

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
Український центр наукової медичної інформації
та патентно-ліцензійної роботи

“УЗГОДЖЕНО”

Директор Департаменту
розвитку медичної допомоги
МОЗ України



[Signature] М.П. Жданова

[Signature] 2009 р.

**МЕТОДИ НАРОДНОЇ МЕДИЦИНИ В ПРЕВЕНТИВНІЙ,
РЕАБІЛІТАЦІЙНІЙ ТА КОМПЛЕКСНІЙ ТЕРАПІЇ
ХВОРИХ НА ГРИП та ГРВІ**

Методичні рекомендації

Київ – 2009

Установи-розробники:

ДП «Комітет з питань народної та нетрадиційної медицини» МОЗ України
ПВНЗ «Київський медичний університет УАНМ»

Укладачі:

Гарник Т.П., д.м.н., професор	044-253-60-24
Козименко Т.М., к.м.н.	044-253-60-24
Білоусова І.В., к.м.н.	044-560-88-26
Петрищева В.О., к.фарм.н.	044-560-88-26
Дудченко Л.В., к.біол.н., доцент	044-560-88-26
Мощик О.П., к.м.н., доцент	044-205-49-69
Поканевич В.В., к.м.н., доцент	044-234-25-84
Туманов В.А., д.м.н., професор	044-234-25-84

Рецензенти:

д. мед. н., проф. Горчакова Н.О.

Голова проблемної комісії МОЗ та АМН України
«Нетрадиційні методи діагностики, лікування, реабілітації»
Протокол № 11/07 від 14 липня 2009 р.

д.м.н., професор

В.П. Лисенюк

Зміст

1. Вступ	4
2. Гомеопатичні лікарські засоби в профілактиці і лікуванні грипу та ГРВІ	
2.1. Гомеопатія як терапевтичний метод	5
2.2. Можливості гомеопатії в протидії епідемічним хворобам	6
2.3. Фармакологічна дія гомеопатичних засобів.....	7
2.4. Однокомпонентні класичні гомеопатичні лікарські засоби для профілактики та лікування грипу та ГРВІ	7
2.5. Застосування антигомотоксичних препаратів при лікуванні грипу та ГРВІ.....	9
2.6. Комплексні гомеопатичні лікарські засоби для профілактики та лікування грипу та ГРВІ, зареєстровані в Україні	14
3. Методи фітотерапії в профілактиці і лікуванні грипу та ГРВІ.....	19
4. Використання ефірних олій для оздоровлення дітей.....	22
5. Можливості Су Джок (кисть-стопа) терапії при лікуванні грипу	27
6. Висновки.....	29
7. Перелік рекомендованої літератури	30

ВСТУП

Все очевиднішим стає той факт, що в XIX столітті основну епідеміологічну небезпеку для людей становитимуть патогенні віруси. Розповсюдженість таких захворювань як вірусний гепатит С та ВІЛ/СНІД сягнула справжніх епідемічних масштабів. Протягом останніх років людство довідалося про атипову пневмонію, пташиний та свинячий грип.

Захворюваність на грип та гострі респіраторні вірусні інфекції (ГРВІ) в Україні складає 95% від усіх інфекційних захворювань, 25–30% загальної захворюваності й не менше 70% захворюваності у дітей. Епідемії грипу вражають до 15% населення Земної кулі. Найбільш чутливими до грипу є діти від раннього віку до 14 років, особи похилого віку і пацієнти з хронічними захворюваннями. Грип у тяжкій формі може загрожувати життю хворого. Щорічно з ускладненнями грипу госпіталізують сотні людей.

Не дивлячись на велику кількість лікарських засобів, проблема проти-вірусної терапії грипу та ГРВІ у дітей та дорослих й досі залишається актуальною, лікування більшою мірою є симптоматичним. Перебіг захворювання майже повністю залежить від реактивності організму, що є дуже індивідуальним. Висока частота ускладнень сучасних фармакологічних засобів, при цьому результативність і цілісний підхід до лікування при застосуванні альтернативних методів лікування, рентабельність та поширення обсягу гомеопатичних ліків та фітопрепаратів — все це сприяє значному зростанню зацікавленості сучасних лікарів і пацієнтів.

Методи народної та нетрадиційної медицини можуть застосовуватися як у складі комплексного лікування та профілактики грипу та ГРВІ (сумісні з проти-вірусними, антигістамінними, дезінтоксикаційними лікарськими засобами), так і в якості самостійного методу, особливо при неускладнених формах.

При gripі, гострих застудних станах гомеопатичні ліки, фітотерапевтичні засоби, ефірні олії мають широкий спектр позитивної дії практично на всі органи та системи. За допомогою Су Джок терапії можна знизити температуру тіла, укріпити захисні сили організму.

Методичні рекомендації друкуються вперше, розраховані на лікарів терапевтів, педіатрів, лікарів загальної практики, народної та нетрадиційної медицини, лікарів-інтернів, магістрів та студентів 5–6 курсу ВМНЗ.

ГОМЕОПАТИЧНІ ЛІКАРСЬКІ ЗАСОБИ В ПРОФІЛАКТИЦІ

І ЛІКУВАННІ ГРИПУ та ГРВІ

Гомеопатія як терапевтичний метод

Гомеопатія – метод нетрадиційної медицини, присвячений індивідуалізованій терапії лікарськими засобами рослинного, тваринного, мінерального та іншого походження в малих дозах, що виготовляються методом потенціювання та призначаються за принципом «подібності».

Гомеопатичні препарати ефективні при гострих та хронічних захворюваннях. У випадках гострої патології ефект від гомеопатичного лікування настає у стислі терміни, гострі прояви хвороби можуть вщухати через лічені години або дні. В лікуванні хронічних захворювань для досягнення бажаного позитивного терапевтичного ефекту необхідні більш тривалі курси лікування гомеопатичними лікарськими засобами (ГЛЗ).

Багатоцентрові міжнародні порівняльні клінічні дослідження ефективності гомеопатичного і фармакотерапевтичного лікування, що проводились в 12 країнах (включно в Німеччині, Англії, Франції, Голандії, Греції, Росії та інших) за участі України протягом декількох років відповідно найсучаснішим вимогам до клінічних досліджень і включали понад 16 тисяч хворих (IPCOS), виявили однакову ефективність терапії гомеопатичними та фармакотерапевтичними лікарськими засобами.

В світі, серед усього спектру гомеопатичних ліків, найпоширенішим є використання однокомпонентних класичних гомеопатичних лікарських засобів, які становлять понад 80% ГЛЗ. Водночас для ефективного застосування однокомпонентних гомеопатичних препаратів необхідні спеціальні знання в області класичної гомеопатії.

З метою наближення гомеопатії до першої ланки медичної допомоги хворим, створені комплексні гомеопатичні препарати, які призначаються лікарями, і також можуть бути застосовані хворими самостійно. На фармацевтичному ринку України зареєстровано біля 200 комплексних (багатокомпонентних) гомеопатичних препаратів відомих вітчизняних і закордонних фірм.

Гомеопатія є високоефективною терапією, що може застосовуватись в комплексі з будь-якими іншими курсами терапії препаратами природного і фармакологічного ряду, покращуючи ефективність, попереджуючи виникнення алергічних і інших ускладнень фармакотерапії.

Можливості гомеопатії в протидії епідемічним хворобам

Впродовж своєї довгої історії гомеопатія довела власну дієвість при серйозних епідеміях і пандеміях таких хвороб як азіатська холера в середині XIX ст. або грип-«іспанка» в 1918–1919рр., при цьому набагато перевершила ефективність алопатичних методів лікування. Згідно доповідям Американського інституту гомеопатії (1921р.) відсоток смертності від грипу серед 24 000 пацієнтів, що застосовували традиційне лікування, складав 28,2%, тоді як серед 26 000 пацієнтів, що лікувалися гомеопатією, лише 1,1%.

Тактика гомеопатичного лікування при епідемічних захворюваннях має свої особливості. На початок епідемії аналізуються характерні симптоми захворювання, за якими підбирають препарат або групу препаратів для терапії і профілактики хвороби.

Наприклад, у 2005 році гомеопати світу (більше 150 чоловік з 25 країн) взяли участь в Паризькій конференції з метою розробки заходів для реального внеску гомеопатії в боротьбу із загрозою пандемії пташиного грипу та стратегічних напрямків гомеопатичної профілактики і лікування цієї небезпечної хвороби. Було рекомендовано використання *Oscillocochinum 200 CK* (Оциллококцин) в якості базового препарату для профілактики та лікування пташиного грипу. Препарат має досвід застосування більше 40 років в Європі, визнаний кращим протизастудним і протигрипозним засобом в Росії в 2003–2005 рр., зареєстрований в Україні в 2009 р.

Також рекомендовані наступні препарати: для лікування і профілактики грипу — *Arnica, Eupatorium, Bryonia, Crotalus, Phosphorus*; як симптоматичні — *Gelsemium, Argentum nitricum, Aconitum, Opium* (для подолання страху у населення) і *Baptisia tinctoria* (при кишкових симптомах).

Фармакологічна дія гомеопатичних засобів

При профілактиці і терапії грипу та ГРВІ гомеопатичні препарати не мають противірусної чи протибактеріальної дії, водночас справляють виражений ефект при будь-яких інфекційних процесах, діючи через нормалізацію або посилення власної імунної системи організму, мобілізуючи захисні і адаптогенні властивості організму, покращуючи показники загального і місцевого імунітету. Вони справляють протизапальну дію на всі тканини органів дихальної системи, посилюють неспецифічний захист слизових оболонок дихальних шляхів, забезпечують імуномодуючий ефект (тобто вибірково підвищують понижені показники імунної системи і понижують патологічно підвищені). Гомеопатичні препарати також впливають на весь організм у цілому, покращують обмінні, трофічні процеси в тканинах, нормалізують порушені функції внутрішніх органів та мають м'яку заспокійливу дію на центральну нервову систему.

Однокомпонентні класичні гомеопатичні лікарські засоби для профілактики та лікування грипу та ГРВІ

Найбільш ефективним у профілактиці і терапії грипу та ГРВІ є застосування ГЛЗ, які є індивідуалізованими для кожної окремої людини, і можуть бути призначені лікарем фахівцем, який має спеціальні знання в гомеопатії і врахує особливості виникнення захворювання, перебігу і проявів в конкретному випадку. Однокомпонентні гомеопатичні ліки готуються *ex tempore* в спеціальних (гомеопатичних) аптеках і відпускаються за рецептом лікаря.

Традиційно в гомеопатичній практиці для лікування грипу застосовуються такі монопрепарати: *аконіт, беладонна, гельземіум, бріонія, єупаторіум* та ін. Препарати призначаються відповідно до принципу подібності симптомів хвороби та патогенезу препарату. Ці препарати найбільш часто використовуються як складові частини комплексних ГЛЗ для терапії грипу.

Кожний препарат має свої особливості перебігу захворювання.

Аконіт (*Aconitum napellus*) – раптовий і бурхливий початок хвороби, висока температура, спрага холодної води, нетерпіння, збудження зі страхом смерті, сухий жар без поту.

Аліум цепа (*Allium sera*) – рясна нежить і сльозотеча; все симптоми покращуються на свіжому повітрі і погіршуються в теплі, болючий кашель.

Арніка (*Arnica montana*) – болі в м'язах, неначе побили, ліжко видається жорстким; червоне обличчя, гаряча голова, а ніс і кінцівки холодні; односкладові відповіді, відмова від спілкування, лікарської допомоги, бажання лежати на низькому узголів'ї.

Баптизия (*Baptisia tinctoria*) – абдомінальна форма грипу з діареєю, тяжкий перебіг хвороби.

Беладонна (*Belladonna atropa*) – раптовий і бурхливий початок хвороби, висока температура, жар видається таким, що пашить, зіниці розширені, червоне, сухе, болюче горло.

Бріонія (*Brionia alba*) – лихоманка з дратливістю, лежить без рухів, сухій дратівливий кашель, спрага, нежить, пітливість. При своєчасному прийомі попереджає розвиток ускладнень з боку легень.

Гельземіум (*Gelsenium sempervirens*) – поступовий початок хвороби, виражена загальна слабкість з внутрішнім тремтінням, сонливість, відчуття важкості верхніх повік, відсутність спраги.

Залізо фосфорнокисле (*Ferum phosphoricum*) – раптовий і бурхливий початок хвороби, висока температура тіла, при відсутності яскравих симптомів Аконіту або Беладонни.

Євпаторіум (*Eupatorium perfoliatum*) – лихоманка і гостра нежить, спрага, сильні болі в м'язах і кістках, збудження (клініка типового грипу), попереджає післягрипозну астеною.

Фосфор (*Phosphorus*) – катаральні запальні процеси верхніх дихальних шляхів, що супроводжуються невралгіями, головним болем, носовими кровотечами. В низьких розведеннях стимулює противірусний захист організму, переважно через систему ендогенного інтерферону

ОЦИЛОКОКЦІНУМ

(OSCILLOCOCCINUM), гранули, «Laboratories Boiron», Франція

Реєстраційне посвідчення (РП) UA /0423/01/01 від 22.02.2009

Однокомпонентний гомеопатичний препарат, сировиною служить екстракт печінки і серця берберійської качки, приготований за гомеопатичною технологією.

Показання для застосування: профілактика і лікування грипу у дорослих і дітей.

Фармакологічні властивості: сприяє зменшенню прояву та тривалості основних симптомів грипу та ГРВІ, активуючи імунну систему.

Спосіб застосування та дози. Приймати дорослим і дітям від 3 років вміст одного тюбика (1г гранул) під язик, тримати до повного розсмоктування.

Дозування: для профілактики – по 1 дозі на тиждень в період поширення грипу; початкова стадія захворювання – приймають 1 дозу, за необхідністю повторюють 2–3 рази з інтервалом 6 годин; виражена стадія захворювання – по 1 дозі вранці та ввечері протягом 1–3 днів.

Застосування антигомотоксичних препаратів при лікуванні грипу та ГРВІ

Гомотоксикологія є сучасним напрямком біологічної медицини. При антигомотоксичній терапії призначення антигомотоксичних препаратів (АГТП) здійснюється з допомогою шестифазної таблиці гомотоксикозів і вироблених показань до кожного препарату. При лікуванні конкретного пацієнта може використовуватись як один, так і декілька АГТП. Індивідуальні схеми лікування АГТП поділяють на базисні (основні) і додаткові. До базисних відносять АГТП, які, як правило, призначаються обов'язково при даному захворюванні, тобто мають прямі покази (спеціальні, дренажні, імуномодулюючі та ін.). Їх може бути застосовано 1–2 або більше. До додаткових відносять препарати (дренажні, каталізатори та ін.), які призначаються для посилення дії препаратів базисної терапії або використовуються при наявності додаткових симптомів і синдромів або супутніх захворювань у конкретного пацієнта. До переваг антигомотоксичної терапії можна віднести високу ефективність, безпечність, відсутність побічних дій і протипоказань.

АГТП виробляються фірмою Heel GmbH, Німеччина.

ГРИП-ХЕЕЛЬ

(GRIPPE-HEEL), таблетки (РП № UA/4268/02/01 від 19.02.2007), розчин для ін'єкцій по 1.1 мл (РП № UA/4268/01/01 від 20.03.2006)

Склад: Aconitum, Eupatorium, Phosphorus, Lachesis, Bryonia

Показання для застосування. У комплексному лікуванні та профілактиці грипу, парагрипу, ГРВІ; при інших інфекційних і гострих запальних захворюваннях, які супроводжуються інтоксикацією.

Фармакологічні властивості. Препарат має дезінтоксикаційну, протизапальну, імунокоригуючу дію. Дія базується на активації захисних сил організму і нормалізації порушених функцій за рахунок речовин рослинного, мінерального та тваринного походження, які входять до складу препарату. Сумісний з противірусними, антигістамінними, дезінтоксикаційними лікарськими засобами.

Спосіб застосування та дози. Таблетки: разова доза дорослим і дітям від 6 років – 1 табл. сублінгвально (до повного розсмоктування), дітям до 1 року – $\frac{1}{4}$ табл., від 1 до 3 років – $\frac{1}{2}$, від 3 до 6 років – $\frac{3}{4}$ табл., розтертої на порошок та розчиненої в 1 чайній ложці води. Приймати 3 рази на добу за 15–20 хв. до їди або через годину після. У разі гострого початку захворювання приймати разову вікову дозу кожні 15 хв. протягом перших 2 годин. Далі перейти на прийом 3 рази на добу. Курс лікування – 5–10 діб. Після зникнення симптомів захворювання рекомендується продовжити прийом препарату 2 рази на добу ще протягом 5–7 днів з метою профілактики ускладнень. З профілактичною метою грипу та ГРВІ в осінньо-зимовий період приймати разову вікову дозу 1 раз на добу (вранці), в період епідемії грипу – 2 рази на добу (вранці та ввечері).

Ампули: разова доза дорослим і дітям старше 6 років – 1 ампула по 1,1 мл. Застосовувати у вигляді внутрішньом'язових, підшкірних, внутрішньошкірних і внутрішньовенних ін'єкцій, а також ін'єкцій в акупунктурні точки 1–3 рази на тиждень. При гострих захворюваннях – щоденно, протягом 3–5 діб. Перорально приймають, розчинивши разову дозу в 5–10 мл води, затримуючи на кілька секунд у роті. Курс лікування – 5–10 діб.

ЕНГІСТОЛ

(ENGYSTOL), таблетки (РП № UA/2053/02/01 від 07.03.2008),

розчин для ін'єкцій по 1.1 мл (РП № UA/2053/01/01 від 13.10.2009)

Склад: Vincetoxicum hircundinaria D6, D10, D30, Sulfur D4, D10.

Показання для застосування. Гострі та хронічні інфекційні захворювання вірусного походження (гепатит, цитомегаловірусна інфекція, герпес, бронхіт, пневмонія, коклюш, грип, ГРВІ); нейродерміт, екземи, ендокардит, міокардит, захворювання нирок, ревматичні захворювання.

Фармакологічні властивості. Препарат має імунокоригуючу (непряму проти-вірусну), протизапальну, дезінтоксикаційну, регенеруючу SH-групи ферментів при інтоксикаціях дію.

Спосіб застосування та дози. Таблетки: разова доза дорослим і дітям від 6 років – 1 табл. сублінгвально (до повного розсмоктування), дітям до 1 року – $\frac{1}{4}$ табл., від 1 до 3 років – $\frac{1}{2}$, від 3 до 6 років – $\frac{3}{4}$ табл., розтертої на порошок та розчиненої в 1 чайній ложці води. Приймати 3 рази на добу за 15–20 хв. до їди або через годину після. У разі гострого початку захворювання приймати разову вікову дозу кожні 15 хв. протягом перших 2 годин. Далі перейти на прийом 3 рази на добу. Курс лікування – 5–10 діб. Після зникнення симптомів захворювання рекомендується продовжити прийом препарату 2 рази на добу ще протягом 5–7 днів з метою профілактики ускладнень. З профілактичною метою грипу та ГРВІ в осінньо-зимовий період приймати разову вікову дозу 1 раз на добу (вранці), в період епідемії грипу – 2 рази на добу (вранці та ввечері).

Ампули: разова доза дорослим і дітям від 6 років – 1 ампула по 1,1 мл. Застосовувати у вигляді внутрішньом'язових, підшкірних, внутрішньошкірних і внутрішньовенних ін'єкцій 1–3 рази на тиждень. У гострих випадках – 1 ампула щоденно протягом 3–5 днів. За необхідності препарат можна застосовувати перорально: розчинити разову дозу в 50 мл води та випити протягом доби. Курс лікування – 2–5 тижнів.

ГРИП-НОЗОД-ІН'ЄЛЬ

(GRIPPE-NOSODE-INJEEL), розчин для ін'єкцій,

РП № UA/7614/01/01 від 15.01.2008

Склад: 1,1 мл розчину містить Influenzinum-Nosode D10, D30, D200.

Показання для застосування. Ускладнення після грипу, наприклад хронічний риніт, назофарингіт, фарингіт, хронічний синусит, хронічний ларингіт та ларинготрахеїт, пневмонія, бронхіт, не уточнений як гострий або хронічний.

Фармакологічні властивості. Протизапальна, дезінтоксикаційна, імунокоригувальна дії. Сумісний з противірусними, антигістамінними, дезінтоксикаційними лікарськими засобами.

Спосіб застосування та дози. Разова доза для дорослих і дітей від 6 років – 1,1 мл (1 ампула). Застосовувати у вигляді внутрішньом'язових, підшкірних, внутрішньо шкірних ін'єкцій 1–3 рази на тиждень. Курс лікування: 2–4 тижні. За необхідності курс може бути продовжений до 6–8 тижнів або повторюватися через 2–3 тижні. З метою профілактики грипу та ГРВІ ін'єкції (по 1,1 мл) робити 1–2 рази на місяць перед епідемією та щотижня під час епідемії.

ВІБУРКОЛ

(VIBURCOL), супозиторії ректальні, РП № UA/6662/01/01 від 11.07.2007

Склад: Chamomilla, Belladonna, Dulcamara, Plantago, Pulsatilla, Calcium carbonicum

Показання для застосування. Запальні процеси різної локалізації: ЛОР органів, гінекологічних органів, при інфекційних захворюваннях, що супроводжуються болевим синдромом, гіпертермією, набряком та гіперемією слизових оболонок, нервовим збудженням та судомним синдромом.

Фармакологічні властивості. Протизапальна, знеболювальна, седативна, дезінтоксикаційна, спазмолітична дія. Сумісний з противірусними, антигістамінними, дезінтоксикаційними лікарськими засобами.

Спосіб застосування та дози. При гострих станах дітям з першого дня народження до 6 місяців по $\frac{1}{2}$ супозиторія ректально 3–4 рази на день. Максимально – 2 супозиторія на день. Після покращення стану по $\frac{1}{2}$ супозиторія 2 рази на день. Дітям з 6 місяців та дорослим жінкам по 1 супозиторію ректально 3–4 рази на день. Курс лікування від 3–5 днів до 2 тижнів.

ЕУФОРБІУМ КОМПОЗИТУМ НАЗЕНТРОПФЕН С

(EUPHORBIUM COMPOSITUM NASENTROPHEN S), назальний спрей,

РП № UA/6010/01/01 від 05.03.2007

Склад: Euphorbium, Pulsatilla, Luffa operculata, Mercurius bijodatus, Mucosa nasalis, Hepar sulphuris, Argentum nitricum, Sinusitis-Nosode.

Показання для застосування. Риніти різної етіології, гострі та хронічні синусити, гайморити.

Фармакологічні властивості. Протизапальна, дезінтоксикаційна, судинозвужуюча дія. Сумісний з противірусними, антигістамінними, дезінтоксикаційними лікарськими засобами.

Спосіб застосування та дози. При гострих станах вприскувати по 1–2 дози в кожную ніздрю 3 рази на день, дітям до 6 років по 1 дозі 3–4 рази на день.

АНГІН-ХЕЕЛЬ С

(ANGIN-HEEL S), таблетки, РП № UA/5900/01/01 від 19.02.2007

Склад: Mercurius cyanatus, Phytolacca, Apis, Arnica, Hepar sulphuris, Dulcamara, Belladonna

Показання для застосування. Ангіни різної етіології. Загострення хронічного тонзиліту.

Фармакологічні властивості. Препарат має протизапальну, антисептичну, дезінтоксикаційну дію, яка базується на активації захисних сил організму і нормалізації порушених функцій за рахунок речовин рослинного, мінерального та тваринного походження, які входять до складу препарату.

Спосіб застосування та дози. Разова доза: дорослим і дітям від 6 років – 1 табл. сублінгвально (до повного розсмоктування), дітям до 1 року – $\frac{1}{4}$ табл., від 1 до 3 років – $\frac{1}{2}$ табл., від 3 до 6 років – $\frac{3}{4}$ табл., розтертої на порошок та розчиненої в 1 чайній ложці води. Приймати 3 рази на добу за 15–20 хв. до їди або через 1 год. після. У разі гострого початку захворювання приймати разову вікову дозу кожні 15 хв. протягом перших 2 год. Далі перейти на прийом 3 рази на день. Курс лікування – 1–3 тижні. Після одужання рекомендується продовжити прийом препарату 2 рази на добу ще протягом 3 – 5 днів з метою профілактики ускладнень.

ЕХІНАЦЕЯ КОМПОЗИТУМ С

(ECHINACEA COMPOSITUM S), розчин для ін'єкцій

РП № UA/7368/01/01 від 04.12.2007

Склад: 2,2 мл розчину містить Echinacea angustifolia, Aconitum, Sanguinaria, Sulfur, Baptisia, Lachesis, Bryonia, Eupatorium, Pulsatilla, Mercurius corrosivus, Thuja, Influenzinum-Nosode, Phosphorus, Cortisonumaceticum, Streptococcus haemolyticus-Nosode, Staphylococcus-Nosode, Phytolacca, Pyrogenium-Nosode, Zincum metallicum, Gelsemium, Hepar sulfuris, Rhus toxicodendron, Arnica, Arsenicum album, Argentum nitricum, Euphorbium.

Показання для застосування. У комплексному лікуванні інфекційних, запальних та гнійно-інфекційних захворювань.

Фармакологічні властивості. Препарат виявляє протизапальну, антимікробну, знеболювальну та дезінтоксикаційну дію. Сумісний з противірусними, антигістамінними, дезінтоксикаційними лікарськими засобами.

Спосіб застосування та дози. Разова доза: дорослим і дітям з 6 років – 1 ампл. по 2,2 мл, дітям з 1 до 3 років – від $\frac{1}{6}$ до $\frac{1}{4}$ ампл., з 3 до 6 років – від $\frac{1}{3}$ до $\frac{1}{2}$ ампл. Застосовувати 1–3 рази на тиждень разову дозу розчину внутрішньом'язово, підшкірно, внутрішньошкірно або внутрішньовенно. Курс лікування: 2–6 тижнів.

Комплексні гомеопатичні лікарські засоби для профілактики та лікування грипу та ГРВІ, зареєстровані в Україні.

Основними перевагами комплексних ЛГЗ є зручність в застосуванні, призначення за нозологічним принципом, контроль якості сировини і готової продукції. Ефективність, безпека, відсутність побічних ефектів, економічна доступність, можливість поєднання з алопатичними лікарськими засобами роблять комплексні гомеопатичні препарати незамінними для лікування і профілактики грипу у дітей, вагітних жінок, людей похилого віку, пацієнтів з схильністю до алергічних реакцій. Одночасне застосування комплексних гомеопатичних і алопатичних препаратів дозволяє понизити дозу прийому останніх до 50%.

АНТИГРИППИН

(ANTIGRIPPIN), гранули, ЗАТ «Національна гомеопатична спілка, Київ, Україна РП (реєстраційне посвідчення) № UA/8300/01/01 від 30.05.2008

Склад: Aconitum, Rhus toxicodendron, Arnica, Arsenicum album, Mercurius solubilis.

Показання: лікування і профілактика грипу, ГРВІ, профілактика захворювань у дітей, що часто хворіють.

Фармакологічні властивості. Профілактичний прийом препарату нормалізує стан слизових оболонок верхніх дихальних шляхів, підвищує неспецифічний та імунний захист. У випадку захворювання на фоні профілактичного прийому препарату хвороба протікає легше, видужання настає швидше.

Спосіб застосування та дози. Для профілактики приймати по 5 гранул під язик щодня ранком за 15–30 хв. до або через 1–1,5 год. після їди. Для лікування грипу, ГРВІ приймати по 5 гранул під язик 3–6 разів на день (у залежності від важкості стану) за 15–30 хв. до або через 1 год. після їди. При важкому перебігу захворювання приймати по 3 гранули кожних 20–30 хв.

АНТИГРИППИН ДИТЯЧИЙ

(ANTIGRIPPIN BABY), гранули, ЗАТ «Національна гомеопатична спілка», Київ, Україна, РП № UA/3810/01/01 від 09.11.2009

Склад: Belladonna, Arnica, Arsenicum album, Ferrum phosphoricum, China.

Показання для застосування: симптоматична терапія при грипі, ГРВІ, інфекціях верхніх дихальних шляхів; профілактика грипу під час епідемії; гарячкові стани у дітей при прорізуванні зубів; профілактика гіпертермічних судомних реакцій.

Фармакологічні властивості. Виявляє жарознижувачу, протизапальну, метаболічну, імуномодулюючу дії. Компоненти підібрані з урахуванням особливостей перебігу вірусних та бактеріальних інфекцій у дітей (схильність до гіпертермічних реакцій, судомних реакцій на фоні підвищення температури, генералізації запальних процесів).

Спосіб застосування та дози. Дорослим і дітям старше 3 років під час хвороби призначають по 5 гранул 3 рази в день до стійкого поліпшення стану. Для

профілактики під час епідемії грипу – 1 раз на добу по 5 гранул. При пропасниці – кожні 10–15 хв. до покращання стану. Гранули приймати під язик, до повного розсмоктування, за 15–20 хв. до або через 1 год. після їди. За необхідності гранули розчинити у невеликій кількості води. Дітям від 1 до 3 років гранули розчинити у невеликій кількості води з розрахунку 1 гранула на рік життя.

АНТИГРИППІН-ARN®

(ANTIGRIPPINUM-ARN®), гранули, ТОВ «Арніка», Харків, Україна

РП № П. 08.02/05256 від 23.11.2007

Склад: Aconitum, Belladonna, Bryonia, Dulcamara

Показання для застосування. Профілактика та лікування грипу і ГРВІ.

Фармакологічні властивості. Сполучення складових інгредієнтів забезпечує швидке та стійке ослаблення симптомів грипу та ГРВІ.

Спосіб застосування та дози. При виникненні перших симптомів ГРВІ або грипу діти з 1 до 6 років приймають із розрахунку 1 гранула на кожний рік життя, старше 6 років і дорослі – по 6 гранул, під язик, до повного розчинення. В гострих випадках прийом повторюють через 30–40 хв., до зникнення симптомів захворювання, але не більше 3 днів поспіль. З профілактичною метою вікову дозу приймають 1–2 рази на добу, за 30 хв. до або через 1–1,5 год. після їди.

АНАФЕРОН

(ANAFERON), таблетки, ТОВ «НВФ»Матеріа Медика Холдинг», Росія

РП № UA /2614/01/01 від 15.07.2009

Склад: антитіла до гамма-інтерферону людини афінно очищені – суміш гомеопатичних розведень С12, С30 та С200.

Показання для застосування. Профілактика та лікування грипу і ГРВІ.

Фармакологічні властивості. Препарат чинить імуномодулюючу та проти-вірусну дію, стимулює гуморальну та клітинну імунну відповідь, підвищує продукцію антитіл (включаючи секреторний IgA) та функціональний резерв Т-хелперів, функціональну активність фагоцитів та НК-клітин, знижує концентрацію вірусу в уражених тканинах.

Спосіб застосування та дози. На прийом – 1 табл. (повинна знаходитись у роті до повного розсмоктування) незалежно від прийому їжі. Лікування розпочинати при перших проявах захворювання за схемою: у перші 2 год. – по 1 табл. кожні 30 хв., у подальшому, протягом першої доби – ще 3 табл. через рівні проміжки часу. Починаючи з 2-ї доби приймати по 1 табл. 3 рази на день до одужання. За необхідності можна поєднувати з симптоматичними засобами. Для профілактики приймати 1 раз на день щоденно протягом усього епідемічного сезону (1–3 місяців). Для дітей застосовується Анаферон Дитячий (РП UA/7756/01/01 від 15.02.2008).

АФЛУБИН®

(AFLUBIN®), краплі для внутрішнього застосування,

Richard Bittner AG, Австрія, РП № UA/10018/01/01 від 01.10.2009

Склад: Gentiana, Aconitum, Bryonia, Ferrum phosphoricum, Acidum sarcolacticum

Показання для застосування. Профілактика та лікування грипу та ГРВІ.

Фармакологічні властивості. Препарат стимулює синтез інтерферону та клітинну ланку імунітету, що дозволяє використовувати його на різних стадіях інфекційного процесу (як для профілактики, так і для лікування). Чинить протизапальну дію на слизові та синовіальні оболонки, що веде до зниження явищ ексудації та набряку. Має дезінтоксикаційну та м'яку жарознижуючу дію. Подвійний механізм дії забезпечується як через покращення системного та місцевого імунітету організму, так і прямою противірусною дією препарату.

За даними клінічних спостережень при профілактичному застосуванні препарат в декілька разів зменшує ймовірність захворювання на грип та ГРВІ. При лікуванні вдвічі прискорює одужання, запобігає ускладненням.

Спосіб застосування та дози. Для досягнення максимального ефекту слід приймати 1 табл. 3–8 разів на день за 30 хв. до або через 1 год. після їди, таблетку потримати у роті до повного розсмоктування. Дітям до 5 років, для зручності, розчинити таблетку в невеликій кількості води.

Схема призначення Афлубину при грипі

<u>Для лікування</u>		
1–2 день захворювання		
Дорослі та підлітки	10 крапель	3–8 разів на день Для найшвидшого покращання стану приймати кожні 0,5–1,0 год., але не більше 8 разів на день
Діти 5–12 років	5–9 крапель	
Діти 1–4 роки	2–4 краплі	
3–7 день захворювання (або до одужання)		
Дорослі та підлітки	10 крапель	3 рази на день
Діти 5–12 років	5–9 крапель	3 рази на день
Діти 1–4 роки	2–4 краплі	3 рази на день
Діти до 1 року	крапля	3 рази на день
<u>Для профілактики</u>		
<u>Планова профілактика</u> починається за 1 місяць до сезонного підвищення захворюваності на ГРВІ або під час виникнення епідемії		
Дорослі та підлітки	10 крапель	2 рази на день, 3 тижні
Діти від 1 до 12 років	2–9 крапель	2 рази на день, 3 тижні
Діти до 1 року	1 крапля	2 рази на день, 3 тижні
<u>Екстрена профілактика</u> проводиться відразу ж після контакту із хворим на грип або застуду та після дії провокуючих факторів		
Дорослі та підлітки	10 крапель	2 рази на день, 2–3 дні
Діти від 1 до 12 років	2–9 крапель	2 рази на день, 2–3 дні
Діти до 1 року	1 крапля	2 рази на день, 2–3 дні

Для досягнення максимального ефекту рекомендується застосовувати в проміжках між прийомами їжі (за 30 хв. до або через 1 год. після їди).

УМКАЛОР®

(UMCALOR®), краплі, Deutsche Homoeopathic Union (DHU), Німеччина,
РП № UA/6691/01/01 від 11.07.2007

Склад: екстракт з коріння *Pelargonium reniforme / sidoides* (EPs 7630).

Показання для застосування. ГРВІ, грип, гострі та хронічні інфекції дихальних шляхів і носоглотки (бронхіт, тонзиллярна ангіна, синусит, ринофарингіт).

Фармакологічні властивості. Головними фармакологічними діями є антимікробна активність та модуляція неспецифічної і специфічної імунної відповіді, антибактеріальна активність відносно різних грампозитивних і грамнегативних

бактерій. Вплив на неспецифічну імунну відповідь полягає в стимуляції фагоцитарної активності макрофагів, та вивільненню з них NO, інгібуванні лейкоцитарного хемотаксису. Екстракт з *Pelargonium sidoides* захищає тканини від ураження при інфекціях, зміцнює імунну систему організму та має муколітичні властивості.

Спосіб застосування і дози. Дорослим і дітям старше 12 років приймати при гострих інфекціях по 20–30 крапель три рази на день. Для подальшого лікування, особливо при хронічному перебігу захворювання або частих рецидивах, приймати по 10–20 крапель три рази на день. Дітям від 6 до 12 років приймати при гострих інфекціях по 10–20 крапель три рази на день. Дітям від 1 до 6 років рекомендується приймати при гострих інфекціях по 5–10 крапель три рази на день. Розчин приймають з невеликою кількістю рідини за півгодини до або через півгодини після їди. Після зникнення симптомів захворювання рекомендується продовжити лікування протягом декількох днів з метою запобігання рецидиву.

МЕТОДИ ФІТОТЕРАПІЇ В ПРОФІЛАКТИЦІ І ЛІКУВАННІ

ГРИПУ та ГРВІ

У арсеналі фітотерапії є багато засобів профілактики та лікування інфекційних захворювань, що сприяють підвищенню опору організму до проникнення інфекції, а також обумовлюють більш швидкий та м'який перебіг хвороби та дозволяють уникнути ускладнень. Для фітотерапевтичних препаратів характерні ефективність, м'яка комплексна та системна дія на організм людини. При призначенні необхідно намагатися дотримуватись загальних принципів застосування фітотерапії: етапності, комплексності, системності, індивідуалізації, тривалості та безперервності, поступовості і безпечності.

Для підвищення неспецифічної резистентності організму найбільш ефективні наступні групи фітопрепаратів: адаптогени (лимонник, женьшень, елеутерокок, родіола рожева), натуральні імуномодулятори (ехінацея, солодка, оман, арніка, часник, прополіс, молочко бджолине), депуративні рослини (фіалка триколірна, цикорій, чебрець, череда).

У системі оздоровлення дітей для підвищення опору організму до інфекційних захворювань важливе місце займає правильне збалансоване харчування, що забезпечує постачання достатньої кількості вітамінів, мікро- та макроелементів, а також білків, жирів та вуглеводів.

Необхідно давати свіжеприготовлені соки з овочів та фруктів у дозах, що відповідають віку дитини. Немовлятам – 0,5–1 чайну ложку яблучного, моркв'яного, бурякового, а старшим – від 1 столової ложки до $\frac{1}{4}$ – $\frac{1}{2}$ склянки 2–3 рази на добу.

Чай з суміші плодів шипшини – 10 г, липового цвіту – 10 г, квіток бузини чорної – 10 г. Взяти 2 чайні ложки суміші на 1 склянку окропу, настояти 10 хв., процідити, можна підсолодити медом (якщо до меду немає алергічної реакції). Для профілактики **грипу, ГРВІ** давати дітям пити ковтками 1–2 склянки такого теплого чаю на день, під час хвороби 3–4 склянки на день.

Чай з суміші плодів шипшини – 20 г, квіток ромашки лікарської – 10 г, листя меліси лікарської – 10 г, липового цвіту – 20 г. 2 чайні ложки суміші на 1 склянку окропу, настояти 10 хв., процідити, можна підсолодити медом. Пити ковтками по $\frac{1}{4}$ – $\frac{1}{2}$ склянки теплого чаю, дітям від 3 до 6 років – 2–3 склянки на день при **грипі, ГРВІ**, що супроводжуються високою температурою.

Медовий екстракт плодів калини звичайної у співвідношенні 1 : 2, кип'ятити на водяній бані 10 хв., приймати по 1 чайній – 1 столовій ложці 4–5 разів на день з теплою водою як протизапальний та пом'якшувальний засіб при **трахеїті, бронхіті**.

Настій трави фіалки триколірної (1 десертну ложку сировини на 200 мл води, кип'ятити на водяній бані 15 хв., настояти 45 хв., процідити) приймати по 1–2 столові ложки 4 рази на день для **пом'якшення кашлю** та посилення секреції бронхіальних залоз, сприяє евакуації мокротиння.

Настій липового цвіту (1,5 столові ложки сировини на 200 мл води, витримати на водяній бані 15 хв., процідити через 45 хв.) пити гарячим по $\frac{1}{2}$ –1 столовій ложці 3–4 рази на день та перед сном як протизапальний, антимікробний та потогінний засіб **при бронхіті, трахеїті**.

Настій з суміші рослин у рівних пропорціях: деревій звичайний (трава), липа серцелиста (квітки), звіробій звичайний (трава), ромашка лікарська (суцвіття). 40 г суміші залити 200 мл окропу, настояти 30 хв., процідити. Вводити у кожную половину носа по 20 мл настою через день **при синуситах** у дітей грудного та раннього віку. Для досягнення вираженого терапевтичного ефекту достатньо 4–10 процедур.

Грог протигрипозний по Вальне: на 1 склянку окропу додати 2–3 «цв'яшки» пряної гвоздики, ¼ чайної ложки кориці, кип'ятити 2–3 хв. при закритій кришці на малому вогні, потім додати, порізавши зі шкіркою, 0,5 лимона, настояти 15–20 хв., додати 1 столову ложку меду, краще липового. Приймати по 1 столовій ложці – 0,5–1 склянки 2–3 рази на день. Це гарний профілактичний та лікувальний засіб від грипу та застуди. Його можна додавати до будь-якого з фіточаїв, як коригенс та для посилення терапевтичної дії. Вальне писав, що цей грог приймати при перших ознаках застуди, чим раніше, тим краще. Старі ліки всім приємні і всім доступні.

Настій з суміші рослин у рівних пропорціях: бузина чорна (квітки), звіробій звичайний (трава), верес звичайний (трава), липа серцелиста (квітки), деревій звичайний (трава), нагідки лікарські (суцвіття), підбіл звичайний (листя), хвоц польовий (трава). **При грипі або ГРВІ** взяти 1–4 ст. л. суміші, залити 0,3–0,5 л окропу, нагрівати 3–5 хв. на киплячій водяній бані, процідити. Випити настій протягом дня. Курс лікування – 7–10 днів.

Настій з суміші рослин у рівних пропорціях: алтея лікарська (листя), звіробій звичайний (трава), аніс звичайний (плоди), малина звичайна (листя), брусниця звичайна (листя), підбіл звичайний (листя), буркун лікарський (трава), фіалка триколірна (трава), деревій звичайний (трава), чебрець звичайний (трава). 1 ст. л. суміші залити 0,5 л окропу, настояти 8 год., процідити. Застосовувати при **пневмоніях** у дітей. Половину рідини розділити на 2 частини та випити за 15 хв. до сніданку та за 15 хв. до обіду. Другу половину настою (теплого) випити на ніч, із додаванням 1 ч. л. меду. Рецепт ефективний для дітей віком 5–10 років.

Ароматерапія радить використовувати для **профілактики інфекційних хвороб** ефірні олії гвоздики, імбиру, кориці, ялівцю, часнику, евкаліпту. Зокрема, при **хронічному нежиті** – василькову; при **аденовірусних інфекціях** – гвоздики, лаванди, лимона, цибулі, розмарину, сосни, часнику, шавлії, евкаліпта; **при нежиті** – майорану, чайного дерева; **при ангіні** – лаванди, шавлії, чебрецю. Для інгаляції можна взяти 1–2 краплі олії шавлії мускатної, влити в окріп і накривши голову рушником вдихати пару з ефірною олією 7–10 хв.

Ці ефірні олії не лише виявляють свою дію місцево, усуваючи запалення та пригнічуючи розвиток хвороботворних мікроорганізмів, а й значно підвищують захисні сили організму – імунну систему.

МЕТОДИ ВИКОРИСТАННЯ ЕФІРНИХ ОЛІЙ ДЛЯ ОЗДОРОВЛЕННЯ ДІТЕЙ

Ароматерапія – лікування та профілактика природними факторами – ефірними оліями (ЕО), має широкий спектр позитивної дії практично на всі системи та органи організму, що забезпечується їх багатоконпонентністю.

Проведення аромопрофілактики є досить актуальним у системі оздоровлення дітей й, особливо, профілактики ГРВІ та грипу. Вона може використовуватися у дітей усіх вікових груп як у домашніх умовах, так і у дошкільних та шкільних установах, а також у громадських місцях та позашкільних дитячих закладах. Використовують біля 50 різних способів застосування ЕО. Наводимо найбільш придатні для оздоровлення дітей.

Бажано перед початком курсу аромопроцедур при контактному способі використання провести проби на індивідуальну чутливість до окремої ефірної олії або аромасуміші з кількох олій. Для цього застосовують дихальну та шкірну проби. Крім того, бажано враховувати чи подобається запах дитині. В цілому це приємні процедури і в основному сприймаються добре.

Дихальна проба. 1–2 краплі ЕО або аромокомпозиції наноситься на серветку, ватний або марлевий тампон й підноситься до носа. Обережно робиться кілька вдихів. Якщо досліджувана форма при вдиханні протягом 4–5

хв. не викликає негативних проявів, дискомфорту, то її можна використовувати. При схильності до алергічних проявів та необхідності нанесення аромаформ на шкіру та слизові оболонки обов'язково провести додаткову шкірну пробу, а дихальну пробу проводять кілька разів на день.

Шкірна проба. Ефірну олію або підготовлену до використання аромаформу розбавити у рослинній жирній олії – основі (1 крапля ароматичної субстанції на 1 чайну або 1 столову ложку основи), ватним тампоном нанести розчин на невеличку ділянку шкіри (на зап'ясті або ліктьовому згині) або слизову оболонку (носа або рота) й перевірити реакцію через 10–12 год. Якщо за цей час не з'явиться ознак подразнень, то аромаформу можна застосовувати. При появі ознак індюсинкразії (несприйняття) до однієї або кількох олій, ці форми не використовувати. Тоді необхідно індивідуально підібрати інші ефірні олії та олії-основи з аналогічним спектром терапевтичної дії.

Таблиця 2

Дозування ефірних олій для аромапроцедур дітям різних вікових груп

Вік, місяців-років	Кількість ефірної олії (крапель)*		
	на 50 мл масажної суміші	ванна, л води	аромалампа, кімната V – 45 м ³
До 2-х місяців	2	1 (20)	1
2 міс. – 2 роки	3	2–3 (20)	2
2–5 років	3–5	3–4 (200)	2
5-10 років	2–6	6–8 (200)	2
10-15 років	3–10	6–8 (200)	2–3
Більше 15 років	10–15	10–15 (200)	3–5

* 1 крапля важить 23–24 мг, концентрація ефірної олії для дітей при ароматизації приміщення об'ємом 45 м³ буде біля 0,5 мг на 1 м³, тобто вноситься 1 крапля. На приміщення 90 м³ для дітей треба 2 краплі ефірної олії.

Масаж з ЕО проводиться за загальними правилами здійснення цієї процедури з використанням робочих аромасумішей, що містять від 0,5 до 3,5% однієї ефірної олії або суміші з 3–5 найменувань ЕО, розчинених у жирній рослинній олії-носії, так званій базисній олії. Аромаформи для обличчя для дітей молод-

шого віку, а також призначені для корекції психоемоційного фону, як правило, менш концентровані. Процедуру можна починати з 0,5% (або меншої) концентрації олії. Якщо перший сеанс не викликав подразнення шкіри, то у подальшому можна збільшувати концентрацію відповідно до мети. Більш високі концентрації ЕО звичайно використовують для здійснення впливу на фізичному рівні. Для приготування робочої суміші 0,5% концентрації на 30 мл (2 столові ложки) олії-носія необхідно додати 3 краплі ефірної олії, 1% – 6 крапель відповідно. Розчини ефірних олій для ароматичного масажу можна зберігати у темних пляшечках протягом 2–3 міс. У таблиці 2 наведено дози ефірних олій для деяких аромопроцедур.

Ароматизація приміщення – найбільш доступний метод, який добре сполучати з іншими способами застосування ЕО (наприклад, з масажем, ваннами), який зручно проводити за допомогою так званих аромаламп або аромакамінів, а також з використанням спеціальних інгаляторів з терморегулятором в межах 65–85⁰С. У верхній частині аромалампи знаходиться ємкість для води, а в нижній є місце для встановлення свічки для підігріву. У ємкість на $\frac{2}{3}$ налити теплої води та додати туди необхідну кількість крапель однієї ефірної олії або суміші з 3–5 найменувань. Розрахунок необхідної кількості ефірних олій проводити на 1м³ приміщення з врахуванням вікових категорій пацієнтів й поставленої мети. Після внесення потрібної кількості ЕО в воду у нижню частину аромалампи поставити запалену свічку. Обов'язково використовувати при цьому екологічно чисті парафінові свічки у металічному контейнері, відстань від полум'я свічки до судини з водою має бути близько 10 см. Тривалість сеансу складає 20–30 хв. Процедуру ароматизації можна проводити 1–2 рази на добу, курсом до 3-х тижнів. Вода з ефірною олією звичайно нагрівається до 65–85⁰С (не повинна закипати) і при її випаровуванні одночасно летять ефірні олії та мономолекулярно розподіляються у приміщенні. За умов використання оптимальних доз ЕО для ароматизації звичайно не виникає алергічних реакцій. Процедура є найбільш ефективною для санації приміщення, для корекції психоемоційного стану, для профілактики та лікування грипу, ГРВІ та судинних дисфункцій.

Розтирання є найпростішим та доступним варіантом аромамасажу. Для посилення місцевого кровотоку у проблемній зоні тіла спочатку бажано провести водну процедуру (ванна, контрастне або холодне обливання), після чого, не витираючись (на вологій шкірі), злегка поплескуючи долонями по проблемних ділянках тіла, домогтися легкої гіперемії (почервоніння), після чого нанести на шкіру приготовлену аромасуміш. Для розтирання можна використати таку ж олійну аромасуміш, що й для аромамасажу або водно-спиртову (на 30–40% етиловому спирті або горілці, концентрація ефірної олії буде залежати від віку дитини). Ця процедура дає гарний ефект для профілактики грипу, ГРВІ, при болях у м'язах, суглобах тощо.

Аромаванна загальна (або ванночка). Для підготовки процедури необхідну кількість крапель ЕО (див. таблицю) попередньо розчинити у $\frac{1}{4}$ – $\frac{1}{3}$ склянці емульгатора (вершків, молока, вина, молочній сироватки, розчину меду, варення, морської або кухонної солі) й додати у ванну (або ванночку), заповнену водою температури 37–38⁰С. Тривалість процедури 5–20 хв., курс 12–14 процедур 2–3 рази на тиждень для лікування, 1–2 рази на тиждень для профілактики.

Компрес. Аромасуміші на жировій або спиртовій основі можуть бути використані для цієї процедури. При гострих болях та запальних процесах більш ефективний водно-спиртовий компрес, при хронічних процесах – масляний аромакомпрес. На проблемну ділянку шкіри рівномірно нанести аромаформу, вкрити її целофаном, накласти зігрівальну пов'язку або вкрити темним покривалом. Тривалість процедури 30–60 хв., курс – 10–15 процедур. Не застосовувати компрес на ділянках, де є пошкодження шкіри.

Аплікація. Масляні аромасуміші за рецептурами такі ж, як для масажу, можна наносити на будь-які проблемні зони (наприклад, колонігтьові валики, нігті тощо) на 5–10 хв. Залишки втерти досуха.

Аромадуш. Масляну аромасуміш, що використовували для масажу, аплікацій, або аналогічну, змішану з гелем для душа, нанести на тіло (крім обличчя та проміжності), злегка втерти, потім змити теплою водою.

Інгаляція. 1–2 краплі однієї ефірної олії або суміші з 3–5 найменувань

внести в інгалятор, аромакулон або просто на серветку та піднести до носа й повільно зробити 10–20 глибоких вдихів-видихів. Цю процедуру повторити 2–5 разів з перервою 0,5–1 хв. Тривалість інгаляції 3–5 хв. від 1 до 10 разів на день. Ефективна процедура для регуляції емоційного фону, для профілактики та лікування грипу, ГРВІ. Слід зазначити, що через нюховий аналізатор терапевтична дія виявляється дуже швидко. Показано, що лаванда, як гіпотензивний та седативний засіб, через ніс діяла у 20 разів швидше, ніж при внутрішньому прийому.

Термін лікувального або профілактичного курсу ароматерапії при будь-якому способі застосування ЕО визначає лікар. Звичайно під час прийому аромапроцедур необхідно споживати до 1–2 л води, краще мінеральної або джерельної, для забезпечення виведення з організму надлишку ЕО.

Внутрішній прийом ЕО більшість фахівців вважають недоцільним. У нашій країні сертифіковано більше 100 ефірних олій для зовнішнього використання (а в світі біля 600 найменувань). Для внутрішнього ж використання ЕО потребують спеціальні методи обробки (детерпенізація) з метою зменшення їх подразнюючого впливу на слизову оболонку шлунково-кишкового тракту, нирки, печінку і кількість таких олій одиниці. Причому, їх найчастіше приймають у капсулах, або у медовому розчині. Слід мати на увазі, що навіть для зовнішнього використання існує чіткий віковий ценз, як по концентрації (див. таблицю) та і по набору дозволених олій. Так, для немовлят від 2-х тижнів до 2 місяців підходять ефірні олії: ромашкова (римської або жовтої та ромашки лікарської), кропу пахучого, евкалиптова, лавандова, неролієва, трояндова. Та й для них при контактному використанні обов'язкові шкірні проби на сприйняття.

Для малюків старших 6 місяців до 10 років підходящими є олії: бергамотова, ромашкова, кропова, лавандова, імбирна, найолієва, апельсинова, пачулієва, петитгрейнова, розмаринова (помірно), рожевого дерева, санталова, іланг-ілангова, ладанна, геранієва, жасмінова, лавандова, лимонна, мандаринова, неролієва, чайного дерева. Дітям до 6 років не бажано у масажах використовувати м'ятну та фенхелеву олії. Олії citrusових та бергамотова (особливо) є фототоксичними.

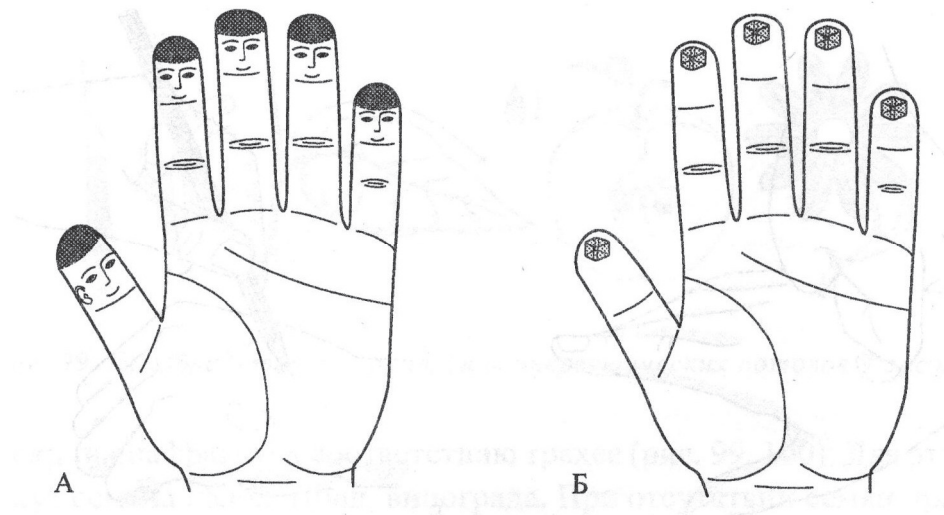
МОЖЛИВОСТІ СУ ДЖОК (КИСТЬ-СТОПА) ТЕРАПІЇ ПРИ ЛІКУВАННІ ГРИПУ ТА ГРВІ

Су Джок терапія – це високоефективний, універсальний, доступний і абсолютно безпечний метод самооздоровлення й самоцілення шляхом впливу на активні крапки, розташовані на кистях і стопах («Су» – кисть, «Джок» – стопа). Кисть і стопа є «дзеркальним відображенням» тіла людини і володіють функцією «дистанційного керування», яка може використовуватися для лікування захворювань. Дія на певні точки нормалізує енергетичний стан меридіанів тіла і є ефективним методом лікування багатьох захворювань. Застосуванням Су Джок терапії при грипі, ГРВІ та захворюваннях органів дихання можна укріпити захисні сили організму, справитися із нежиттю, кашлем, запаленням горла.

Захворювання (особливо при грипі) починається звичайно раптово, з лихоманки, причому часто температура буває дуже високою – до 39–40°C і більше, може супроводжуватися судомою і розладами свідомості. Тому першим невідкладним заходом повинна стати боротьба з лихоманкою.

Для зниження температури можна виконувати наступні маніпуляції:

1. Використовуючи спеціальний щуп, проводимо акупресуру найбільш болючих точок протягом 5–10 хв. кінчиків пальців у місці проекції головного мозку у стандартній системі відповідності та системі відповідності «комахи» (мал. 1А).
2. Кінчики пальців на руках і ногах охолоджуємо прикладанням до них льоду (мал. 1Б), або будь-якого холодного предмету чи зануренням їх у холодну воду на 0,5–1,5 хв.
3. Зафарбовуємо в чорний колір кінчики пальців, як показано на малюнку 1А (Су Джок хромотерапія).
4. Проводимо кровопускання із зони відповідності головному мозку у стандартній системі відповідності кисті, або у системі «комахи» з болючих точок, виявлених за допомогою акупресури.



Мал.1. А – зафарбовування кінчиків пальців у чорний колір.
Б – аплікація кусочків льоду.

Так як підвищення температури є захисною реакцією організму, слід прагнути її зниження до 38 °С.

При **катаральному синдромі** виявляємо болючі точки за допомогою акупресури, використовуючи щуп, у зоні відповідності носа, гортані, трахеї, тимуса у стандартній системі відповідності кисті, або у системі «комахи» та проводимо масаж. На виявлені чутливі точки здійснюємо аплікацію насіння гречки на 1–3 доби для тривалої акупресури. Також ці точки можна використовувати для проведення акупунктури (тривалість 25–30 хв.) та прогрівання моксами (полинними цигарками).

ВИСНОВКИ

Такі методи народної та нетрадиційної медицини як гомеопатія, фітотерапія, ароматерапія і Су Джок терапія можуть застосовуватися у складі комплексного лікування та профілактики грипу та ГРВІ, вони сумісні з противірусними, антигістамінними, дезінтоксикаційними лікарськими засобами.

При неускладнених формах грипу та ГРВІ ці методи можуть застосовуватися в якості самостійних, вони мають широкий спектр позитивної дії практично на всі органи та системи.

Гомеопатичні препарати не мають противірусної чи протибактеріальної дії, водночас справляють виражений ефект при будь-яких інфекційних процесах, діючи через нормалізацію або посилення власної імунної системи організму, мобілізуючи захисні і адаптогенні властивості організму, покращуючи показники загального і місцевого імунітету. Найбільш ефективним є застосування однокомпонентних гомеопатичних ліків з урахуванням особливостей виникнення, перебігу і проявів захворювання. Вони використовуються як складові частини комплексних ГЛЗ для лікування та профілактики грипу та ГРВІ.

У арсеналі фітотерапії є багато засобів профілактики та лікування інфекційних захворювань, що сприяють підвищенню опору організму до проникнення інфекції, а також обумовлюють більш швидкий та м'який перебіг хвороб та дозволяють уникнути ускладнень.

Ароматерапія радить використовувати для профілактики інфекційних хвороб ефірні олії гвоздики, імбиру, кориці, ялівцю, часнику, евкалипту. Зокрема, при хронічному нежиті – василькову; при аденовірусних інфекціях – гвоздики, лаванди, лимона, цибулі, розмарину, сосни, часнику, шавлії, евкалипта; при нежиті – майорану, чайного дерева; при ангіні – лаванди, шавлії, чебрецю.

За допомогою Су Джок терапії можна знизити температуру тіла, укріпити захисні сили організму.

ПЕРЕЛІК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Антигомотоксическая терапия заболеваний органов дыхания. – К.: Неел, 2005. – 95 с.
2. Гарник Т.П., Дудченко Л.Г., Жданова М.П. и др. Некоторые аспекты использования ароматерапии в практике врача. Методические рекомендации. – Киев, ДПМ Полимед – 2007.– 48 с.
3. Князевич В.М., Гарник Т.П., Фролов В.М., Пересадин М.О., Поканевич В.В. Ефективність профілактики грипу в сучасних умовах з використанням засобів народної та нетрадиційної медицини // Фітотерапія. Часопис. – 2009. – №3 – С.3 –14.
4. Крамарев С.О., Палатная Л.О., Шамугія Б. К. Альтернативні методи лікування та профілактики грипу та ГРВІ у дітей. Методичні рекомендації. — Київ, 2006. — 37 с.
5. Лисенюк В.П., Симоненко Г.Г. Основи сучасної гомеопатії // навч. посібник. — К.: Ходак, 2003 — 200 с.
6. Системная фитотерапия // Под ред. Кисличенко В.С, Зайченко А.В., Журавель И.А. — Харьков: Узд-во НфаУ, 2008. — 256 с.

Реєстр
обов'язкової розсилки методичних документів
(відомчих інструкцій, методичних вказівок, методичних рекомендацій)
Назва: (вказана в супроводжувальному листі)

№ п/п	Адресати	Кількість примірників одному адресатові	Загальна кількість примірників
1	2	3	4
1.	Лікувально-оздоровче об'єднання при Кабінеті Міністрів України (03133.м. Київ, вул. Верхня, 5)	1	1
2.	Відділ науки МОЗ України	1	1
3.	Науково-координаційне управління АМН України (02050 м. Київ, вул. Герцена,12)	1	1
4.	Український центр наукової медичної інформації та патентно-ліцензійної роботи	2	2
5.	Державна наукова медична бібліотека	1	1
6.	Обласні наукові медичні бібліотеки України	1	25
7.	Профільні з проблеми НДІ		
8.	Наукові частини (ВНМІ) медичних вузів та академій післядипломної освіти	1	18
9.	Профільне управління МОЗ України	1	1
10.	Голова профільної ПК	1	1
11.	Головний спеціаліст МОЗ України	2	2
12.	Головний спеціаліст ОЗО	1	27
13.	Кафедра соціальної гігієни та організації охорони здоров'я КМАПО (03191, м. Київ, вул. Якубовського, 6)	1	1

Директор Центру

професор Чебан В.І.

ДЛЯ НОТАТОК

A series of horizontal dotted lines for note-taking.