно 2–3 мес			

Нинель Орловская, канд. фарм. наук, Руслан Редькин, канд. фарм. наук, Национальный фармацевтический университет, Харьков