

ДЕПРЕССИВНЫЕ СОСТОЯНИЯ, СИНДРОМ ХРОНИЧЕСКОЙ УСТАЛОСТИ И ИММУННОЙ ДИСФУНКЦИИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ. ФИТО- И ФИТОХИТОДЕЗТЕРАПИЯ

Широкова О. К.

Врач-педиатр, фитотерапевт высшей
категории

Горошетченко А.В.

Старший научный сотрудник

ПРОВЕДЕНО КЛИНИЧЕСКОЕ ОБСЛЕДОВАНИЕ

- 120 подростков в возрасте от 14 до 18 лет с проявлениями синдрома хронической усталости, депрессивными состояниями и иммунной дисфункцией.
- Наблюдение за подростками велось в течение трёх лет.

ОСНОВНЫЕ ЖАЛОБЫ:

- Хроническая усталость
- Слабость
- Снижение работоспособности
- Нарушение концентрации внимания
- Нарушение сна
- Тревожное состояние
- Депрессивное состояние
- Невротические реакции
- Нарушение памяти
- Тошнота
- Головокружение
- Головные боли мигренозного характера
- Частые простудные заболевания

ФАКТОРЫ

Факторами, провоцирующими
появление данных симптомов
чаще всего являются:

- ⦿ стрессы,
- ⦿ вирусные и другие инфекционные заболевания,
- ⦿ нарушения режима и качества питания.
- ⦿ Нарушение режима труда и отдыха.

ФАКТОРЫ

- Все эти факторы присутствуют в подростковом возрасте в связи с высокими умственными, физическими и эмоциональными нагрузками, часто связанными с интенсивным учебным процессом и лабильностью психики детей в этом возрасте.

ОСНОВНЫЕ ПРИЧИНЫ

- Манифестация этих нарушений приходится на 9-11 класс средней школы, 1-ый курс колледжа или техникума.
- Нарастание этих симптомов связано с тем, что период активной гормональной перестройки у подростков сочетается с нарастанием физической, умственной и эмоциональной нагрузки на организм.
- Современный темп жизни, высокие технологии, интернет ещё более усугубляют этот процесс.

Анализ позволил
отнести 7,1%
подростков к
практически здоровым,
45% подростков мы
отнесли к часто
болеющим.

РОЛЬ ДВЕНАДЦАТИПЕРСТНОЙ КИШКИ

- Крайне уязвимым органом в этих ситуациях является двенадцатиперстная кишка, как центральный орган пищеварения и пищеварительного поведения.
- Острый и хронический дуоденит, эрозии и язвенная болезнь двенадцатиперстной кишки могут вызывать нарушение продукции гормонов местного и общего действия и провоцировать у подростков развитие синдрома дуоденальной гормональной недостаточности.

РОЛЬ ДВЕНАДЦАТИПЕРСТНОЙ КИШКИ

Этот синдром может проявляться такими симптомами, как:

- ⊙ слабость,
- ⊙ утомляемость,
- ⊙ нарушение аппетита,
- ⊙ нарушение работоспособности,
- ⊙ тошнота,
- ⊙ боли в животе,
- ⊙ дуоденальная мигрень,
- ⊙ головокружения,
- ⊙ выраженная депрессия и другие.

ПОВОД ЗАДУМАТЬСЯ

- Отдельное внимание следует обратить на тот факт, что в старших классах школы разъяснений по вопросу этих отклонений состояния здоровья у подростков не дают ни ученикам, ни педагогам, ни в школьных мед. кабинетах.
- Дети не понимают, что с ними происходит.
- Это приводит к нервным срывам, снижению успеваемости, и это- накануне ЕГЭ и поступления в ВУЗ.

ПОВОД ЗАДУМАТЬСЯ

- В то время, как вовремя проведённые профилактические беседы, правильный режим дня, полноценное и регулярное питание, а также приём фитосборов и фитохитодезов помогли бы снизить остроту, а во многих случаях снять эту проблему.

СИНДРОМ ХРОНИЧЕСКОЙ УСТАЛОСТИ (СХУ)

- Основные симптомы СХУ (синдром хронической усталости) аналогичны некоторым чертам инфекционных заболеваний.
- Вследствие этого пристальное внимание было сконцентрировано на поисках инфекционного агента.
- В 70 % случаев пациенты считали, что причиной их заболевания была инфекция.
- Но лишь у половины из них были определены те или иные признаки инфекции.

СИНДРОМ ХРОНИЧЕСКОЙ УСТАЛОСТИ (СХУ)

- При этом 87 % пациентов сообщали о стрессовой ситуации за год до обращения.
- У 96 % больных СХУ выявлены маркеры вирусных инфекций: цитомегаловирус, вирус герпеса 1-го и 2-го типов, энтеровирус.
- У 30 % пациентов снижен уровень сывороточных иммуноглобулинов Ig A, Ig M, Ig G.
- У 28 % больных СХУ уровень иммуноглобулинов был повышен.
- У остальных 42% не изменён.
- У 50 % пациентов заболевание сопровождалось аллергическими проявлениями, включая повышенную кожную реакцию на ряд аллергенов и возрастание уровня общего Ig E.

СИНДРОМ ХРОНИЧЕСКОЙ УСТАЛОСТИ (СХУ)

- Практически у всех пациентов были отмечены признаки нарушений иммунного статуса и активации иммунной системы.
- Иммунологические исследования, проведённые у них, свидетельствовали о статистически значимом снижении Т - лимфоцитов, Т-хелперов и незначительном снижении В- лимфоцитов.

СИНДРОМ ХРОНИЧЕСКОЙ УСТАЛОСТИ (СХУ)

- Изменения иммунной системы при СХУ соответствуют ряду изменений, типичных при хронических стрессовых воздействиях.
- Очевидно, что именно из-за тесной связи с эмоциональным стрессом, это заболевание и характеризуется, как психосоматическое.
- В основе СХУ лежат проявления процессов дезорганизации регуляции систем организма: *нервной, эндокринной, пищеварительной, иммунной.*

СХЕМА ФИТОТЕРАПИИ

- Проведено лечение 85 подростков с проявлениями СХУ, депрессии, иммунной дисфункции и дуоденальной гормональной недостаточности.
- Схема лечения включала в себя три этапа:

СХЕМА ФИТОТЕРАПИИ

Первый этап :

- Сбор № 10 (*лист мяты перечной, подорожника большого, цвет ромашки лекарственной, трава зверобоя продырявленного и тысячелистника обыкновенного*)
- И сбор № 10Р (состав тот же, но вместо тысячелистника - *репешок обыкновенный*).
- Сборы заваривались : 1 стол. Л. на 0,5 литра крутого кипятка.
- Принимать по 0,5 стакана в тёплом виде 4 раза в день за 15 мин. до еды и перед сном.
- Два сбора (№ 10 и 10Р) чередовать через день в течении 1 месяца.
- Эти сборы применялись в течении 3-4-х недель.

СХЕМА ФИТОТЕРАПИИ

- Эти сборы обладают прекрасным *противовоспалительным, заживляющим и антиспастическим действием.*
- Они купируют обострение гастрита, дуоденита, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, а также применяются при холецистите, панкреатите, гепатите, энтероколите, дисбактериозе и других часто встречающихся в подростковом возрасте заболеваниях ЖКТ.
- Эти сборы также обладают *антитоксическим действием.*

СХЕМА ФИТОТЕРАПИИ

Второй этап:

- сбор № 8 (*трава тысячелистника обыкновенного, лист берёзы белой, трава полыни обыкновенной, вероники лекарственной, фиалки трёхцветной, сушеницы топяной, цвет ромашки лекарственной и календулы лекарственной, цвет пижмы обыкновенной и клевера лугового*)
- Способ приготовления и применения сбора тот же.
- Сбор применялся на протяжении 3-х -4-х недель.

СХЕМА ФИТОТЕРАПИИ

- Этот сбор обладает противовирусным, противогрибковым действием, лечит протозойные инфекции, глистные инвазии, лямблиоз .
- Эти инфекции являются частыми причинами развития дуоденита, язвенной болезни, эрозий желудка и двенадцатиперстной кишки, а также синдрома дуоденальной гормональной недостаточности.

СХЕМА ФИТОТЕРАПИИ

Третий этап:

- сбор № 5 (трава тысячелистника обыкновенного, зверобоя продырявленного, лист лопуха большого, подорожника большого, берёзы белой, трава горца птичьего, корни лапчатки прямостоячей, одуванчика лекарственного, цвет пижмы обыкновенной, ромашки лекарственной, лист крапивы двудомной, трава донника лекарственного, горца почечуйного, плоды шиповника майского, цвет календулы лекарственной, лист и ветки облепихи крушиновидной, трава медуницы лекарственной, лист мяты перечной, корни девясила высокого, трава душицы обыкновенной, хвоща полевого, череды трёхраздельной, корни и трава таволги)

СХЕМА ФИТОТЕРАПИИ

- Этот сбор эффективен при иммунодефиците любой природы, упадке сил, в восстановительном периоде после инфекционных заболеваний, при повышенных умственных и физических нагрузках.
- Этот сбор применялся от трёх до 12 месяцев, в зависимости от выраженности симптомов иммунодефицита, а также тяжести перенесённых инфекционных заболеваний.

СХЕМА ФИТОТЕРАПИИ

На протяжении всего периода лечения наряду с *лекарственными фитосборами*, *физической тренировкой* и *закаливанием*, нами постоянно применялись *фитохитодезы* - таблетированная форма фитосборов в сочетании с хитодезом (водорастворимой формой хитозана)

СХЕМА ФИТОТЕРАПИИ

Фитохитодезы применялись длительно (от 3-х до 12-и месяцев) по следующей схеме:

- утром (через 30- 60 минут после завтрака) - фитохитодез серии 05 « При иммунодефиците» - 1 табл. плюс фитохитодез серии 37 « Антидепрессант» - 1 табл. ;
- днём - то же сочетание повторялось;
- вечером - фитохитодез серии 02 « При острых желудочно-кишечных заболеваниях» -1 табл. плюс фитохитодез серии 51 « При бессоннице и раздражительности» - 1-2 табл.

ФИТОХИТОДЕЗЫ

- Состав фитохитодеза серии 05 «При иммунодефиците» соответствует составу сбора № 5 плюс хитодез.
- Состав фитохитодеза серии 02 «При острых желудочно-кишечных заболеваниях» соответствует составу сбора № 10 плюс хитодез.

ФИТОХИТОДЕЗЫ

- Состав фитохитодеза серии 37
«Антидепрессант» - хитодез плюс сбор следующих лекарственных растений : *лист и цвет иван-чая, трава лабазника вязолистного, дымянки, лист подорожника большого, лист ежевики, трава сабельника болотного, цикория, тысячелистника обыкновенного, донника лекарственного, дербенника, зверобоя продырявленного, яснотки, душицы обыкновенной, цвет календулы, плоды боярышника, шиповника майского, трава буквицы, вероники дубравной, будры плющевидной, омелы белой, корни солодки голой, элеутерококка, аира болотного, дягиля лекарственного.*

ФИТОХИТОДЕЗЫ

- Состав фитохитодеза серии 51 «При бессоннице и раздражительности»: хитодез плюс сбор следующих лекарственных растений: *трава пустырника обыкновенного, цвет боярышника, лист и цвет иван-чая, корни валерианы лекарственной, трава таволги, вереска обыкновенного, душицы обыкновенной, цвет яснотки белой, шишки хмеля, трава тысячелистника обыкновенного, донника лекарственного, мелисы лекарственной,, трава подмаренника настоящего, одуванчика лекарственного, сабельника болотного, лист крапивы двудомной, корни и трава гравилата.*

ОЛЕКСИН

- Кроме этих препаратов подростки старше 16 лет применяли препарат Олексин (экстракт листьев персика) в качестве естественного иммуномодулятора по 5-6 капель 2 раза в день (утром и днём) на протяжении 3-х - 9-и месяцев в осенне-зимне-весенний период.

РЕЗУЛЬТАТЫ

- В результате проведённых лечебно-профилактических мероприятий к концу лечения из 85 подростков - 76 были практически здоровы, остальные 9 - отмечали значительное улучшение своего самочувствия и состояния.
- Увеличилась умственная работоспособность и физическая выносливость, исчезли или значительно уменьшились такие симптомы, как: слабость, утомляемость, нервозность, депрессия, головные боли, головокружения, тошнота, боли в животе и другие.

ТАБЛИЦА № 1

ДИНАМИКА ИЗМЕНЕНИЯ СИМПТОМОВ СХУ ПО ВОЗРАСТНЫМ КАТЕГОРИЯМ

№	Количество	0-12 лет	13-18 лет	19-40 лет	41-60 лет
1	ВСЕГО	42	197	293	741
2	Мужчин	12	77	77	169
3	Женщин	30	120	216	572
	Заболевания	Эффектив ность/%	Эффектив ность/%	Эффектив ность/%	Эффектив ность/%
1	Депрессия	95	83	82	80
2	Бессонница	73	79	78	79
3	Утомляемост ь	Мало данных	56	67	66
4	Снижение иммунитета	Мало данных	88	86	85
5	Страхи, тревоги	Мало данных	60	71	71

ИТОГИ

- На возрастную категорию 13-18 лет (гормональная перестройка) приходится пик указанных симптомов
- Второй пик приходится на период 41-60 лет (условно климактерический период)
- Практически троекратное увеличение манифестаций у женщин, по сравнению с мужчинами, во всех возрастных категориях

В ЗАКЛЮЧЕНИЕ:

Таким образом, приведённая система лечения депрессивных состояний, иммунной дисфункции и СХУ в подростковом возрасте является эффективной, безопасной и решает множество острых проблем такого сложного периода в жизни современного молодого человека.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!!!

