

## 46 Рекомендуют профессионалы

По народной примете, холода — к текущему носу. Когда в аптеке спрашивают средство от насморка, фармацевты знают, что рекомендовать

# Чем лечить текущий нос

«Высморкай свой нос и поздоровайся с дамой», — поучают французские мамочки своих детей. Вообще, во многих странах принято сморкаться без всякого стеснения. Мы же, как правило, испытываем неловкость, если приходится это делать в публичных местах. Всем знакома ситуация, когда одолевает насморк, а на работе полный аврал. Отсидеться дома не получается, создавать дискомфорт окружающим не хочется. Как быть?

### НА ДВОРЕ ЗИМА, А В НОСУ ВОДА

Ринит — воспаление слизистой оболочки носа, сопровождающееся ринореей, слезотечением, чиханием и заложенностью носа. Ринит может быть одним из симптомов дифтерии, кори, скарлатины, коклюша, аллергии, вегето-сосудистой дистонии, эндокринных заболеваний или ОРВИ. Но поскольку зима в полном разгаре, логичнее предположить самостоятельную патологию или одно из проявлений ОРЗ. При переохлаждении на фоне ослабленного иммунитета в организме человека создается «романтическая» для вирусов и бактерий обстановка. Они легко проникают через восприимчивую к их действию слизистую оболочку носа и начинают энергично размножаться.

### КОМУ РАДОСТЬ, А ЧЕЛОВЕКУ РИНИТ

Вирусы и бактерии радостно размножаются, а в это время у человека воспаляется слизистая оболочка околоносовых пазух и развивается синусит. Если в воспалительный процесс вовлекается верхнечелюстная пазуха, болезнь называется гайморитом, если лобная — фронтитом. Человеческий организм не может оставить безнаказанным «разнужданное поведение» чужеродных элементов и усиливает выделение слизи, пытаясь избавиться от незваных «гостей». «Гости» не сдаются и вырабатывают вещества, приводящие к сгущению слизи и затрудняющие работу мерцательного эпителия слизистой оболочки полости носа и околоносовых пазух. Стратегия борьбы с непрошенными «гостями» ясна: болезнетворные микроорганизмы — уничтожить, воспаление — ликвидировать, «поле боя» — очистить. Остается выбрать тактику.

### ПОРОХОВАЯ БОЧКА

Наиболее правильное решение — «взять врага в кольцо», то есть применить сосудосуживающие препараты — деконгестанты.

Эффект от их применения не заставит себя долго ждать: кровеносные сосуды слизистой оболочки носа сузятся, уменьшатся отек и воспаление, снизится образование слизи. Казалось бы, победа! Проприодимость носовых ходов восстановлена! Однако причина ринита не устранена. Это все равно что усесться на пороховую бочку с горящим фитилем и думать, что проблема решена.

### ВЫСТРЕЛЫ В НЕБО

Следующее простое и логичное действие — уничтожить «врага». Все бы ничего, если бы не его многоликость. Как узнать, каким вирусом или бактерией вызвано

используют отвар листьев и корней щавеля конского (*Rumex confertus*), поскольку растение обладает антибактериальной активностью из-за наличия в листьях антрагликозидов. Препараты вербены лекарственной (*Verbena officinalis*), назначаемые при ОРЗ, усиливают действие других лекарственных растений традиционно используемых при катаре верхних дыхательных путей. Горечавка желтая (*Gentiana lutea*), своим названием обязана горькому вкусу корней и листьев, содержит гликозиды, которые являются действующими веществами этого растения. Цветки бузины черной (*Sambucus nigra*) тоже содержат гликозиды, эфирное масло и витамин С, поэтому оказывают про-

## Пока человечество разрабатывало планы борьбы с ринитом, природа придумала свои средства

заболевание? Многие штаммы бактерий устойчивы к антибиотикам, а вирусы постоянно мутируют. Прием антибиотиков может оказаться «выстрелом в небо». Хорошо, если рикошетом не ударят по «стрелку», вызывая ототоксические реакции. Кроме того, антибактериальные препараты обладают рядом побочных эффектов, один из них — угнетение функции ресничек мерцательного эпителия слизистой оболочки воздухоносных путей.

### РАСТЕНИЯ ПРИНИМАЮТ УДАР НА СЕБЯ

Пока человечество разрабатывало планы борьбы с ринитом, природа придумала свои средства. Например, в средневековой Германии в лечении простудных заболеваний применяли отвар корней щавеля. С этой целью и сегодня многие

тивовоспалительное и дезинфицирующее действие. Богатый аскорбиновой кислотой, гликозидами и сапонинами первоцвет весенний (*Primula veris*) усиливает секреторную активность слизистых оболочек верхних дыхательных путей и бронхов, повышает активность ресниччатого эпителия и ускоряет эвакуацию мокроты из дыхательных путей.

Правильное сочетание и совместное фармакологическое действие перечисленных растений обуславливает противовоспалительный, антибактериальный и противовирусный эффект, а также секретомоторную и секретолитическую активность, восстанавливает мукоцилиарный транспорт и способствует быстрому выздоровлению при остром и хроническом риносинусите.