

УДК 615.32:616—085

## ФІТОТЕРАПІЯ — ВІД СИРОВИНИ ДО ГОТОВОГО ПРОДУКТУ

Студ. К.С. Ященко

Наук. керівник доц. Г.В. Тарасенко

Київський національний університет технологій та дизайну

Фітотерапія (*від грец. *Phyton* - «рослина» і *therapeia* - «терапія»*) - вид лікування, при якому в якості лікарських засобів використовуються рослини. У російськомовній літературі (особливо XIX століття і більш раннього періоду) замість терміна «фітотерапія» нерідко використовувався термін «траволікування». Це досвід, тисячолітні знання про рослини, мінерали, природні фактори, накопичені нашими предками методом проб і помилок за величезний проміжок часу. Ці знання еволюціонували разом з людиною, розвивалися з нею, адже медицина виникла тоді ж, коли виникло людство. В останнє десятиріччя траволікування інтенсивно розвивається. Цей давній напрям у медицині дедалі більше привертає увагу як лікарів-практиків і народних цілителів, так і науковців. До 50-х років XX століття ліки з рослин становили 70-80% усіх медикаментів, а нині лише третину препаратів. Ось чому терапія природними засобами повинна займати належне місце в клінічній практиці.

Застосування лікарських рослин у медичній практиці обумовлено наявністю в їх складі біологічно активних речовин — діючих речовин, які при введенні в організм навіть у дуже малих кількостях викликають певний фізіологічний ефект. Ці активні речовини синтезуються самими рослинами з неорганічних мінеральних речовин ґрунту, води, з вуглекислого газу повітря. Синтез здійснюється рослинами під впливом світлової енергії. До найбільш важливих біологічно активних речовин рослин відносяться наступні: глікозиди, ферменти, вітаміни, ліпіди, органічні кислоти, кумарини, алкалоїди, смоли, ефірні масла та дубильні речовини.

Фітотерапія, як будь-яка наука, має свою методологію та принципи: вона орієнтована на індивідуальне лікування, характеризується адекватністю клінічній симптоматиці на різних етапах розвитку хвороби, забезпечує принцип системності: лікування основного і супутніх захворювань, потенціювання: одночасне застосування компонентів і препаратів, безперервність лікування: тривале застосування з короткими перервами або заміною, комплексність заходів: поєднання з лікарськими препаратами синтетичного походження. Застосовується як самостійний метод лікування (обов'язково під наглядом фітотерапевта), так і в комплексному лікуванні багатьох захворювань. Для досягнення бажаного результату необхідно притримуватись основних правил: починати терапію після встановленого діагнозу, призначати лікування повинен фахівець медицини, купувати лікарську рослинну сировину (ЛРС) через аптечну мережу (лише в такому випадку придбана сировина буде зібрана, висушена, збережена, транспортована згідно правил та затверджена відповідно контролю якості), рекомендуватися може лише фармакопейна лікарська рослинна сировина.

За час існування людства досвід застосування фітопрепаратів накопичений дійсно чималий. На ринку України ЛРС випускається у вигляді пачок та фільтр – пакетів. В аптеках рослинні препарати представлені: екстрактами (рідкі, густі, сухі), настоянками, відварами, настоями, фіточаями, трав'яними зборами та у формі слизу. При правильному застосуванні рослинні препарати володіють більш м'якою дією, менш токсичні, ніж синтетичні, не викликають звикання та алергії. Більше того, рослини не тільки не пригноблюють захисні сили організму, а навпаки, активні щодо багатьох штамів мікроорганізмів, вже придбали стійкість проти антибіотиків, і здатні посилювати імунітет людини, допомагаючи йому тим самим впоратися з хворобою.