

Лекарство или сувенир?

На полках аптек ныне можно увидеть довольно большой ассортимент различных бальзамов во флаконах с яркими привлекательными этикетками. В инструкциях по применению этих продуктов обычно содержатся сведения о том, что они произведены по старинным рецептам, с использованием набора исключительно целебных трав и являются весьма эффективными средствами для профилактики и лечения целого ряда заболеваний. А как на самом деле обстоит дело с такими препаратами с точки зрения доказательной медицины?



«СНАДОБЬЕ ОТ БОГА»

Прежде всего давайте вспомним, что такое бальзамы. Настойки и бальзамы представляют собой алкогольные напитки разной крепости (от 15 до 70%), изготовленные путем настаивания спирта на растительных компонентах: всевозможных травах, специях, ягодах и т.д. Историки утверждают, что подобные продукты появились еще в XII в. Особенно преуспели в этом занятии жители Пьемонта. Это и не удивительно, ведь предгорья Альп издавна славятся разнообразием растений, в том числе лекарственных. Активно использовались также восточные специи и ароматические добавки, которые позволили усовершенствовать вкус настоек. В приготовлении бальзамов люди стали широко применять кориандр, полынь, тысячелистник, ирис, ромашку, различные специи, а также цитрусовые.

Свою лепту в разработку технологии приготовления бальзамов внесли монахи, благодаря которым укоренилась традиция использования этих спиртных напитков в качестве лекарственных. Прежде чем приготовить очередной бальзам, монахи совершали над ним особые обряды, поскольку считали, что благодаря подобным действиям целебное снадобье приобретало благословение свыше. Для улучшения вкуса бальзамов они широко использовали различные пряные добавки: нераспустившиеся почки гвоздики, полынь, мускатный орех, а также мед, преимущественно липовый, и т.д.

Обитатели монастырей утвердились во мнении, что приготовленные ими снадобья — от Бога, и не разглашали как рецептов бальзамов, так и тайн врачевания.

РАСПРОСТРАНЕННЫЙ СУВЕНИР

Начиная с середины XVIII в. бальзам все чаще начали использовать не только как лекарство, преимущественно от «желудочных заболеваний» и «душевных смут», но и как алкогольный напиток, а над производством такой продукции взяло контроль государство, введя лицензирование. Тем не менее подразумевалось, что этот напиток все же обладает лечебными свойствами. Показательной в этом отношении является история рижского черного бальзама. Примерно в середине XVIII в. Абрахам Кунце, рижский аптекарь, основываясь

на старинном рецепте водочного настоя из целебных трав, приготовил «чудо-бальзам». В 1752 г. этот напиток под названием «Кунце» был предложен императрице Екатерине II в качестве лечебного средства. Достоинство оценив целебные свойства напитка (хотя история и умалчивает о том, какие именно), царица даровала аптекарю Кунце право на изготовление бальзама. Так появился бальзам «Рижский» — напиток крепостью 16%, считавшийся лечебным.

Люди старшего поколения хорошо помнят, что в бывшем СССР самым известным и популярным был именно этот бальзам, однако свою популярность он получил отнюдь не за какие-то особые лечебные свойства, а за то, что выгодно отличался от всех других подобных напитков редким для того времени оформлением — красивой коричневой керамической бутылкой с золотистой этикеткой. Приятный вкус и запах этого напитка, а также доступная цена сделали его весьма частым сувениром для многих людей, посетивших Латвию по служебным делам или в качестве туристов. Интересно отметить, что традиция использовать бальзамы в качестве сувениров при посещении других городов и стран сохранилась до сих пор.

«ВЕРДИКТ» ДОКАЗАТЕЛЬНОЙ МЕДИЦИНЫ

Каково же мнение о лечебных свойствах бальзамов в наше время? О пользе влияния на организм конкретных трав и специй, содержащихся в бальзамах и настойках, можно спорить сколько угодно — никакие из доводов, как правило, не доказаны результатами конкретных исследований. Дело в том, что составы бальзамов зачастую насчитывают до 40 ингредиентов, а иногда и больше. Учитывая такую сложность изготовления, большинство из них выпускают в незначительных количествах и, по сравнению с другими алкогольными напитками, в небольшом ассортименте.

Понятно, что при таком обилии составляющих вопросы стандартизации этого продукта становятся весьма проблематичными. На сегодня не проведено и соответствующих клинических испытаний (заметим, весьма дорогостоящих), без положительных результатов которых статус лекарственного средства никакому из бальзамов присвоен быть не может. Поэтому доказательная медицина не считает эти продукты лекарственными препаратами. Кроме того,

поскольку бальзамы приготовлены на спирту, они абсолютно неприемлемы для детей, а также лиц исламского и некоторых других вероисповеданий.

НЕЛИШНИЕ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

В последние годы высказывается все больше мнений о вреде бальзамов и настоек, который заключается прежде всего в самом очевидном: высоком содержании этилового спирта. Любое количество алкоголя вредит организму — сиюминутно или на дальнюю перспективу, а если количество принятого алкоголя еще и превышает ежедневную допустимую дозу (20 мл этанола для женщин, 30 мл — для мужчин), то вред такого напитка очевиден, даже если это «целебный бальзам», настоянный на горных альпийских травах. Опасность бальзамов и состоит в том, что при кажущейся безобидности и полезности, их просто не воспринимают в качестве алкоголя. Частое применение таких напитков, особенно в случае превышения рекомендуемой дозы, может элементарно приучить человека к алкоголю и привести к переходу на прием более прозаических спиртных напитков. Этот путь к алкоголизму, конечно, менее очевиден и распространен, чем, например, при употреблении пива, но тоже вполне возможен.

Тем не менее существует и позитивный момент в применении бальзамов, лежащий на поверхности и объясняемый свойствами как этанола, так и экстрактов трав. Речь идет о быстром расширении сосудов и легком возбуждении нервной системы. Человек, выпивший немного настойки или бальзама, чувствует себя согрешившимся, более бодрым, ощущает оживление. Если вы сильно замерзли, очень устали, у вас нервное истощение и т.д., то выпив немного (в пределах допустимой дозы) бальзама, вы можете почувствовать себя лучше. Однако действие такого напитка не продлится долго — от силы полчаса, но иногда это действительно позволяет «прийти в себя».

Еще одна опасность, связанная с употреблением настоек и бальзамов, состоит в том, что экстракт трав, содержащийся в этих напитках, может оказывать и негативное воздействие. Концентрация экстрактивных веществ в настойках, как правило, довольно высока, а многие травы обладают активными свойствами, воздействующими на определенные органы. Неудачное сочетание трав, наличие какого-либо неподходящего компонента — и настойка может принести реальный вред, особенно для пищеварительного тракта, печени и сердечно-сосудистой системы.

ЛЮБИТЕЛЯМ РАЗНООБРАЗИТЬ ЗАСТОЛЬЕ

Тем, кто употребляет бальзамы, следует помнить, что это в первую очередь спиртные напитки, имеющие определенную крепость, поэтому они требуют к себе соответствующего отношения, а именно не следует превышать допустимую дозу и не питать иллюзий насчет их «лечебного эффекта».

Поскольку бальзамы за счет различных трав, корней, плодов и эфирных масел, на основе которых они приготовлены, обладают сильным, приятным и гармоничным ароматом, их используют преимущественно для ароматизации всевозможных коктейлей (1–2 мл на порцию) или в качестве основы для тонизирующих напитков, разбавленных, например, содовой водой или нарзаном в 5–10-кратном соотношении.

Впрочем, о том, как применять бальзамы, существует большое количество рекомендаций. Среди них можно встретить и такие, которые предлагают



В последние годы высказывается все больше мнений о вреде бальзамов и настоек, который заключается прежде всего в самом очевидном: высоком содержании этилового спирта. Любое количество алкоголя вредит организму — сиюминутно или на дальнюю перспективу, а если количество принятого алкоголя еще и превышает ежедневную допустимую дозу (20 мл этанола для женщин, 30 мл — для мужчин), то вред такого напитка очевиден, даже если это «целебный бальзам», настоянный на горных альпийских травах



использовать бальзам после приема пищи и в небольших количествах, например, вместо коньяка, как дополнение к сигаре. Понятно, что в этом случае вряд ли может идти речь о применении такого напитка в качестве «лекарственного».

Иногда 1–2 чайные ложки бальзама добавляют в чай или кофе, а также в крепкие алкогольные напитки для улучшения их вкуса и аромата. Главное при этом — не «переусердствовать», чтобы не перебить вкус и запах остальных ингредиентов. Кроме того, бальзам иногда подают в ликерной рюмочке отдельно к кофе, добавляют в десерт, например, в мороженое и т.д.

ВМЕСТО ЗАКЛЮЧЕНИЯ

Вывод из вышесказанного напрашивается такой: прежде чем приобретать тот или иной бальзам, следует внимательно ознакомиться с перечнем компонентов, которые в него входят, поскольку среди них могут оказаться и такие, которые являются для вас непереносимыми либо противопоказанными.

Что касается использования бальзамов в качестве тонизирующих напитков и аперитива, а также для лечения или профилактики заболеваний, прежде всего простудных, то лучше всего проконсультироваться по этому поводу со своим (теперь уже семейным) врачом. Ну и, конечно же, не следует превышать рекомендованную дозу.

Наконец, не стоит приобретать бальзамы и настойки у лиц, не имеющих лицензии на изготовление и продажу подобных напитков, поскольку неизвестны как происхождение ингредиентов этих напитков и спирта, на котором они приготовлены, так и санитарные условия их изготовления. Поэтому, чтобы оградить от неприятных неожиданностей себя, а также тех, кому приобретаемый бальзам предназначен в качестве сувенира, подобные покупки желательно осуществлять в магазинах и аптеках города.

**Подготовил
Руслан Примак,
канд. хим. наук**