

«Nihil nocere» – не навреди – основной принцип медицины во все времена, сформулированный задолго до Рождества Христова Гиппократом. Что имел в виду «отец медицины»? Чем мог врач в то время навредить больному? Ведь химически синтезированных препаратов, как и генно-инженерных, не было и в помине, а хирургия была занятием не врачей, а цирюльников. В ходу были только лишь «природные» препараты, получаемые из растений, животных, драгоценных и полудрагоценных камней и металлов.

Из всех этих источников лекарственного сырья до наших дней дошла и существенно развилась лишь фитотерапия, как метод лечения различных заболеваний человека, основанный на использовании лекарственных растений и комплексных препаратов из них. Методики переработки растений для получения фитопрепаратов ориентированы не на выделение химически чистого действующего вещества, а на сохранение всего комплекса активных веществ растения в наиболее простых и приближенных к естественным формам (отвар, настой, экстракт и т.д.). В русскоязычной литературе (особенно XIX века и более раннего периода) вместо термина «фитотерапия» нередко использовался термин «траволечение».

Различают **традиционную фитотерапию**, которая является составной частью традиционной терапии, и **ботаническую медицину** (другие названия — научная фитотерапия, медицинская фитотерапия) — одно из направлений научной медицины. В современной научной фитотерапии, в отличие от традиционной, фитотерапевтические препараты практически не применяются самостоятельно, обычно их назначают дополнительно к лекарственной терапии или используют в качестве лекарственного сырья.

Многие растения синтезируют вещества, которые оказывают влияние на здоровье людей и животных. Часто эти вещества (в частности, алкалоиды) выступают в качестве защитных механизмов растений против микроорганизмов, насекомых и травоядных животных.

Поскольку тот факт, что вещества, содержащиеся в растениях, оказывают действие на органы и системы человека, не подвергается сомнениям, целью данной статьи не является отрицание или принижение роли фитотерапии в медицине. Настои и настойки ландыша майского (*Convallaria majalis*) и наперстянки пурпурной (*Digitalis purpurea*) применяются официальной медициной с конца XVIII века для борьбы с сердечной недостаточностью. Винкристин, полученный из растения барвинка розовый (*Vinca rosea*), до сих пор является эффективным противоопухолевым препаратом. Касторовое масло, получаемое из клещевины обыкновенной (*Ricinus communis*), с давних времен является эффективным и уникальным по некоторым своим свойствам слабительным. Морфин (один из алкалоидов мака снотворного (*Papaver somniferum*)), выделенный в чистом виде в 1804 г., был и остается одним из самых сильных обезболивающих препаратов, применяемых строго под контролем врача. Как видите, у природы достаточно аргументов, чтобы убедить любого противника траволечения в том, что оно эффективно, а любого поклонника – в том, что оно может быть смертельно опасным. Есть желающие выпить касторки на сон грядущий? Не стесняйтесь!

Перечисление препаратов и химических соединений, получаемых из природных источников, можно продолжать бесконечно.



И. ДОЛГОПЛОВ,
врач-онколог,
доктор медицинских наук,
профессор

НЕ НАВРЕДИ СЕБЕ КАСТОРКОЙ

Достаточно сказать, что растения в настоящее время являются источником сырья для производства 40% современных лекарств. Последние два десятилетия наблюдается бурный рост потребления препаратов на основе лекарственных растений, как приготовленных дома самостоятельно, так и промышленного производства. Прежде всего это касается так называемых пищевых добавок. В 2005 г. рынок лекарственных растений в США оценивался в 4,4 млрд долларов, а с учетом пищевых добавок, содержащих фитопрепараты, ежегодные расходы населения на их приобретение превышали 20 млрд долларов. Наиболее популярными были фитопрепараты, содержащие чеснок, эхинацею, экстракты зеленого чая, валерианы, гинкго, зверобоя, перца опьяняющего, женьшеня, и различные растения рода Астргал (*Astragalus*). Исследования показали, что число граждан США, регулярно принимающих фитопрепараты и биологические добавки, возросло с 46% в 2006-м до 52% в 2007 году. В Европе эти цифры несколько ниже и составляют 34-37% от численности населения. В странах Азии 84% детей с острыми и хроническими заболеваниями получают фитопрепараты часто без ведома врача.

Таким образом, **фитотерапия оказывает всевозрастающее влияние на здоровье населения и все чаще лекарственные средства на основе растительных компонентов применяются не самостоятельно, а в комбинации с официальными препаратами.** Проблема усугубляется тем, что пациенты, полагая, что фитопрепараты безвредны даже при длительном приеме, не ставят медицинский персонал в известность о фактах самолечения. Но **если лекарственные растения эффективны, о чем мы говорили выше, то разумно предположить наличие у них и побочных эффектов. И они, без всякого сомнения, имеют место.** Так 38% пациенток с раком молочной железы, леченных в одном из крупнейших госпиталей США, Mayo Clinic, признались, что они употребляют пищевые добавки на основе сои и льна. Проблема состоит в том, что эти растения содержат фитостероиды – аналог женских половых гормонов, а клетки рака молочной железы способны ускорять свой рост при повышении содержания эстрогенов в организме. Одним из современных направлений в лечении этой группы онкологических заболеваний является терапия антигормонами, которая существенно увеличивает шансы пациента на выздоровление. Таким образом, фитостероиды, содержащиеся в растениях, способны существенно ухудшить результаты терапии рака молочной

железы и снизить вероятность излечения. Если учесть, что фитостероиды входят в состав биологических добавок, назначаемых женщинам в период менопаузы и менопаузы, а частота рака молочной железы максимальна именно в эти возрастные периоды, то прием фитопрепаратов становится серьезной проблемой. Фитоандрогены, содержащиеся в женьшене, способны стимулировать рост клеток рака предстательной железы и снижать эффективность терапии. Но это не единственные неприятные сюрпризы, поджидающие как пациента, который принимает фитопрепараты и фитосборы, так и его лечащих врачей.

Исследование, опубликованное в *American Journal of Medicine*, показало, что растительные препараты способны существенно менять концентрацию и влиять на механизмы действия седативных и противодиабетических препаратов, антидепрессантов и препаратов, понижающих свертываемость крови. Анализу подверглись наиболее распространенные пищевые добавки, содержащие чеснок (*Allium sativum*), валериану (*Valeriana officinalis*), гинкго двулопастной (*Ginkgo biloba*), женьшень (*Panax ginseng*) и зверобой продырявленный (*Hypericum perforatum*). У 68% пациентов при совместном приеме фитопрепаратов и официальных лекарственных средств наблюдались побочные явления различной степени выраженности – головная боль, бессонница, нарушения артериального давления, носовые и вагинальные кровотечения. Фитопрепараты на основе женьшеня при сочетании применения с антидепрессантами вызвали развитие маниакальных психозов и артериальной гипертензии. Самолечение травами приводило к развитию гипогликемии у больных сахарным диабетом, интраоперационных кровотечений и послеоперационных тромбозов и тромбоэмболий у пациентов, принимающих пероральные антикоагулянты. Неоспоримым является и тот факт, что препараты валерианы при длительном бесконтрольном применении способны вызывать привыкание и токсические гепатиты.

В целом в большинстве случаев фитопрепараты и фитосборы не отвечают современным требованиям стандартизации, безопасности и более того – здравого смысла. Фитопрепараты практически всегда содержат десятки различных активных химических соединений. Недаром они одновременно обладают «болеутоляющим, жаропонижающим, спазмолитическим, седативным, мочегонным, желчегонным и т.д. и т.п.» действием. Часто такие сочетания лишены логи-

ки. Если препарат мочегонный, зачем ему желчегонный или болеутоляющий эффект? А если он седативный, зачем ему снимать спазмы кишечника? Человечество уверенно шло и идет по пути специализации, в том числе и в фармакологии и медицине. Никто же не захочет, чтобы операцию на сердце делал не кардиохирург, а окулист.

Когда дело касается официальной медицины, все хотят лекарство только от симптомов своей болезни и с минимумом побочных эффектов, такую «золотую пилюлю». И это лекарство должно действовать быстро, и принимать его должно быть удобно. Применяя фитопрепараты, те же люди спокойно мирятся с тем, что это лекарство, согласно инструкции, помогает от десятка даже не болезней, а состояний. Я уже не говорю о том, что фитопрепараты не стандартизированы и, значит, содержат произвольное количество лекарственных веществ в различных сочетаниях. Так почему человек долго будет выяснять у врача, затем в аптеке, какую дозу ему принимать, как часто, с чем можно сочетать, если речь идет об официальных средствах, и спокойно употребляет фитопрепараты с неизвестной дозировкой и составом?

Еще хуже, когда в фитосборах ошибочно оказывается ядовитое или токсичное растение. Ведь, как правило, производители пищевых добавок, особенно из Азии, ареал и время сбора растений не указывают или они не известны совсем, а названия звучат непривычно для уха европейца. Так, в середине 90-х годов нефротоксическое и канцерогенное растение кирказон, или аристолохия фангчи (*Aristolochia fangchi*), было добавлено в состав сбора для похудения вместо стефании четырехтычинковой (*Stephania tetrandra*). Дело в том, что стефания по-китайски называется *Fangji* (Фанг жи), а аристолохия по-китайски звучит как *Fangchi* (Фанг чи). По каким-то неизвестным причинам корни этих растений, относящиеся к разным видам (вместе с корнем коккулюса трехлопастного (*Cocculus trilobus*)), объединены в китайских травниках в одну группу. У пациентов, принимавших значительное количество аристолохии на протяжении от одного до двух лет, развивалось быстро прогрессирующее поражение почек. У 43 пациентов в период от 3 до 85 месяцев после прекращения приема пилюль развилась терминальная почечная недостаточность. Среди 39 пациентов с терминальной стадией почечной недостаточности, кому было проведено оперативное лечение (удаление нефункционирующих почек и мочеточников), у 18 диагностирован рак (46%). В 17 случаях это был рак мочеточника или почечной лоханки, и в одном случае – ворсинчатая опухоль мочевого пузыря. В сообщении об этом прискорбном наблюдении, опубликованном в старейшем медицинском журнале *New England Journal of Medicine* в 2000 г., отмечается строгая связь приема этих травяных сборов с развитием рака у людей.

Нельзя не замечать, что возрастающее потребление фитопрепаратов и фитосборов оказывает заметное влияние на здоровье населения. Ложное убеждение в том, что растительные препараты безвредны, поддерживается не только народной молвой, но и недобросовестной рекламной кампанией производителей этих препаратов. **Следует помнить, что прием различных пищевых добавок, экстрактов, вытяжек из растений может быть опасен как сам по себе, так и особенно при совместном применении с официальными лекарствами.** Выходит, что даже «народная, традиционная медицина», а может быть, именно она в большей степени, должна соблюдать основной принцип всей Медицины – «Не навреди».