



ФІТОТЕРАПІЯ



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ імені І. І. МЕЧНИКОВА
ФАКУЛЬТЕТ ХІМІЇ ТА ФАРМАЦІЇ
КАФЕДРА ЗАГАЛЬНОЇ ТА КЛІНІЧНОЇ ФАРМАЦІЇ

ФІТОТЕРАПІЯ

ЕЛЕКТРОННІ МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ
до проведення практичних занять
для студентів другого (магістерського) рівня вищої освіти

Одеса
ОНУ імені І. І. Мечникова
2026

УДК 615.322.03(072)
Ф643

Укладачі:

І. М. Радаєва, кандидат біологічних наук, доцент кафедри загальної та клінічної фармації ОНУ імені І. І. Мечникова;

О. В. Устянська, кандидат біологічних наук, доцент кафедри загальної та клінічної фармації ОНУ імені І. І. Мечникова.

Рецензенти:

О. І. Грицук, доктор медичних наук, професор кафедри загальної та клінічної фармації ОНУ імені І. І. Мечникова;

О. І. Александрова, кандидат біологічних наук, загальної та клінічної фармації ОНУ імені І. І. Мечникова.

*Рекомендовано вченою радою факультету хімії та фармації
ОНУ імені І. І. Мечникова.
Протокол № 8 від 21 травня 2026 р.*

Ф643 **Фітотерапія** [Електронний ресурс] : електрон. метод. рек. до проведення практ. занять для студентів другого (магіст.) рівня вищ. освіти / уклад.: І. М. Радаєва, О. В. Устянська. Одеса : ОНУ імені І. І. Мечникова, 2026. 55 с. 1,3 МБ.

Методичні рекомендації щодо проведення практичних занять з дисципліни «Фітотерапія» розроблені з метою опанування здобувачами освіти теоретичних засад застосування лікарських рослин. Матеріали спрямовані на поглиблене вивчення фармакологічної дії рослинної сировини, визначення показань та обмежень до її використання, а також на розвиток практичних умінь щодо обґрунтованого вибору, технології приготування та доцільного використання фітотерапевтичних засобів у професійній практиці.

Методичні рекомендації адресовані здобувачам факультету хімії та фармації спеціальності І8/226 «Фармація, промислова фармація» другого (магістерського) рівня вищої освіти, спеціальності «Хімія» першого (бакалаврського) рівня вищої освіти.

УДК 615.322.03(072)

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ І. ЗАГАЛЬНА ФІТОТЕРАПІЯ	5
<i>Заняття № 1 Загальні відомості та визначення фітотерапії. Взаємозв'язок між хімічним складом і фармакологічною дією ЛРС</i>	<i>6</i>
<i>Заняття № 2 Отруйні і сильнодіючі рослини у терапії різних захворювань. Лікарські форми з рослинної сировини та їх технологія. Способи використання фітозасобів</i>	<i>11</i>
<i>Заняття № 3 Принципи формування фітокомпозицій та їх застосування у фітотерапії</i>	<i>15</i>
РОЗДІЛ ІІ. СПЕЦІАЛЬНА ФІТОТЕРАПІЯ	19
<i>Заняття № 4 Фітотерапія захворювань серцево – судинної системи, неврозів, кровоносною та лімфатичною систем</i>	<i>19</i>
<i>Заняття № 5 Фітотерапія в оториноларингології. Фітотерапія гіпо- і авітамінозі. Фітотерапія захворювань нирок і сечовидільних шляхів</i>	<i>26</i>
<i>Заняття № 6 Фітотерапія захворювань шлунково – кишкового тракту, печінки і жовчних шляхів. Фітотерапія в дерматології і косметології</i>	<i>31</i>
<i>Заняття № 7 Фітотерапія ендокринних і обмінних захворювань. Фітотерапія в офтальмології. Фітотерапія в стоматології. Фітотерапія в педіатрії</i>	<i>36</i>
<i>Заняття № 8 Лікарські рослини і лікарська рослинна сировина, які впливають на імунітет, алергійні захворювання та онкології. Фітотерапія в акушерстві і гінекології</i>	<i>43</i>
Додатки	49
Література	54

ВСТУП

Актуальність фітотерапії в Україні в сучасних умовах зумовлена поєднанням історичних традицій використання лікарських рослин, природного різноманіття рослинних ресурсів та зростанням зацікавленості населення у застосуванні природних методів лікування та профілактики захворювань. Фітотерапія є важливим напрямом медицини, що передбачає використання рослинної сировини та препаратів на її основі з лікувальною і профілактичною метою. У сучасній системі охорони здоров'я вона розглядається як ефективне доповнення до традиційної медикаментозної терапії.

Україна має значний природний потенціал лікарських рослин, що створює сприятливі умови для розвитку фітотерапії. Різноманітність кліматичних зон і природних ландшафтів сприяє поширенню великої кількості рослин, які використовуються у фармацевтичній промисловості та народній медицині. Це дозволяє забезпечувати фармацевтичний ринок власною рослинною сировиною та створювати нові лікарські засоби рослинного походження.

Особливу актуальність фітотерапія набуває у зв'язку зі зростанням кількості хронічних захворювань, що потребують тривалого лікування і профілактики. Рослинні препарати часто характеризуються більш м'якою дією, меншою токсичністю та кращою переносимістю порівняно із синтетичними лікарськими засобами. Це дозволяє застосовувати їх у комплексній терапії, а також у реабілітаційній практиці. Крім того, використання лікарських рослин сприяє підвищенню доступності лікування, що має важливе соціальне значення.

Важливим чинником розвитку фітотерапії є також зростання наукового інтересу до дослідження біологічно активних речовин рослинного походження. Сучасні фармакологічні та біохімічні дослідження відкривають нові можливості для створення ефективних лікарських препаратів, що поєднують природне походження з науково обґрунтованими методами застосування. Це сприяє інтеграції фітотерапії у сучасну медичну практику.

Таким чином, фітотерапія в Україні залишається перспективним напрямом розвитку медицини та фармації. Її актуальність визначається природними ресурсами країни, потребами населення у безпечних та доступних засобах лікування, а також розвитком наукових досліджень у галузі лікарських рослин. Подальше вдосконалення методів застосування рослинної сировини та впровадження сучасних технологій сприятиме підвищенню ефективності фітотерапії та її ролі у збереженні здоров'я населення.

РОЗДІЛ I. ЗАГАЛЬНА ФІТОТЕРАПІЯ

ЗАНЯТТЯ № 1

Загальні відомості та визначення фітотерапії.

Взаємозв'язок між хімічним складом і фармакологічною дією ЛРС

Ціль заняття: вивчення загальних відомостей та визначень фітотерапії, а також встановлення взаємозв'язку між хімічним складом лікарських рослин та їх фармакологічною дією.

Фітотерапія (від грец. phyton – рослина і грец. Therapeia – турбота, успіх, лікування, тобто дослівно – лікування рослинами) – наука про діючі речовини лікарських рослин, їх фармакологічні та токсикологічні властивості, про способи отримання лікарських форм з рослинної сировини, а також про раціональні основи.

Терапевтична ефективність лікарських рослин зумовлюється наявністю в їх складі комплексу біологічно активних речовин (БАР). До цієї групи належать сполуки різної хімічної природи, здатні модулювати перебіг біологічних процесів в організмі, зокрема вітаміни, ефірні олії, полісахариди, кардіостероїди, антраглікозиди, сапоніни, фенольні сполуки, алкалоїди, екдистероїди тощо. З огляду на функціональне значення БАР поділяють на діючі, супутні та так звані баластні компоненти.

Діючими вважають ті речовини, що безпосередньо визначають фармакологічну активність і терапевтичну цінність лікарської рослинної сировини. Як приклад можна навести ефірну олію листя м'яти перцевої, флавоноїди квіток безсмертника піщаного або дубильні речовини кори дуба. Інші компоненти, що присутні разом із діючими, відносять до супутніх. Незважаючи на допоміжний характер, вони також можуть виявляти фармакологічну активність і впливати на сумарний ефект рослинних препаратів.

Супутні речовини здатні модифікувати дію основних компонентів, посилюючи, доповнюючи або пролонгуючи їх фармакологічний ефект. Так, сапоніни листя наперстянки підвищують розчинність і біодоступність кардіостероїдів, сприяючи швидшому розвитку їх дії. Натомість полісахариди та дубильні речовини, що мають здатність до набухання, можуть забезпечувати пролонгацію терапевтичного ефекту. Водночас у деяких випадках супутні компоненти можуть зумовлювати небажані ефекти. Наприклад, використання листя кропиви як джерела вітамінів може супроводжуватися впливом на

систему гемостазу через вміст вітаміну К, що є небажаним для пацієнтів із серцево-судинними захворюваннями.

Окрему групу становлять баластні речовини – компоненти, які не проявляють вираженої фармакологічної активності та істотно не впливають на дію діючих речовин. Проте їх вважають умовно індиферентними, оскільки вони можуть впливати на технологічні аспекти отримання лікарських форм. Зокрема, значний вміст крохмалю в коренях алтеї обумовлює доцільність застосування методу холодного настоювання, оскільки при використанні гарячої води відбувається клейстеризація крохмалю, що призводить до утворення в'язкої маси та ускладнює екстракцію.

Фармакологічні властивості

Ефірні олії являють собою складні багатокомпонентні суміші, до складу яких входять переважно похідні терпеноїдів, а також сполуки інших класів природного походження; на сьогодні ідентифіковано кілька сотень їх індивідуальних компонентів. Біологічна активність ефірних олій і рослин, що їх містять, характеризується широким спектром фармакологічних ефектів.

Зокрема, вони проявляють виражену антимікробну дію (бактеріостатичну та бактерицидну), що реалізується переважно через ушкодження цитоплазматичної мембрани мікроорганізмів і порушення основних метаболічних процесів. Леткі компоненти окремих олій здатні чинити фітонцидний ефект у повітряному середовищі. Важливою особливістю є відсутність формування стійкості мікроорганізмів при тривалому впливі, а також потенціювання дії антибактеріальних засобів.

Ефірні олії також виявляють протизапальні властивості, які обумовлені їх комплексною дією: зменшенням ексудації, стабілізацією клітинних структур, впливом на клітинну інфільтрацію та стимуляцією репаративних процесів. У складі екстрактів вони сприяють епітелізації ушкоджених тканин, що зумовлює їх застосування при ураженнях шкіри та слизових оболонок.

Крім того, характерною є спазмолітична дія на гладку мускулатуру бронхів, судин і жовчо- та сечовивідних шляхів, яка має переважно міотропний механізм. Окремі компоненти, зокрема ментол, здатні рефлексорно викликати вазодилатацію через активацію холодових рецепторів.

Відхаркувальний ефект ефірних олій пов'язаний із протизапальною та муколітичною дією, що покращує евакуацію бронхіального секрету та полегшує кашель. Найбільш виражені ці властивості у ефірних олій чебрецю, багна та інших лікарських рослин.

Смоли – складні за хімічним складом речовини, близькі до ефірних олій. Смоли, що довго не висихають, називаються бальзамами. Часто смоли мають бактерицидну дію, деякі з них мають ранозагоювальну, а треті – сечогінну.

Сапоніни відіграють важливу роль у регуляції реологічних властивостей бронхіального секрету: вони знижують його в'язкість, стимулюють активність війчастого епітелію та посилюють моторну функцію бронхів. Після часткового всмоктування з подальшою секрецією бронхіальними залозами ці сполуки здатні утворювати піну, що сприяє розрідженню мокротиння та полегшенню його евакуації. Одночасно вони підсилюють виділення рідкої фракції секрету, що покращує дренажну функцію бронхіального дерева та зменшує інтенсивність кашлю, підвищуючи його продуктивність. Значна кількість сапонінів із вираженими відхаркувальними властивостями міститься у коренях істоду, кореневищах із коренями первоцвіту, синюхи блакитної та інших лікарських рослин.

Фенольні сполуки – це широка група природних речовин рослинного походження, характерною ознакою яких є наявність ароматичного кільця з однією або кількома гідроксильними групами. Вони мають повсюдне поширення у рослинному світі та є невід'ємними компонентами клітинного метаболізму, беручи участь у ключових біохімічних процесах, таких як дихання, фотосинтез, гліколіз і фосфорилування. Крім того, ці сполуки виконують регуляторну функцію, впливаючи на ріст, розвиток і репродуктивні процеси рослин, проявляючи як стимулюючий, так і інгібуючий ефекти.

Фенольні сполуки також підвищують резистентність рослин до патогенних факторів, зокрема грибкових уражень, і характеризуються антибактеріальною та противірусною активністю. У фармакологічному аспекті найбільш значущими є їх протимікробні властивості, пов'язані з порушенням цілісності клітинних мембран мікроорганізмів і зміною їх проникності, а також антиоксидантна дія, що полягає у нейтралізації вільних радикалів і захисті клітин від оксидативного стресу.

Спектр фармакологічної дії **флавоноїдів** дуже широкий: капіляророзміцнююча (Р-вітамінна) дія. Практично у всіх рослинах вітамін Р зустрічається разом з вітаміном С. Вони потенціюють капіляророзміцнювальну дію один одного, необхідні в біохімічній «зв'язці», але не взаємозамінні; спазмолітична дія флавоноїдів проявляється щодо судин бронхів, коронарних, мозкових та ін., сечогінна дія – за ступенем цієї дії флавоноїди безперечно поступаються синтетичним салуретикам, але воно досить виражене, не дає ускладнень і супроводжується збільшеним виділенням не тільки води, але і азоту.

Дубильні речовини або **таніни** – високомолекулярні поліфенольні сполуки, що містяться в корі дуба, траві звіробою, листі шавлії, евкаліпта, плодах черемхи, чорниці, вільхи, кореневищах перстачу, кровохлібки, горця зміїного та ін. Дубильні речовини застосовують як в'язучі, протизапальні та

кровоспинні засоби, при запальних захворюваннях верхніх дихальних шляхів, порожнини рота, пародонту.

Полісахариди – у лікуванні гострих інфекцій верхніх дихальних шляхів найбільше значення мають слизи. Слизові речовини є групою полісахаридів, вони сильно гідрофільні. Значна кількість слизових речовин містить насіння льону, коріння алтею, квітки липи, листя подорожника, мати-й-мачухи. У відварах і настоях з цих рослин вони мають пом'якшувальну, обволікаючу та протизапальну дію на слизові оболонки.

Органічні кислоти – містяться у клітинному соку багатьох рослин. Потрапляючи в організм, вони беруть участь у біохімічних реакціях, відіграють важливу роль у підтримці кислотно-лужної рівноваги. Найбільш поширеними органічними кислотами є аскорбінова, лимонна, винна та яблучна, що містяться в плодах малини, суниці, журавлини, цитрусових. Високим вмістом аскорбінової кислоти відрізняються плоди шипшини, чорної смородини, чорниці, журавлини, брусниці. У брусниці, крім того, знаходиться бензойна кислота, що має антисептичні властивості. Виражений фармакологічний ефект дають валеріанова та ізовалеріанова кислоти, а також ароматичні кислоти – саліцилова, коричнева. Вони знаходяться у вигляді складних ефірів в ефірних оліях хвої сосни, бруньок чорної тополі, деревію, ромашки, полину, хмелю, чебрецю та інших рослин.

Амінокислоти є продуктами обміну білкових речовин у клітинах рослин. Для лікувальної практики велике значення мають глютамінова кислота, тіонін, аспарагін, глютамін, холін та інші.

Пектини – група високомолекулярних сполук, що набувають студнеподібної консистенції після набухання у воді. Мають адсорбуючі та в'язучі властивості.

Мікроелементи знаходяться у всіх тканинах рослин. Багато хто з них входить також до складу ферментів, вітамінів, гормонів беруть участь у різних біохімічних процесах. Деякі мікроелементи мають лікувальне значення. У малих дозах мікроелементи необхідні для нормального здійснення тканинного дихання, згортання крові, кровотворення, білкового обміну. Процес накопичення мікроелементів у рослинах носить найчастіше вибіркового характер. На підставі спектрографічних та комплексометричних досліджень встановлено, що ряд рослин містить підвищену кількість мікроелементів. Наприклад, мідь містять лепеха звичайна, кульбаба лікарська, деревій звичайний, кропива дводомна; срібло – вільха сіра; марганець – безсмертник піщаний, бузина чорна, пирій повзучий; залізо – кульбаба лікарська, деревій звичайний, грицики.

Вітаміни – органічні сполуки різноманітної хімічної будови. Вони мають високу біологічну активність, впливаючи на процеси метаболізму, ретикулоендотеліальну систему, кровотворення. У незначній кількості вітаміни перебувають у багатьох рослинах. Однак такі з них, як плоди шипшини, калини, горобини, навколоплідник горіха, кропива, деревій, капуста білокачанна мають великий запас цих речовин і можуть бути хорошим джерелом отримання природних вітамінів. Встановлено, що в рослинах вітаміни перебувають у гармонійному поєднанні і не надають на організм побічної дії, що відзначається у клінічній практиці при застосуванні деяких вітамінів, одержаних синтетичним шляхом, наприклад, кислоти аскорбінової. При призначенні лікарських засобів, що містять природні вітаміни, немає небезпеки передозування, а їх терапевтичний ефект у ряді випадків вищий, ніж у синтетичних аналогів.

Алкалоїди – природні складні азотовмісні сполуки різноманітної хімічної будови, що містяться у рослинній сировині у вигляді основ або солей. Свою назву ці речовини отримали від арабського слова «алкалі» (луг) та грецького «ейдос» (подібний). Із різних рослин були виділені такі високоактивні алкалоїди, як стрихнін, бруцин, кофеїн, нікотин, хінін, атропін та ін., які досі успішно широко використовуються в медичній практиці як основні фармацевтичні лікувальні препарати. Фармакологічні властивості алкалоїдів настільки великі, що не потрібно перераховувати їх детально.

Схематично їх можна представити таким широким спектром дії: транквілізуючий та стимулюючий вплив на ЦНС, гіпертензивну та гіпотензивну дію, судинозвужувальну та судинорозширювальну дію на серцево-судинну систему; різний вплив на медіаторні системи, функціональну діяльність м'язової системи та інше.

Переваги та недоліки фітотерапії:

Переваги	Недоліки
1. природне походження препаратів	1. повільніший розвиток терапевтичного ефекту
2. м'яка дія	2. можливість алергічних реакцій
3. можливість тривалого застосування	3. необхідність тривалого курсу лікування
4. менша кількість побічних ефектів	4. ризик неправильного дозування
5. комплексний вплив на організм	

Запитання для самоконтролю:

1. Що таке фітотерапія і яка її основна мета?
2. Як визначається лікарська рослина (ЛРС)?

3. Що таке біологічно активні речовини (БАР) і яку роль вони відіграють у фітотерапії?
4. Назвіть основні групи біологічно активних речовин, що містяться в ЛРС.
5. Як хімічний склад рослини впливає на її фармакологічну дію?
6. Наведіть приклади алкалоїдів, флавоноїдів, сапонінів та ефірних олій і поясніть їх фармакологічний ефект.
7. Що розуміють під комплексною дією ЛРС?
8. Які фактори впливають на фармакологічну активність лікарських рослин?
9. Чим відрізняється традиційна фітотерапія від сучасної фармакологічної практики?
10. Як знання взаємозв'язку хімічного складу і дії ЛРС допомагає раціонально використовувати лікарські рослини?

ЗАНЯТТЯ № 2

Отруйні і сильнодіючі рослини у терапії різних захворювань. Лікарські форми з рослинної сировини та їх технологія. Способи використання фітозасобів

Ціль заняття: сформувати у здобувачів системне уявлення про застосування отруйних і сильнодіючих лікарських рослин у терапії різних захворювань, їх фармакологічні властивості, показання та обмеження до використання; засвоїти основні принципи виготовлення лікарських форм із рослинної сировини та особливості їх технології; опанувати сучасні підходи до раціонального й безпечного застосування фітозасобів у медичній практиці.

Отруйні лікарські рослини – це рослини, які містять токсичні речовини, що можуть викликати отруєння організму.

Сильнодіючі рослини – це рослини, які мають виражену фармакологічну активність і застосовуються у малих дозах під контролем фахівців.

Отруйні та сильнодіючі лікарські рослини займають важливе місце у сучасній фармакотерапії. Вони містять біологічно активні речовини високої фізіологічної активності – алкалоїди, серцеві глікозиди, сапоніни, ефірні олії та інші сполуки, які у малих дозах проявляють лікувальний ефект, а у великих можуть спричиняти токсичну дію. До таких рослин належать беладона (*Atropa belladonna*), наперстянка (*Digitalis purpurea*), конвалія травнева (*Convallaria majalis*), чемериця, дурман та аконіт.

Більшість отруйних рослин є водночас лікарськими та джерелом сировини для отримання біологічно активних речовин (БАР), лікарської продукції (ЛП), інсектицидів тощо. На сьогодні відомо понад 10 тис. видів отруйних рослин, поширених по всій земній кулі, причому в тропіках і субтропіках їх кількість більша, а токсичність сильніша. На території України росте понад 300 отруйних видів, що містять фітотоксини, синтезовані рослинним організмом і призначені для його захисту та самозбереження.

Утворення та кількісний вміст токсинів в отруйних рослинах може змінюватися залежно від географічного розташування, місця зростання, умов навколишнього середовища: клімату, ґрунту, вологості (рослини, що вирощуються в умовах дефіциту вологи, накопичують більшу кількість токсичних нітратів, ціанідів), освітлення (наприклад процеси накопичення алкалоїдів у пасльонових інтенсивніші вночі, ефірні олії накопичуються на яскравому світлі; при вирощуванні південних отруйних рослин на півночі їх токсичність зменшується). Також кількісний вміст, а частково й хімічний склад токсинів рослин залежать від пори року й фенофази (у період зимового спокою максимум токсинів запасують підземні органи), стадії онтогенезу (наприклад у

чемериці найотрутіші перші паростки, у маку, гірчиці, крушини ламкої – нестиглі плоди; в окремих злаків і бобових – молоді паростки насичені ціаногенними речовинами).

Сильнодіючі та отруйні рослини широко використовують у терапії серцево-судинних, неврологічних, бронхолегеневих і шлунково-кишкових захворювань.

Наприклад, рослини родини ранникових та лілійних, зокрема **наперстянка** та **конвалія травнева**, містять серцеві глікозиди. Ці речовини мають унікальну здатність вибірково впливати на міокард:

1. Посилюють силу серцевих скорочень (позитивний інотропний ефект).
2. Водночас сповільнюють ритм, дозволяючи серцю «відпочити» та ефективніше наповнюватися кров'ю. Завдяки цьому препарати на їх основі є незамінними при хронічній серцевій недостатності та специфічних формах тахікардії, коли необхідно відновити стабільний кровообіг.

Беладона (красавка) та **дурман** — представники родини пасльонових — багаті на алкалоїди групи атропіну. Ці сполуки мають виражену холінолітичну дію:

- **У гастроентерології:** вони знімають болісні спазми шлунку, кишечника та жовчовивідних шляхів.
- **В офтальмології:** атропін використовують для діагностичного розширення зіниці (мідріазу).
- **В анестезіології:** препарати допомагають контролювати секрецію залоз, запобігаючи ускладненням під час хірургічних втручань.

Історія використання **аконіту** та **чемериці** сягає глибини віків. Через екстремальну токсичність аконітину його застосування в сучасній офіційній медицині суттєво обмежене, проте він залишається об'єктом вивчення для знеболення при важких невралгіях та ревматизмі. Чемериця, яка колись була популярним засобом проти гіпертонії, сьогодні перейшла переважно у сферу ветеринарії та засобів для зовнішнього застосування, що підкреслює важливість безпеки пацієнта в сучасній терапії.

Мабуть, найдивовижнішим прикладом трансформації отрути є **барвінок рожевий (Catharanthus roseus)**. Його алкалоїди – **вінкрисин** та **вінбластин** – стали справжнім проривом у лікуванні онкологічних захворювань.

- Вони блокують поділ ракових клітин (цитостатична дія).
- Їх успішно застосовують у терапії лейкозів, лімфом та сарком. Паралельно з ними використовується **чистотіл великий**, який, окрім антимікробної дії, демонструє здатність затримувати ріст деяких новоутворень та знімати спазми.

Водночас використання таких рослин потребує суворого дотримання дозування та медичного контролю через ризик розвитку побічних реакцій і отруєнь.

Лікарська рослинна сировина є основою для виготовлення різних фітопрепаратів. Найпоширенішими лікарськими формами є настої, відвари, настоянки, екстракти, сиропи, мазі, фіточаї та таблетки. Технологія їх приготування залежить від хімічного складу рослини та властивостей діючих речовин. Настої та відвари готують шляхом водної екстракції рослинної сировини, настоянки – за допомогою етилового спирту, а густі й сухі екстракти отримують методом концентрування витяжок. Важливим етапом є стандартизація вмісту біологічно активних речовин, що забезпечує ефективність і безпечність фітозасобів.

Фітозасоби використовують у вигляді внутрішнього та зовнішнього застосування. Внутрішньо призначають чаї, настої, капсули, таблетки й настоянки. Для зовнішнього застосування використовують компреси, примочки, ванни, мазі та полоскання. Окремі препарати застосовують у вигляді інгаляцій або ароматерапії. Ефективність фітотерапії залежить від правильного добору рослинної сировини, способу приготування та дотримання режиму застосування.

Таким чином, отруйні і сильнодіючі рослини є важливим джерелом лікарських засобів, що широко використовуються у медицині. Незважаючи на природне походження, вони потребують обережного застосування, оскільки неправильне дозування може становити небезпеку для здоров'я людини. Сучасна фітотерапія поєднує традиційний досвід використання лікарських рослин із науковими підходами до стандартизації, контролю якості та безпеки фітопрепаратів.

Запитання для самоконтролю:

1. Які рослини належать до отруйних і сильнодіючих лікарських рослин?
2. Які біологічно активні речовини містяться в отруйних рослинах?
3. Чому сильнодіючі рослини можуть бути небезпечними для людини?
4. Які лікарські рослини використовують при серцево-судинних захворюваннях?
5. Які рослини застосовують як спазмолітичні та знеболювальні засоби?
6. У яких галузях медицини використовують препарати отруйних рослин?
7. Які лікарські форми виготовляють із рослинної сировини?
8. Чим відрізняються настої, відвари та настоянки?
9. Які методи екстракції використовують при виготовленні фітопрепаратів?
10. Що таке стандартизація лікарської рослинної сировини?

11. Які існують способи використання фітозасобів?
12. Які переваги та недоліки має фітотерапія?
13. Чому необхідно дотримуватись дозування при застосуванні отруйних рослин?
14. Які побічні ефекти можуть виникати при неправильному використанні фітозасобів?
15. У чому полягає основна відмінність між дією серцевих глікозидів та звичайних стимуляторів серцевого ритму?
16. Чому використання аконіту в сучасній медицині є обмеженим, попри його сильні анальгетичні властивості?
17. Який механізм дії алкалоїдів барвінку рожевого дозволяє використовувати їх у боротьбі з раковими клітинами?
18. Чому атропін, отриманий з отруйної беладони, є критично важливим препаратом в анестезіології?
19. Як змінилося використання чемериці з плином часу і чому вона майже зникла з терапевтичної практики для людей?
20. Яким принципом (сформульованим ще Парацельсом) керуються лікарі, призначаючи препарати на основі отруйних рослин?
21. Яке значення мають отруйні та сильнодіючі рослини у сучасній фармації та медицині?

ЗАНЯТТЯ № 3

Принципи формування фітокомпозицій та їх застосування у фітотерапії

Ціль заняття: Ознайомитися з основними принципами формування фітокомпозицій, вивчити особливості поєднання лікарських рослин залежно від їх хімічного складу та фармакологічної дії, засвоїти правила застосування фітозасобів у комплексній терапії різних захворювань, а також сформувати навички раціонального підбору компонентів лікарських рослинних зборів.

Особливе місце у фітотерапії займають **фітокомпозиції** – спеціально підібрані комбінації лікарських рослин, які забезпечують комплексний вплив на організм людини.

Використання фітокомпозицій дозволяє посилити терапевтичний ефект окремих компонентів, зменшити ризик побічних реакцій і розширити спектр фармакологічної дії. Завдяки багатоконпонентному складу рослинні збори можуть одночасно впливати на різні ланки патологічного процесу, що є важливим при лікуванні хронічних захворювань.

Формування фітокомпозицій базується на декількох важливих принципах. Перш за все враховують фармакологічні властивості рослинної сировини та механізм дії біологічно активних речовин. До складу збору включають рослини, які доповнюють або підсилюють терапевтичний ефект одна одної. Такий принцип називають синергізмом.

Одним із головних принципів є патогенетична спрямованість фітокомпозиції. Рослинні компоненти підбирають залежно від особливостей захворювання, його стадії та клінічних проявів. Наприклад, при захворюваннях дихальної системи до складу зборів включають рослини з відхаркувальною, протизапальною та антисептичною дією – алтей лікарський, чебрець, шавлію, ромашку.

Важливим принципом є індивідуальний підхід до пацієнта. При складанні фітокомпозицій враховують вік людини, наявність супутніх захворювань, алергічних реакцій та особливості обміну речовин. Особливо обережно підбирають лікарські рослини для дітей, вагітних жінок та осіб похилого віку.

Не менш важливим є принцип безпечності. До складу фітокомпозицій не рекомендується включати несумісні рослини або компоненти з вираженою токсичною дією без належного контролю дозування. Надмірна кількість компонентів також може знижувати ефективність збору або підвищувати ризик побічних реакцій. Найчастіше фітокомпозиції містять від трьох до семи рослинних компонентів.

Фітокомпозиції класифікують за терапевтичним призначенням, складом та способом застосування. За призначенням виділяють протизапальні, седативні, жовчогінні, сечогінні, кардіотонічні, імуномодулюючі та інші збори.

До складу фітокомпозицій можуть входити рослини основної дії, допоміжні компоненти та коригуючі речовини. Основні компоненти забезпечують головний лікувальний ефект. Допоміжні рослини підсилюють дію основних або усувають окремі симптоми захворювання. Коригуючі компоненти покращують смак, запах або знижують подразнювальну дію окремих речовин.

Наприклад, у заспокійливих фітокомпозиціях часто використовують валеріану лікарську, мелісу, м'яту перцеву та пустирник. При захворюваннях шлунково-кишкового тракту застосовують ромашку, нагідки, деревій, фенхель та м'яту.

Фітокомпозиції можуть застосовуватись у різних лікарських формах. Найбільш поширеними є настої, відвари, настоянки, екстракти, фіточаї, сиропи, мазі та капсули.

Настої готують із м'яких частин рослин – листків, квіток і трави – шляхом настоювання у гарячій воді. Відвари використовують для твердіших частин рослинної сировини – коренів, кори та кореневищ – шляхом кип'ятіння. Настоянки являють собою спиртові витяжки, які характеризуються тривалим терміном зберігання та високою концентрацією активних речовин.

У сучасній фармації широко використовують сухі та рідкі екстракти лікарських рослин, стандартизовані за вмістом біологічно активних речовин. Такі препарати мають стабільний склад та забезпечують точніше дозування.

Фітокомпозиції широко застосовують у комплексному лікуванні різних захворювань. При патологіях серцево-судинної системи використовують рослини з кардіотонічною, гіпотензивною та седативною дією. У гастроентерології фітозбори застосовують при гастритах, колітах, дискінезіях жовчовивідних шляхів та функціональних порушеннях травлення.

У терапії захворювань дихальної системи використовують рослини з відхаркувальними, муколітичними та антисептичними властивостями. Для лікування захворювань нервової системи застосовують седативні та адаптогенні фітокомпозиції на основі валеріани, меліси, хмелю, женьшеню та елеутерококу.

У дерматології рослинні препарати використовують зовнішньо у вигляді компресів, мазей і примочок при запальних процесах шкіри, дерматитах та ранах. Значну роль відіграють фітокомпозиції у профілактиці сезонних захворювань та зміцненні імунної системи.

Приклади фітокомпозицій

1. При гострому бронхіті	2. При хронічному панкреатиті
Малина звичайна (плоди) Мати-і-мачуха (листя) Материнка звичайна (трава)	Аніс звичайний (плоди) Кукурудзяні приймочки Кульбаба ліків. (корінь) Горець пташиний (трава) Звіробій продірявлений (трава)

Фітокомпозиція при гострому бронхіті – плоди малини це протизапальний і жарознижувальний компонент, листя мати-і-мачухи – муколітичний та відхаркувальний, трава материнки звичайної – протизапальний та бронхоспазмолітичний компонент.

Фітокомпозиція при хронічному панкреатиті забезпечує покращення травлення, зменшення метеоризму та спазмів, стимуляцію жовчовиділення, зниження запалення, нормалізацію функції гепатобіліарної системи, опосередковане зменшення навантаження на підшлункову залозу.

Фітокомпозиції є важливим напрямом сучасної фітотерапії, оскільки дозволяють забезпечити комплексний вплив на організм та підвищити ефективність лікування. Формування рослинних зборів базується на принципах синергізму, патогенетичної спрямованості, індивідуального підходу та безпечності застосування. Завдяки різноманітності лікарських форм і широкому спектру фармакологічної дії фітокомпозиції використовують у терапії багатьох захворювань.

Запитання для самоконтролю:

1. Що таке фітокомпозиція?
2. Які основні принципи формування фітокомпозицій?
3. Які переваги мають багатокомпонентні фітозбори порівняно з монопрепаратами?
4. Що таке синергізм лікарських рослин у складі фітокомпозиції?
5. Які фактори враховують при підборі компонентів фітозбору?
6. Яку роль у фітокомпозиціях відіграють основні та допоміжні компоненти?
7. За якими принципами визначають кількісний склад фітокомпозиції?
8. Які лікарські форми застосовують для фітокомпозицій?
9. Які вимоги висуваються до лікарської рослинної сировини для створення фітокомпозицій?
10. Які можливі небажані взаємодії між компонентами фітокомпозицій?
11. Які протипоказання та обмеження існують при застосуванні фітозборів?

12. Як впливає спосіб приготування на ефективність фітокомпозиції?
13. Яке значення мають ефірноолійні рослини у фітотерапії?
14. Які критерії оцінки ефективності фітокомпозицій?
15. Які переваги та недоліки фітотерапії порівняно з синтетичними препаратами?
16. Що таке раціональна фітокомпозиція?
17. Які принципи сумісності лікарських рослин?

РОЗДІЛ II. СПЕЦІАЛЬНА ФІТОТЕРАПІЯ

ЗАНЯТТЯ № 4

Фітотерапія захворювань серцево – судинної системи, неврозів, кровоносної та лімфатичної систем

Ціль заняття: Ознайомитися з основними принципами фітотерапії захворювань серцево-судинної системи, неврозів, кровоносної та лімфатичної систем; вивчити лікарські рослини, що застосовуються при даних патологіях, їх фармакологічні властивості, механізми дії, показання та протипоказання до застосування, а також навчитися підбирати та обґрунтовувати фітозбори залежно від клінічного стану пацієнта.

Серцево-судинні захворювання належать до найбільш поширених патологій сучасності. До них відносять артеріальну гіпертензію, ішемічну хворобу серця, серцеву недостатність, атеросклероз, порушення серцевого ритму. Основними факторами розвитку є хронічний стрес, малорухливий спосіб життя, порушення обміну речовин, надмірне споживання жирної їжі та спадкова схильність.

У розвитку цих захворювань важливу роль відіграють порушення судинного тону, зміни реологічних властивостей крові, гіпоксія тканин та оксидативний стрес.

Фітотерапія серцево-судинних захворювань спрямована на нормалізацію артеріального тиску, покращення коронарного кровообігу, зміцнення серцевого м'яза, зниження нервового напруження, усунення спазмів судин, покращення обміну речовин.

Лікарські рослини, що застосовуються при серцево-судинних захворюваннях

❖ Глід кравово-червоний, колючий, п'ятипестичний (*Crataegus sanguinea pall.*, *C. oxyacantha l.*, *C. pentagyna*)

Глід є однією з найважливіших рослин у кардіологічній фітотерапії. У плодах виявлені дубильні, пектинові речовини, флавонові сполуки (кверцетин, гіперозид, вітексин), антоціани та лейкоантоціани, тритерпенові та фітостериноподібні сполуки, холін, ацетилхолін, органічні кислоти (урсолова, хлорогенова, кавова, олійна, цукру, мікроелементи (мідь, цинк, марганець, залізо). У квітках знайдено флавоноли (кверцетин, кверцитрин, гіперозид), ефірну олію, кавову та хлорогенову кислоти, холін, ацетилхолін і ті ж мікроелементи, що й у плодах..

- Фармакологічна дія: кардіотонічна, антиаритмічна, судино-розширювальна, седативна.
- Препарати глоду покращують кровопостачання міокарда, зменшують збудливість нервової системи, сприяють нормалізації артеріального тиску.

❖ Валер'яна лікарська (*Valeriana officinalis L.*)

Рослина містить до 2 % ефірної олії, головним компонентом якого є ізовалеріановий ефір борнеолу, вільний борнеол, ізовалеріанову кислоту, ефіри борнеолу та мурашиною, оцтової, олійної кислот та інші речовини. У валеріані знайдено також дубильні речовини, органічні кислоти, цукор, глікозид валерид, алкалоїди валерин та хатинін. Присутній також пірил- α -метилкетон, який, поряд з ефіром борнеолу та ізовалеріанової кислоти, вважається діючим початком, що обумовлює терапевтичну дію рослини. Кореневища валеріани використовують при тахікардії, нервовому збудженні та безсонні.

- Основні ефекти: седативний, спазмолітичний, помірний гіпотензивний.
- Валеріана особливо ефективна при функціональних порушеннях серцевої діяльності, пов'язаних із неврозами.

❖ Собача кропива звичайна (*Leonurus cardiaca L.*)

та собача кропива п'ятилопатева (*L. quinquelobatus Tilib.*)

У медицині застосовується надземна частина рослини. Вона містить алкалоїд стахидрин, сапоніни, флавоноїди (кверцетин, рутин, квінквелозид, космосїн, гіперозид, кверцитрин, 7-глікозид кверцетину), ефірну олію, дитерпеноїди, стероїдні глікозиди, глікозид кавової кислоти, речовини, вітамін С, каротин тощо.

- Основні ефекти: знижує артеріальний тиск, уповільнює серцевий ритм, зменшує нервові напруження, покращує роботу серця.
- Собача кропива часто застосовується при початкових стадіях гіпертонічної хвороби.

❖ Перцева м'ята (*Mentha piperita*)

Надземні частини рослини багаті на вміст ефірної м'ятної олії. Найбільше його міститься в квітках, трохи менше в листі і зовсім мало в стеблах. М'ятну олію отримують у промислових умовах шляхом перегонки сировини з водяною парою.

- Основним діючим початком м'ятної олії є ментол ($C_{10}H_{20}O$), що виділяється з олії при сильному охолодженні у вигляді довгих призматичних кристалів. Має спазмолітичні та седативні властивості.

- Ментол, що входить до складу ефірної олії сприяє розширенню судин, покращує кровообіг, зменшує спазми.

Фітотерапія неврозів

Неврози – це функціональні розлади нервової системи, які виникають унаслідок тривалого психоемоційного перенапруження, стресів, перевтоми та порушення режиму праці й відпочинку. Вони супроводжуються дратівливістю, тривожністю, безсонням, зниженням працездатності, вегетативними порушеннями.

Фітотерапія при неврозах є особливо актуальною, оскільки рослинні препарати мають м'яку седативну дію та рідше викликають залежність.

Лікарські рослини при неврозах

❖ Меліса лікарська (*Melissa officinalis* L.)

У листі меліси міститься до 0,3 % ефірної олії, до 150 мг% аскорбінової кислоти, дубильні речовини, гіркоти, смоли, слизу, органічні кислоти.

- Основні ефекти: седативний; антистресовий; спазмолітичний.
- Меліса покращує сон, зменшує тривожність, нормалізує діяльність вегетативної нервової системи.

❖ Пасифлора блакитна (*Passiflora caerulea*)

Трава пасифлори містить вітаміни, каротиноїди, флавоноїди, в тому числі вітексин, кумарини, ціаногенний глікозид, сапоніни, хінони, алкалоїди індольного ряду, мікроелементи (залізо, селен, кальцій, магній тощо). Рослина використовується при нервовому виснаженні та безсонні.

- Дія заспокійлива, снодійна, протитривожна.

❖ Хміль звичайний (*Humulus lupulus*)

З лікарською метою використовують супліддя хмелю («гулі»). Вони складаються з великої кількості лусочок, що приросли до загального стрижня супліддя. На внутрішній стороні лусочок знаходяться численні заліза у вигляді порошку світло-жовтого кольору, який називають лупуліном.

Нині шишки хмелю використовують завдяки вираженому седативному впливу, вони входять у седативні збори. Заспокійлива дія на центральну нервову систему зумовлена ефірною олією та гіркими речовинами.

- Фармакологічні властивості: седативна дія; зменшення нервової збудливості; покращення сну.

❖ **Лаванда вузьколиста, лаванда лікарська (*Lavandula angustifolia*)**

У свіжих суцвіттях знайдено значну кількість леткої олії (0,8–1,6 %) в листках її вміст дещо менший (0,3 %). Основними компонентами олії є складні ефіри ліналоолу оцтової, масляної, валеріанової та капронової кислот. Знайдено також гераніол, цитраль, борнеол, аміловий спирт та інші.

- Лаванда чинить заспокійливу, спазмолітичну, антистресову дію.
- Ефірна олія лаванди використовується як у фітотерапії, так і в ароматерапії.

Фітотерапія захворювань кровоносної системи

До захворювань кровоносної системи належать анемії, порушення згортання крові, підвищена ламкість судин та деякі метаболічні зміни крові. Однією з найпоширеніших патологій є залізодефіцитна анемія.

Фітотерапія використовується як допоміжний метод лікування та профілактики.

Рослини що впливають на кровотворення

❖ **Кропива дводомна (*Urtica dioica* L.)**

Листя кропиви багате на вітамін С (270 мг%), містить каротин, вітаміни групи В і К, багато заліза, марганцю, міді. Є також фітонциди, дубильні речовини, органічні кислоти.

- Основні ефекти: кровоспинний; стимулюючий кровотворення; загально-зміцнювальний.

❖ **Шипшина звичайна (*Rosa canina* L.),
Шипшина травнева (*R.cinnamomea* L.)**

Плоди шипшини багаті на вітаміни. М'якуш плодів може, у перерахунку на суху вагу, містити до 5,5 % вітаміну С (фармакопея вимагає лише 1 % для цільних плодів та 1,8% для очищених). Крім того, містять каротин (провітамін А) – 12–18 мг%, вітамін Е – 170 мг%, вітамін В2 – 0,03 мг%, вітамін К – 40 біологічних одиниць на 1 кг сухих плодів. У плодах є також флавоноїди, близько 18 % цукру, 4,5 % дубильних речовин, лимонна кислота та пектинові речовини.

- Основні ефекти: покращують засвоєння заліза, зміцнюють судини, підвищують опірність організму.

❖ **Горобина звичайна (*Sorbus aucuparia*)**

Плоди горобини містять цукри, яблучну, лимонну, винну й бурштинову кислоти, дубильні і пектинові) речовини, сорбіт і сорбозу, амінокислоти, ефірні олії, солі калію, кальцію, магнію, натрію, вітамін Р, вітамін С, каротин.

- Основні ефекти: покращує обмін речовин, зміцнює судинну стінку, чинить антиоксидантну дію.

Фітотерапія захворювань лімфатичної системи

Лімфатична система бере участь у підтриманні імунного захисту організму, виведенні токсичних речовин та регуляції тканинного обміну. Порушення її функцій можуть проявлятися набряками, лімфостазом, хронічними запальними процесами.

Фітотерапія при патологіях лімфатичної системи спрямована на:

- покращення мікроциркуляції;
- зменшення запалення;
- стимуляцію дренажної функції.

Лікарські рослини для підтримки лімфатичної системи

❖ **Нагідки лікарські або календула лікарська (*Calendula officinalis*)**

Квіткові кошики календули містять у своєму складі каротиноїди (каротин, лікопін, віолаксантин, рубіксантин, неолікопін, цитраксантин, флавоксантин, флавохром, хризантемоксанти). Загальна сума каротиноїдів у квіткових кошиках 3,1–3,2 мг% для інтенсивно забарвлених суцвіть, 1,5 мг% для блідо забарвлених та до 3 % для крайових язичкових квіток. Крім того, квіткові кошики містять близько 0,02 % ефірної олії, близько 3,44 % смол, до 4 % слизу, 0,64 % альбумінів, 6,84 % яблучної кислоти, пентадецилову кислоту, сліди саліцилової кислоти та алкалоїдів.

- Основні ефекти: протизапальна дія, покращення лімфовідтоку, зменшення набряків.

❖ **Ромашка лікарська (*Matricaria chamomilla*)**

У суцвіттях ромашки міститься ефірна олія. У ньому міститься основна діюча речовина – хамазулен. Крім того, є флавоноїди, кумарини, органічні кислоти, полісахариди, каротин.

- Основні ефекти: зменшує запалення, покращує мікроциркуляцію, чинить помірну спазмолітичну дію.

❖ **Береза повисла (*Betula pendula* Roth.)**

Бруньки та молоде листя містять ефірну олію (5–8 %) з приємним

бальзамічним запахом, смолу, дубильні речовини, сапоніни, вітамін С, флавоноїди та інші речовини. У листі міститься 0,05 % ефірної олії (в її складі виявлені сесквітерпены), смолисті речовини, аскорбінова кислота (до 2,8 %), сапоніни (до 3,2 %), флавоноїдні сполуки (похідні апігеніну, кемпферолу, кверцетину, мирицетину, вітамін С, значна кількість цинку та заліза, тритерпенові спирти (фолієнтриол та фолієнтетрол).

- Основні ефекти: сечогінний, протинабряковий, детоксикаційний. Це сприяє зменшенню застійних явищ у тканинах.

❖ **Кульбаба лікарська (*Taraxacum officinale*)**

З лікарською метою використовують коріння кульбаби, рідше – вся рослина. Коріння містить монотерпенові глікозиди (до 10 %), це: тараксастерол, псевдотараксастерол, тараксерол, β -амірин; стерини: β -ситостерин, стигмастерин, тараксол; до 25 % інуліну, до 3 % каучуку та жирне масло. Початком кореня кульбаби, що діє, є гіркий глікозид тараксацин. У траві знайдено каратиноїди: тараксантин, флавоксантин, лютеїн та тритерпенові спирти арнідіол та фарадіол, вітамін В₂ та інші речовини.

- Основні ефекти: стимуляція очищення організму, підтримка дренажної функції лімфатичної системи.

Запитання для самоконтролю:

1. Які основні принципи фітотерапії захворювань серцево-судинної системи?
2. Які лікарські рослини застосовують при артеріальній гіпертензії?
3. Які фітопрепарати використовують при ішемічній хворобі серця?
4. Охарактеризуйте кардіотонічну дію глікозидовмісних рослин.
5. Які лікарські рослини мають антиаритмічні властивості?
6. Які фітозасоби застосовують при атеросклерозі?
7. Яка роль фітотерапії у профілактиці серцево-судинних захворювань?
8. Які біологічно активні речовини забезпечують кардіопротекторну дію лікарських рослин?
9. Які рослини застосовують при серцевій недостатності?
10. Які особливості використання седативних рослин при неврозах?
11. Які лікарські рослини проявляють анксиолітичну дію?
12. Які фітопрепарати застосовують при безсонні та підвищеній нервовій збудливості?
13. Охарактеризуйте механізм седативної дії валеріани лікарської.
14. Які рослини використовують для нормалізації функціонального стану нервової системи?
15. Які переваги та недоліки фітотерапії неврозів?

16. Які лікарські рослини використовують при анеміях?
17. Які рослини є джерелом заліза та вітамінів для кровотворення?
18. Які фітопрепарати застосовують для покращення мікроциркуляції крові?
19. Які лікарські рослини мають кровоспинну дію?
20. Які рослини використовують для зміцнення судинної стінки?
21. Які біологічно активні речовини забезпечують ангіопротекторну дію рослин?
22. Які лікарські рослини сприяють очищенню та дренажу лімфатичної системи?
23. Які рослини мають лімфодренажний ефект?
24. Які фітопрепарати використовують при запальних захворюваннях лімфатичної системи?
25. Яка роль антиоксидантів рослинного походження у підтримці кровоносної та лімфатичної систем?
26. Які протипоказання до застосування лікарських рослин при серцево-судинних захворюваннях?
27. Які можливі побічні ефекти фітотерапії при тривалому застосуванні?
28. Які принципи складання фітозборів для лікування серцево-судинних і нервових захворювань?
29. Які лікарські форми найчастіше застосовують у фітотерапії цих захворювань?
30. Яке значення має комплексне застосування фітотерапії та медикаментозного лікування?

ЗАНЯТТЯ № 5

Фітотерапія в оториноларингології. Фітотерапія гіпо- і авітамінозі.

Фітотерапія захворювань нирок і сечовидільних шляхів

Ціль заняття: ознайомити студентів із принципами застосування лікарських рослин та фітопрепаратів у комплексній терапії захворювань оториноларингологічного профілю, гіпо- та авітамінозів, а також патології нирок і сечовидільних шляхів. Сформувані знання про фармакологічні властивості лікарських рослин, їх хімічний склад, механізми дії, показання та протипоказання до застосування. Навчити обґрунтовано підбирати рослинну сировину та фітозбори залежно від клінічної ситуації, оцінювати ефективність і безпечність фітотерапії у медичній практиці.

Фітотерапія в оториноларингології

Оториноларингологія є галуззю медицини, що займається діагностикою, профілактикою та лікуванням захворювань вуха, горла і носа. Патології ЛОР-органів належать до найбільш поширених серед населення різних вікових груп.

Гострі та хронічні риніти, синусити, фарингіти, тонзиліти, ларингіти й отити значно погіршують якість життя пацієнтів, а у разі недостатнього лікування можуть призводити до тяжких ускладнень.

Фітотерапія займає важливе місце у комплексному лікуванні ЛОР-захворювань. Лікарські рослини містять біологічно активні речовини — ефірні олії, флавоноїди, дубильні речовини, сапоніни, органічні кислоти, фітонциди та вітаміни, які проявляють протизапальну, антимікробну, секретолітичну, імуномодулювальну та репаративну дію. Перевагами фітотерапії є відносна безпечність, м'яка дія, можливість тривалого застосування та добра сумісність із традиційними лікарськими засобами.

Фітотерапія при ЛОР-захворюваннях спрямована на зменшення запального процесу, пригнічення росту патогенних мікроорганізмів, покращення відходження слизу та підвищення імунної реактивності організму.

Лікарські рослини, що застосовуються в оториноларингології

Фітотерапія захворювань носа та приносових пазух

Риніт — це запалення слизової оболонки носа, яке супроводжується закладеністю носа, виділеннями, чханням і порушенням носового дихання.

Лікарські рослини при ринітах

❖ Ромашка лікарська (*Chamomilla recutita* L.)

- Основні ефекти: протизапальний; антисептичний; пом'якшувальний.
- Застосовується для промивання носа; інгаляцій; парових процедур.

❖ Календула лікарська (*Calendula officinalis* L.)

- Основні ефекти: бактерицидний, протинабряковий, ранозагоювальний.
- Використовується у вигляді настоїв для промивання, інгаляцій, комбінованих фітозборів.

❖ Евкаліпт кулястий (*Eucalyptus globulus*)

У листі рослини є ефірна олія (до 3%), флавоноїди, дубильні речовини, елагова кислота, смоли та віск. Ефірну олію містять і інші частини рослини. Головною складовою частиною ефірної олії є цинеолмоноциклічний терпен з інтенсивною окисною дією. Пилок евкаліпту містить білки, амінокислоти, вуглеводи, вітаміни (В₆, В₂, РР, С, біотин, фолієва кислота, рутин), антибіотики і стимулятор росту.

- Фармакологічна дія: антисептична, протівірусна, відхаркувальна.
- Застосовується при гострих ринітах, синуситах, вірусних інфекціях верхніх дихальних шляхів.

Синусит – це запалення приносових пазух, яке супроводжується болем у ділянці обличчя, закладеністю носа, головним болем та утрудненням відтоку слизу.

Лікарські рослини при синуситах

❖ Шавлія лікарська (*Salvia officinalis* L.)

Листя шавлії містить ефірну олію (до 2,5%), у складі якої пінен, цинеол, туйон, борнеол та інші терпенові сполуки, дубильні та смолисті речовини, алкалоїди, флавоноїди; хлорогенову, урсолову, олеанолову кислоти; уваол, парадіфенол; вітаміни Р та РР, гіркоти, фітонциди.

- Фармакологічна дія: антимікробна, протизапальна, в'язуча.
- Використовується для інгаляцій, полоскань, фітозборів.

❖ Сосна звичайна (*Pinus silvestris* L.)

Соснові нирки містять до 0,36 % ефірної олії, дубильні речовини, гірку речовину пініцикрін, крохмаль, мінеральні солі та інші речовини. Хвоя сосни багата на аскорбінову кислоту (до 0,3 %), містить до 5 % дубильних речовин, незначну кількість алкалоїдів і до 1,3 % ефірної олії, до складу якої входять

пінен, борнеол, лимонен, борнілацетат, кадинен та інші терпени та їх похідні. Знайдено також антоціанові сполуки.

- Фармакологічна дія: муколітична; антисептична; відхаркувальна.
- Рекомендується для парових інгаляцій, полегшення відтоку секрету.

Фітотерапія захворювань глотки

Фарингіт – це запалення слизової оболонки глотки, яке проявляється болем, першінням та сухістю у горлі.

Лікарські рослини при фарингітах

❖ Алтея лікарська (*Althaea Officinalis* L.)

Кореневище з корінням алтею містить велику кількість слизових речовин (35 %), крохмаль (37 %), аспаргін (до 2 %), сахарозу (10,2 %), пектин, каротин, лецитин, фітостерин, мінеральні солі, жирне масло (1,7 %).

- Фармакологічна дія: обволікаюча, пом'якшувальна, протизапальна.
- Застосовується у вигляді: настоїв, полоскань, сиропів.

❖ Липа серцелиста (*Tilia cordata*)

Квітки липи містять 0,04–0,05 % ефірної олії, глюкозиди, сапоніни, дубильні речовини, цукор, каротин, вітамін С. У листках липи містяться вітамін С, каротин і таніди. У плодах липи міститься напіввисихаюча жирна олія (в неочищених — до 23 %, в очищених — до 58 %). У корі гілок є до 8 % напіввисихаючої жирної олії, за смаком подібної до мигдалевої.

- Фармакологічна дія: протизапальна, потогінна, пом'якшувальна.
- Застосовується при вірусних інфекціях, запаленні горла, сухому кашлі.

Тонзиліт характеризується запаленням піднебінних мигдаликів та часто має інфекційне походження.

Лікарські рослини при тонзиліті

❖ Дуб звичайний (*Quercus robur* L.)

У корі міститься до 8–12 % дубильних речовин, до 1,6 % галової та еллогалової кислот, 13–14 % пентозанів, до 6% пектинів, флавонова сполука кверцетин, крохмаль, леулін, флобафен, цукру.

В'яжуча і протизапальна дія кори дуба обумовлена дубильними речовинами, що знаходяться в ній.

- Фармакологічна дія: в'яжуча, антисептична, протизапальна.
- Використовується для полоскань горла, зменшення набряку слизової оболонки.

❖ Звіробій звичайний

У рослині міститься барвник – гіперіцин, псевдогіперіцин, протопсевдогіперіцин, гіперіко-дегідро-діантрон, франгулаемодинантрол. Міститься до 10% дубильних речовин (каротин, холін), незначна кількість алкалоїдів, більше 1% ефірної олії, флавоноїди (гіперозид, рутин, кверцитрин та ін), вітаміни, мікроелементи.

- Фармакологічна дія: бактерицидна, протизапальна, регенеративна.

Фітотерапія захворювань гортані

Ларингіт – це запалення слизової оболонки гортані, яке супроводжується осиплістю голосу та кашлем.

Лікарські рослини при ларингіті

❖ Підбіл звичайний, мати-й-мачуха (*Tussilago farfara* L.)

Листя мати-й-мачухи містять полісахариди, гіркі глікозиди, сапоніни, вітамін С, каротиноїди, стерини, дубильні речовини, яблучну та винну кислоти, флавоноїди.

- Фармакологічна дія: пом'якшувальна, відхаркувальна, протизапальна.

❖ Чебрець повзучий (*Thymus serpyllum* L.)

Чебрець є ефірноолійною лікарською рослиною. У траві чебрецю міститься до 1,2 % ефірної олії, основним діючим початком якої є тимол – $C_{10}H_{14}O$. Чистий тимол має вигляд великих безбарвних твердих призматичних кристалів. Він має запах чебрецю і пекучий, пряний смак. Тимол застосовується в медицині як антисептичний засіб, що використовується зовнішньо для дезінфекції слизових оболонок ротової порожнини і як глистогінний засіб. Крім того, в рослині містяться дубильні речовини та флавоноїди.

- Фармакологічна дія: антисептична, відхаркувальна, спазмолітична, Використовується у формі інгаляцій, настоїв, сиропів.

Фітотерапія захворювань вуха

Отит – це запалення вуха, яке може супроводжуватися болем, зниженням слуху та інтоксикацією.

Фітотерапія при отитах застосовується переважно як допоміжний метод лікування.

Лікарські рослини при отитах

❖ Лаванда вузьколиста (*Lavandula angustifolia*)

У свіжих суцвіттях знайдено значну кількість леткої олії (0,8–1,6 %) в листках її вміст дещо менший (0,3 %). Основними компонентами олії є складні ефіри ліналоолу оцтової, масляної, валеріанової та капронової кислот. Знайдено також гераніол, борнеол, аміловий спирт та інші.

– Фармакологічна дія: антисептична; седативна; протизапальна.

❖ Подорожник великий (*Plantago major*)

З лікарською метою застосовують листя подорожника. Вони містять глікозид аукубін, гіркоти, дубильні речовини, вітамін К та незначну кількість алкалоїдів, багаті калієм та лимонною кислотою.

– **Фармакологічна дія:** протимікробна, ранозагоювальна, протизапальна.

Фітозбори в оториноларингології

❖ Збір при запаленні горла

- Склад: ромашка лікарська, шавлія лікарська, календула лікарська.
- Спосіб застосування: 1 столову ложку збору залити 200 мл окропу, настояти 20 хвилин, використовувати для полоскання 4–5 разів на добу.

❖ Збір для інгаляцій при ринітах та синуситах

- Склад: листки евкаліпта; бруньки сосни; чебрець повзучий.
- Дія: полегшення дихання; зменшення набряку; покращення відходження слизу.

ЗАНЯТТЯ № 6

Фітотерапія захворювань шлунково-кишкового тракту, печінки і жовчних шляхів. Фітотерапія в дерматології і косметології

Фітотерапія захворювань шлунково-кишкового тракту, печінки та жовчних шляхів

Гіперацидний гастрит, виразкова хвороба шлунку та дванадцятипалої кишки – Запалення слизової оболонки шлунку, що супроводжується підвищеною кислотністю, печією, болем. При виразці формуються глибокі дефекти слизової.

Лікарські рослини

❖ Солодка гола (*Glycyrrhiza glabra*)

Кореневища та коріння солодки містять тритерпенові глікозиди, з яких головний гліциризин (міститься його 8,2 %), а також флавоноїди, стероїди, ефірна олія, вітамін С, гіркі глікозиди, полісахариди, кумарини. Солодкий смак коренів пов'язаний із гліцерризином.

- Основні ефекти: протизапальний, спазмолітичний, стимулює загоєння слизової (регенераторний), знижує активність пепсину.

❖ Ромашка лікарська (*Matricaria chamomilla*)

Містить ефірну олію (хамазулен), апігенін, слизі.

- Основні ефекти: Потужний протизапальний, антисептичний, спазмолітичний (знімає біль і судоми шлунка).

❖ Льон звичайний (*Linum usitatissimum*)

Насіння льону містить полісахариди, до 24 % білкових речовин, до 40 % жирної олії, близько 4 % золи та до 6–8 % слизу (в оболонках насіння). Ляна олія рідкої консистенції, складається з гліцеридів та твердих жирних кислот.

- Основні ефекти: обволікаючий та протизапальний. Слиз покриває стінки шлунка захисним шаром, захищаючи від агресивної дії соляної кислоти.

Гіпоацидний гастрит (зі зниженою кислотністю) – запалення слизової шлунка, що супроводжується зниженням вироблення соляної кислоти та ферментів, погіршенням апетиту та травлення.

Лікарські рослини

❖ Трава полину гіркого (*Artemisia absinthium*)

Що містить: Гіркі глікозиди (абсинтин, анабсинтин), ефірну олію.

- Основні ефекти: Збуджує апетит, рефлексорно стимулює секрецію шлункового соку, підшлункової залози та виділення жовчі.

❖ **Листя подорожника великого (*Plantago major*)**

Містить: глікозид аукубін, каротиноїди, ферменти, слизі.

- Основні ефекти: стимулює секрецію шлункового соку, має протизапальну, бактерицидну та ранозагоювальну дію.

Захворювання печінки та жовчних шляхів – запальні процеси в печінці або жовчному міхурі, а також порушення моторики жовчних шляхів, що призводить до застою жовчі.

Лікарські рослини

❖ **Плоди розторопші плямистої (*Silybum marianum*)**

У плодах розторопші плямистої містяться флавоноїди флавонолігнани (силібін, силікрістін, силідіанін і т.д.), біогенні аміни (тирамін, гістамін), жирна олія (до 32 %), ефірна олія (0,08 %), слиз, органічні кислоти, речовин білка, вітамін К.

- Основні ефекти: потужний гепатопротектор. Стабілізує мембрани клітин печінки (гепатоцитів), стимулює синтез білка, прискорює регенерацію тканин печінки, антиоксидантний ефект.

❖ **Квітки цмину піщового (*Helichrysum arenarium*)**

З лікарською метою заготовляються квіткові кошики цмину (*Flores Helichrysi*). У них містяться флавоноїди (апігенін, нарингенін, кверцетин, кемпферол та їх глікозида), кумарини, дубильні речовини, сапоніни, ефірна олія, гіркоти, стерини, органічні кислоти, жирні кислоти, інозит, похідні фталевого ангідриду, слизу, слизу, заліза, марганцю, мікроелементи (мідь, хром, алюміній).

- Основні ефекти: виражений жовчогінний (холеретичний і холекінетичний), спазмолітичний (розслаблює жовчні протоки), протизапальний та антибактеріальний.

❖ **Корінь кульбаби лікарської (*Taraxacum officinale*)**

З лікарською метою використовують коріння кульбаби, рідше – вся рослина. Коріння містить монотерпенові глікозида (до 10 %), це: тараксастерол, псевдотараксастерол, тараксерол, β-амірин; стерини: β-ситостерин, стигмастерин, тараксол; до 25 % інуліну, до 3 % каучуку та жирне масло. Початком кореня кульбаби, що діє, є гіркий глікозид тараксацин. У траві

знайдено каратиноїди: тараксантин, флавоксантин, лютеїн та тритерпенові спирти арнідіол та фарадіол, вітамін В₂ та інші речовини.

- Основні ефекти: жовчогінний, покращує обмін речовин, стимулює виділення травних соків.

Кишкові розлади (діарея та закреп) – порушення моторики та мікрофлори кишківника, що проявляється або прискореним рідким випорожненням (діарея), або його затримкою (закреп).

Лікарські рослини при діареї

❖ **Кора дуба звичайного (*Quercus robur*)**

Що містить: Дубильні речовини (таніни), галову кислоту.

- Основні ефекти: в'яжучий, протизапальний, протимікробний. Утворює захисну плівку на слизовій кишківника, зменшуючи подразнення.

Лікарські рослини при закрепах

❖ **Кора крушини (*Frangula alnus*)**

або **листя сени (*Cassia angustifolia*)**

Містить антраглікозиди (франгулін, сенозиди).

- Основні ефекти: проносний. Подразнює рецептори товстого кишківника, посилюючи його перистальтику (ефект настає через 8–12 годин).

Фітотерапія в дерматології та косметології

Запальні та інфекційні захворювання шкіри (акне, вугровий висип, піодермія) – запалення сальних залоз та волосяних фолікулів, часто спричинене бактеріями, що супроводжується появою прищів, гнійників та комедонів.

Лікарські рослини

❖ **Листя шавлії лікарської (*Salvia officinalis*)**

Листя шавлії містить ефірну олію (до 2,5 %), у складі якої пінен, цинеол, туйон, борнеол та інші терпенові сполуки, дубильні та смолисті речовини, алкалоїди, флавоноїди; хлорогенову, урсолову, олеанолову кислоти; уваол, парадіфенол; вітаміни Р та РР, гіркоти, фітонциди.

- Основні ефекти: антисептичний (природний антибіотик), в'яжучий, протизапальний. Зменшує вироблення шкірного сала (себорегуляція).

❖ **Трава череди трироздільної (*Bidens tripartita*)**

У траві череди містяться: ефірна олія, дубильні речовини, полісахариди, флавоноїди (глікозиди лютеоліну та бутину, аурон сульфуретин), кумарини

(умбеліферон, скополетин), гіркоти, слизові речовини, вітамін С, каротин, мікроелементи (залізо, алюміній, алюміній, елю, марга, елюмін).

- Основні ефекти: протиалергічний, підсушуючий, протизапальний та антисептичний. Дуже ефективна для ванночок і примочок.

Алергічні дерматози та екзема (атпічний дерматит, нейродерміт) – хронічні запальні захворювання шкіри, які супроводжуються сильним свербіжем, почервонінням, лущенням або мокнуттям.

Лікарські рослини

❖ Трава фіалки триколірної (*Viola tricolor*)

У надземній частині рослини міститься рутин (у листі до 0,13 %, у стеблах до 0,08 %, у коренях до 0,05 %), кверцетин, у квітках – антоціанові глікозиди – віоланін, 3-глікозид дельфінідину та 3-глікозид цеоні; у траві – ефірна олія (до 0,0085%), каротиноїди – β -каротин (до 40 мг%), віолаксантин, зеаксантин, ауроксантин, флавоксантин; вітамін С, сапоніни, танін, слизові полісахариди.

- Основні ефекти: протисвербіжний, протизапальний, десенсибілізуючий (знижує алергічну реакцію), покращує обмін речовин у шкірі.

❖ Кора калини звичайної (*Viburnum opulus*)

Кора калини містить суміш флавоноїдів, відому під назвою вібурніну, дубильні речовини, фітостерини, ефірну олію, спирт вібурніт, α -амірин і p -амірин та їхні похідні, понад 6 % смоли, до складу якої входять оцтова, мурашина, пальмітинова, валеріанова, ізовалеріанова, олеїнова, лінолева, капронова, каприлова і церотинова кислоти.

- Основні ефекти: заспокійливий, протизапальний, гемостатичний (зупиняє мікрокровотечі при розчісуваннях), зменшує проникність капілярів.

Передчасне старіння шкіри, зниження тонусу – вікові зміни шкіри: поява зморшок, втрата еластичності, сухість, дегідратація.

Лікарські рослини

❖ Трава хвоща польового (*Equisetum arvense*)

Трава хвоща містить до 25 % кремнієвої кислоти (як у вільному вигляді, так і у вигляді водорозчинних солей), флавоноїди еквізетрин, лютеолін-7-глюкозид, ізокверцитрин, лютеолін, кемпферол-7-диглікозид, кемпферол-3-глікозид, сапонін еквізетонін (близько 5 %), алкалоїди (сліди), дубильні, смолисті й гіркі речовини, ситостерол, диметилсульфон, органічні кислоти

(аконітова, щавлева, яблучна, лінолева), вітамін С (до 190 мг%) і каротин (до 4.7 мг%) крохмаль (бл.35 %).

- Основні ефекти: стимулює синтез колагену та еластину, зміцнює тканини шкіри, покращує регенерацію клітин, тонізує.

❖ **Квітки календули / Нагідки (*Calendula officinalis*)**

Містять каротиноїди (лікопін, каротин), флавоноїди, ефірну олію.

- Основні ефекти: антиоксидантний (захищає від вільних радикалів), стимулює оновлення клітин, пом'якшує шкіру, покращує колір обличчя.

Порушення пігментації – надлишкове відкладення пігменту меланіну в шкірі у вигляді плям під впливом ультрафіолету чи гормональних змін.

Лікарські рослини

❖ **Корінь петрушки кучерявої (*Petroselinum crispum*)**

У коренях міститься ефірна олія, цукор, вітамін С і трохи каротину.

- Основні ефекти: відбілюючий (пригнічує синтез меланіну), тонізуючий, знімає набряки під очима.

❖ **Листя мучниці звичайної / Медвежі вушка (*Arctostaphylos uva-ursi*)**

Листя мучниці містить: до 6 % арбутину, що розщеплюється при гідролізі на глюкозу і гідрохінон, метиларбутин, гідрохінон, урсолову, галову та еллагову кислоти, дубильні речовини (30–35 %). Протизапальна та антисептична дія обумовлена фенольними сполуками (арбутин, гідрохінон) та дубильними речовинами.

- Основні ефекти: арбутин є природним і безпечним відбілювачем шкіри, оскільки блокує фермент тирозиназу, який відповідає за утворення пігментних плям.

Зауваження: попри природне походження, лікарські рослини мають протипоказання.

Наприклад, сильні жовчогінні засоби (цмин, кульбаба) категорично заборонені при великих каменях у жовчному міхурі, оскільки можуть викликати коліку.

У дерматології рослини (особливо ромашка, череда) можуть викликати індивідуальну алергічну реакцію, тому перед першим застосуванням на шкірі завжди варто проводити алергопробу.

ЗАНЯТТЯ № 7

Фітотерапія ендокринних і обмінних захворювань.

Фітотерапія в офтальмології. Фітотерапія в стоматології.

Фітотерапія в педіатрії

Ціль заняття: Ознайомити студентів із сучасними принципами застосування лікарських рослин та фітопрепаратів при ендокринних і обмінних захворюваннях, у практиці офтальмології, стоматології та педіатрії; вивчити фармакологічні властивості лікарських рослин, механізми їх дії, показання та протипоказання до застосування, особливості використання фітотерапії у дітей та при захворюваннях різних органів і систем. Сформувати навички раціонального підбору рослинної сировини та фітокомпозицій для комплексної терапії й профілактики захворювань.

Фітотерапія ендокринних і обмінних захворювань

Ендокринні та обмінні захворювання супроводжуються порушенням гормонального балансу, вуглеводного, жирового та мінерального обміну. До найпоширеніших патологій належать: цукровий діабет, ожиріння, атеросклероз, захворювання щитоподібної залози, подагра.

Фітотерапія спрямована на нормалізацію обміну речовин, покращення функції ендокринних залоз, зменшення ускладнень, антиоксидантний та протизапальний ефекти.

Фітотерапія цукрового діабету

Цукровий діабет – хронічне захворювання, пов'язане з недостатністю інсуліну або зниженням чутливості тканин до нього, що супроводжується гіперглікемією.

Лікарські рослини при цукровому діабеті

❖ Квасоля звичайна (*Phaseolus vulgaris*)

Використовують стручки плодів. Містять **амінокислоти** (аргінін, лізин, триптофан, тирозин, лейцин), **флавоноїди** (кверцитурон, кемпферол), **органічні кислоти** (лимонна, яблучна, малонова), **мікро- та макроелементи** (кремній, мідь, кобальт, нікель), бетаїн, холін, вітаміни групи В та аскорбінову кислоту.

- Фармакологічна дія: гіпоглікемічна, сечогінна, покращення обміну речовин.

❖ **Чорниця звичайна** (*Vaccinium myrtillus*)

Використовують листки та плоди. Ягоди містять до 12 % дубильних речовин, миртилін (суміш монометиллових ефірів хлоридів дельфінідину та мальвідину), до 30 % цукру, до 7 % органічних кислот (головні з них – лимонна, яблучна, бурштинова, хінна, щавлева та молочна), вітаміни. У листі виявлені антоціани, дубильні речовини (до 20%), арбутин, гідрохінон, глікозид мертилін (не ідентичний з таким із плодів), глікозид неоміртилін, флавонові сполуки (кверцетин, ізокверцетин, мератин та ін.). Крім вище названих речовин, у листі міститься аскорбінова кислота, тритерпеновий спирт, цетриловий спирт, ефірна олія, смоляна, олеанолова, урсолова та хінна кислоти.

- Фармакологічна дія: знижує рівень глюкози, покращує мікроциркуляцію, захищає судини сітківки.

❖ **Галега лікарська** (*Galega officinalis*)

Галега лікарська є **отруйною рослиною**, тому її застосування потребує суворого дозування та обов'язкової консультації з лікарем. Категорично не рекомендується займатися самолікуванням, особливо вагітним та людям із хронічними захворюваннями.

У складі галеги лікарської містяться алкалоїди – пеганін, галегін, лютеолін, сапоніни, азотовмісні компоненти, гіркоти, дубильні речовини, галутеолін, вуглеводи, аскорбінова кислота, кверцетин, рутин, флавоноїди, каротин, фенолкарбонові кислоти.

- Фармакологічна дія: гіпоглікемічна, стимуляція утворення глікогену, покращення функції підшлункової залози.

❖ **Топінамбур** (*Helianthus tuberosus*)

Сировина бульби топінамбура (*Helianthi tuberosi tubera*) містить полісахариди (целюлозу, пектинові речовини, інουλін, фруктозу), вітаміни (аскорбінову кислоту, тіамін, каротин), азотвмісні сполуки (білки, амінокислоти: лізин, аргінін, гістидин, треонін, триптофан), фенольні сполуки (кавову, хлорогенову, неохлорогенову кислоти), макро- (Fe, P) та мікроелементи.

- Фармакологічна дія: нормалізує вуглеводний обмін, покращує мікрофлору кишечника, сприяє зниженню рівня глюкози.

Фітотерапія ожиріння

Основні напрямки лікування – зниження апетиту; стимуляція обміну речовин; покращення ліпідного обміну; сечогінний та жовчогінний ефекти.

Лікарські рослини для лікування ожиріння

❖ Ламінарія (*Laminaria digitata*)

Містить макро- та мікроелементи (йод, бром, залізо, калій, натрій, кальцій, магній та фосфор), альгірати та альгінову кислоту, складні вуглеводи (ламінарин, маніт та фукоїдани), вітаміни (групи В, А, С, D, Е, К та РР), амінокислоти та жирні кислоти, пігменти (фукоксантин та каротиноїди).

- Фармакологічна дія: стимулює функцію щитоподібної залози; покращує метаболізм.

❖ Кукурудза звичайна (*Zea mays*)

Використовують кукурудзяні рильця. У приймочках кукурудзи знайдено жирну олію, гіркі глікозидні речовини, сапоніни, криптоксантин, аскорбінова та пантотенова кислоти, вітамін К, інозит, ситостерол, стигма. У насінні кукурудзи містяться крохмаль, пентозани, вітаміни В₁, В₂, В₆, біотин, нікотинова та пантотенова кислоти, кверцетин, ізокверцитрин.

- Фармакологічна дія: жовчогінна, сечогінна, зниження холестерину.

Фітотерапія захворювань щитоподібної залози

❖ Перстач білий, лапчатка біла (*Potentilla alba*)

Містить флавоноїди (кверцетин, рутин, кемпферол), сапоніни, таніни, фенолкарбонові кислоти (еллагова, галова), глікозиди. У складі перстачу є елементарний йод і аніон йодистої кислоти, а також і інші макро- та мікроелементи – цинк, селен, залізо, мідь, магній.

- Фармакологічна дія: нормалізація функції щитоподібної залози, протизапальна дія.

❖ Собача кропива (*Leonurus quinquelobatus*)

У медицині застосовується надземна частина рослини. Вона містить алкалоїд стахидрин, сапоніни, флавоноїди (кверцетин, рутин, квінквелозид, космосіїн, гіперозид, кверцитрин, 7-глікозид кверцетину), ефірну олію, дитерпеноїди, стероїдні глікозиди, глікозид кавової кислоти, речовини, вітамін С, каротин тощо.

- Фармакологічна дія: при базедовій хворобі (дифузному токсичному зобі) як допоміжний засіб для полегшення симптомів з боку нервової та серцево-судинної систем.

Фітотерапія в офтальмології

Лікарські рослини в офтальмології використовують при кон'юнктивітах, блефаритах, синдромі «сухого ока», запальних захворюваннях повік, перевтомі очей.

Лікарські рослини в офтальмології

❖ Ромашка лікарська (*Matricaria chamomilla*)

Містить хамазулен; флавоноїди; ефірну олію.

- Фармакологічна дія: *протизапальна, антисептична, заспокійлива*.
- Використання: промивання очей; компреси при кон'юнктивітах.

❖ Нагідки лікарські (*Calendula officinalis*)

- Фармакологічна дія: бактерицидна, ранозагоювальна, протизапальна.
- Застосування: примочки; офтальмологічні збори.

❖ Чорниця звичайна (*Vaccinium myrtillus*)

Плоди містять антоціани.

- Фармакологічна дія: покращення кровообігу сітківки, підвищення гостроти зору, антиоксидантний ефект.

❖ Очанка лікарська (*Euphrasia officinalis*)

Очанка лікарська містить ефірні олії, жирні олії, гіркі речовини, смоли, синій барвник, галогеніни, сапоніни, вітамін С. Також очанка містить каротин, мікроелементи — марганець, кремній, мідь, цинк, магній, залізо, нікель, срібло й глікозид аукубин.

- Традиційно застосовується при подразненні очей; сльозотечі; запаленні повік. Має в'язучу, протизапальну, антисептичну дію.

❖ Алое деревоподібне (*Aloe arborescens*)

Листя алое містить антраглікозиди – алоїн, алоеемодин, алоезин, натоїн, гомонаталоїн, рабарберон; смолисті речовини та сліди ефірних олій.

- Сік цієї рослини застосовують у разі короткозорості, запалення краю повік, кон'юнктивіту, кератиту, катаракти, первинної глаукоми.

Фітотерапія в стоматології

Фітотерапія широко застосовується у стоматології завдяки вираженим антисептичним, протизапальним, кровоспинним, болезаспокійливим властивостям лікарських рослин. Рослинні препарати використовують при стоматитах, гінгівітах, пародонтитах, кровоточивості ясен, запальних процесах слизової оболонки ротової порожнини.

Лікарські рослини в стоматології

❖ Шавлія лікарська (*Salvia officinalis*)

Містить ефірну олію, дубильні речовини, флавоноїди.

- Фармакологічна дія: антисептична, протизапальна, в'яжуча.
- Застосування: полоскання при стоматитах і гінгівітах.

❖ Кора дуба (*Quercus robur*)

Містить велику кількість дубильних речовин.

- Використовується при кровоточивості ясен, пародонтитах.

❖ Звіробій звичайний (*Hypericum perforatum*)

Надземна частина Звіробію звичайного містить дубильні речовини, флавоноловий глікозид та гіперозид, ефірну олію, каротин, вітамін С, антраценпохідні сполуки – гіперицини та похідне флороглюцинолу – гіперфорин.

- Фармакологічна дія: антимікробна, ранозагоювальна, протизапальна.

❖ Ромашка лікарська (*Matricaria chamomilla*)

- Використовується при стоматитах, виразках слизової оболонки, подразненні ясен.

Фітотерапія в педіатрії

Організм дитини має підвищену чутливість до біологічно активних речовин; незрілі ферментативні системи; високу схильність до алергічних реакцій. Тому фітотерапія у педіатрії потребує точного дозування; обережного підбору рослин; врахування віку дитини.

Основні принципи фітотерапії у дітей:

1. Поступове введення фітопрепаратів.
2. Використання малотоксичних рослин.
3. Уникнення сильнодіючих та отруйних рослин.
4. Контроль можливих алергічних реакцій.
5. Використання переважно водних витяжок.

Лікарські рослини в педіатрії

❖ Ромашка лікарська (*Matricaria chamomilla*)

- Застосовується при кишкових коліках, застудних захворюваннях стоматитах, подразненнях шкіри.
- Фармакологічна дія: протизапальна, спазмолітична, седативна.

❖ **Фенхель звичайний** (*Foeniculum vulgare*)

З медичною метою використовують плоди. Вони містяться: ефірне масло (до 6,5 %), що містить 60 % анетолу, фенхон, пінен, камфен, метилхавикол, фелландрен та інші терпени; жирне масло (до 18 %), у складі якого петроселінова, олеїнова, лінолева, пальмітинова кислоти.

- Фармакологічна дія: вітрогінна; спазмолітична; покращення травлення.
- Використовується при метеоризмі у дітей.

❖ **Липа серцелиста** (*Tilia cordata*)

Квітки містять флавоноїди (1 %): акацетин-7-глюкозид (тіліанін), кемпферол, тілірозид, кверцетин, гербогастрин, рутинозид кверцетину, афцелін, кемпферитрин; тритерпеноїд тараксерол, вітамін С, фенолкарбонові кислоти, проантоціанідини (1,05 %), ефірну олію 0,04 %, фарнезол, вуглеводні, 2-феніл-етанол, монотерпеноїди.

- Фармакологічна дія: потогінна, жарознижувальна, протизапальна.
- Застосовується при ГРВІ, гарячці, кашлі.

❖ **Череди трироздільна** (*Bidens tripartita*)

У траві череди містяться: ефірна олія, дубильні речовини, полісахариди, флавоноїди (глікозиди лютеоліну та бутину, аурон сульфуретин), кумарини (умбеліферон, скополетин), гіркоти, слизові речовини, вітамін С, каротин, мікроелементи (залізо, алюміній, алюміній, елю, марга, елюмін).

- Використовується зовнішньо при діатезі; дерматитах; подразненнях шкіри.
- Має протизапальну, підсушувальну, протиалергічну дію.

Запитання для самоконтроля:

1. Дайте визначення поняттю «фітотерапія ендокринних та обмінних захворювань».
2. Які основні принципи застосування лікарських рослин при ендокринних порушеннях?
3. Назвіть лікарські рослини, що застосовуються при цукровому діабеті.
4. Які біологічно активні речовини рослин мають гіпоглікемічну дію?
5. Охарактеризуйте застосування чорниці звичайної при цукровому діабеті.
6. Які лікарські рослини використовують при ожирінні та порушеннях ліпідного обміну?
7. Назвіть рослини, що впливають на функцію щитоподібної залози.
8. Які фітозасоби застосовують при гіпотиреозі та гіпертиреозі?
9. Які особливості застосування фітотерапії при подагрі?

10. Назвіть лікарські рослини з сечогінною та метаболічною дією.
11. Які протипоказання до застосування лікарських рослин при ендокринних захворюваннях?
12. Дайте визначення поняттю «фітотерапія в офтальмології».
13. Які лікарські рослини застосовують при запальних захворюваннях очей?
14. Охарактеризуйте використання ромашки лікарської та календули в офтальмології.
15. Які фітопрепарати використовують при кон'юнктивітах?
16. Назвіть лікарські рослини з антисептичною та протизапальною дією для лікування очних захворювань.
17. Які правила приготування настоїв та відварів для промивання очей?
18. Які ускладнення можуть виникати при неправильному застосуванні рослинних засобів в офтальмології?
19. Дайте визначення поняттю «фітотерапія в стоматології».
20. Які лікарські рослини використовують при захворюваннях ротової порожнини?
21. Назвіть рослини з антисептичною, кровоспинною та протизапальною дією у стоматології.
22. Які фітозасоби застосовують при стоматитах та гінгівітах?
23. Охарактеризуйте застосування шавлії лікарської у стоматологічній практиці.
24. Які рослини використовують для зміцнення ясен?
25. Які лікарські форми найчастіше застосовують у стоматологічній фітотерапії?
26. Дайте визначення поняттю «фітотерапія в педіатрії».
27. Які особливості застосування лікарських рослин у дитячому віці?
28. Назвіть лікарські рослини, дозволені для застосування у дітей раннього віку.
29. Які рослини використовують при застудних захворюваннях у дітей?
30. Які фітозасоби застосовують при порушеннях травлення у дітей?
31. Назвіть лікарські рослини із заспокійливою дією, дозволені в педіатрії.
32. Які протипоказання та обмеження існують щодо застосування лікарських рослин у дітей?
33. Які можливі побічні ефекти фітотерапії у педіатричній практиці?
34. Які вимоги до дозування лікарських рослин у дитячому віці?
35. Яке значення має фітотерапія у комплексному лікуванні дітей?

ЗАНЯТТЯ № 8

Лікарські рослини і лікарська рослинна сировина, які впливають на імунітет, алергійні захворювання та онкології. Фітотерапія в акушерстві і гінекології

Ціль заняття: ознайомити студентів із лікарськими рослинами та лікарською рослинною сировиною, що застосовуються для корекції імунних порушень, лікування алергійних та онкологічних захворювань, а також у практиці акушерства і гінекології; вивчити їх хімічний склад, фармакологічні властивості, механізми дії, показання та протипоказання до застосування. Сформувати практичні навички раціонального використання фітотерапевтичних засобів у комплексному лікуванні та профілактиці захворювань.

Лікарські рослини, що впливають на імунітет

Імунна система забезпечує захист організму від бактерій, вірусів, грибків, токсинів, пухлинних клітин. При зниженні імунітету підвищується ризик інфекційних та хронічних захворювань. Рослини-імуномодулятори стимулюють неспецифічну резистентність організму, активують фагоцитоз та синтез інтерферону.

❖ Ехінацея пурпурова (*Echinacea purpurea*)

Основними діючими речовинами ехінацеї є фенольні сполуки (цикорієва, ферулова, кумарова, кафтарова, кавова, хлорогенова, неохлорогенова кислоти, цинарин, ехінакозид), вуглеводи (інулін, фруктани, арабінорамногалактани, гетероксилани) й алкіламіди. Хімічний склад ехінацеї представлений також флавоноїдами (рутин, кверцетин, кверцетин-7-галактозид, кверцетин-3-арабінозид, кверцетин-3-галактозид, кверцетин-3-ксилозид, апігенін, лютеолін, лютеолін-7-глюкозид, кемпферол, кемпферол-3-рутинозид, ізорамнетин, ізорамнетин-3-рутинозид); дубильними речовинами, сапонінами; жирна олія містить тригліцериди капринової, міристинової, пальмітинової, стеаринової, лінолевої, ліноленової, гондоїнової кислот; амінокислотами, серед яких є незамінні; бетаїном, ефірною олією (0,04–0,73 %), макро- та мікроелементами (Se, Co, Ag, Mo, Zn, Mg, K, Na, Fe та ін.).

- Фармакологічна дія: імуностимулювальна, противірусна, протизапальна, антибактеріальна.
- Використовується при ГРВІ, хронічних інфекціях, зниженні імунітету, тривалому застосуванні антибіотиків.

❖ **Женьшень звичайний** (*Panax ginseng*)

Коріння женьшеню містить тритерпенові глікозиди (панаксозиди А, В, С, D, Е, F, панаквілон, панаксин), сапоніни (20–35 %), ефірна олія панацен (0,05 %), жирна олія, цукор, полісахариди, фітоестрогени, ферменти, вітаміни групи даукостерин, мікроелементи (солі марганцю, заліза) та інші речовини.

- Фармакологічна дія: адаптогенна, тонізуюча, стимулює імунну систему, підвищує працездатність.

❖ **Елеутерокок колючий** (*Eleutherococcus senticosus*)

У коренях і кореневищах виявлено сім глікозидів, названих елеутерозиди А, В, В-1, С, D, Е, F. Виділено п'ять елеутерозидів, що належать до лігнанових глікозидів. Також, корені містять пектинові речовини, смоли, камеді, антоціани і 0,8 % ефірної олії.

- Фармакологічна дія: адаптогенна; загальнозміцнювальна; імуно-стимулювальна.
- Застосовується при астенії, хронічній втомі, імунодефіцитних станах.

❖ **Шипшина травнева** (*Rosa majalis*)

Плоди шипшини багаті на вітаміни. М'якуш плодів може, у перерахунку на суху вагу, містити до 5,5 % вітаміну С (фармакопея вимагає лише 1 % для цільних плодів та 1,8% для очищених). Крім того, містять каротин (провітамін А) – 12–18 мг%, вітамін Е – 170 мг%, вітамін В2 – 0,03 мг%, вітамін К – 40 біологічних одиниць на 1 кг сухих плодів. У плодах є також флавоноїди, близько 18 % цукру, 4,5 % дубильних речовин, лимонна кислота та пектинові речовини.

- Фармакологічна дія: антиоксидантна, імуномодулювальна, загально-зміцнювальна.

Фітотерапія алергійних захворювань

Алергічні захворювання виникають унаслідок надмірної реакції імунної системи на алергени. Найпоширенішими є алергічний риніт, бронхіальна астма, кропив'янка, atopічний дерматит.

Фітотерапія спрямована на зменшення запалення, стабілізацію мембран опасистих клітин; зниження свербіжу; детоксикацію організму.

❖ **Черета трироздільна** (*Bidens tripartita*)

- Фармакологічна дія: протиалергічна, протизапальна, антибактеріальна.
- Застосовується при діатезі, atopічному дерматиті, шкірних висипаннях.

❖ **Кропива дводомна (*Urtica dioica*)**

- Фармакологічна дія: антигістамінна, протизапальна, кровоочисна.

Солодка гола (*Glycyrrhiza glabra*)

- Основні властивості: протизапальна, антиалергічна, відхаркувальна.
- Містить гліциризинову кислоту, яка має кортикостероїдоподібну дію.

Ромашка лікарська (*Matricaria chamomilla*)

- Фармакологічна дія: протизапальна, седативна, антиалергічна.

Лікарські рослини в онкології

Фітотерапія в онкології використовується:

1. як допоміжний метод лікування;
2. для зменшення побічних ефектів хіміотерапії;
3. підвищення імунітету;
4. покращення загального стану хворих.

Важливо пам'ятати, що лікарські рослини не замінюють специфічного протипухлинного лікування.

❖ **Чага (*Inonotus obliquus*)**

- Містить полісахариди, органічні кислоти, меланін, мікроелементи.
- Фармакологічна дія: імуномодулювальна, антиоксидантна, загальнозміцнювальна.

❖ **Нагідки лікарські (*Calendula officinalis*)**

- Фармакологічна дія: протизапальна, ранозагоювальна, антиоксидантна.
- Використовуються для зменшення запальних процесів та покращення регенерації тканин.

❖ **Розторопша плямиста (*Silybum marianum*)**

У плодах розторопші плямистої містяться флавоноїди флавонолігнани (силібін, силікрістін, силідіанін і т.д.), біогенні аміни (тирамін, гістамін), жирна олія (до 32 %), ефірна олія (0,08 %), слиз, органічні кислоти, речовин білка, вітамін К.

- Фармакологічна дія: гепатопротекторна, антиоксидантна, детоксикаційна.
- Застосовується для захисту печінки при хіміотерапії.

❖ **Барвінок малий** (*Vinca minor*)

Містить понад 20 речовин алкалоїдного ряду, наближених за своєю структурою до резерпіну: вінкамін, ізовінкамін, вінкамінорин та інші, а також флавоноїди, гіркоти, каротин, аскорбінову, мурашину та бурштинову кислоти, мінеральні солі.

Містить алкалоїди, які стали основою для створення деяких протипухлинних препаратів.

Фітотерапія в акушерстві і гінекології

Лікарські рослини широко застосовують у гінекології завдяки протизапальній, кровоспинній, спазмолітичній, седативній дії.

Фітотерапію використовують при порушеннях менструального циклу; запальних захворюваннях; клімактеричних розладах; токсикозах вагітних.

Лікарські рослини в гінекології

❖ **Борова матка** (*Orthilia secunda*)

Містить винну та лимонну кислоти, гідрохінон, вітамін С, арбутин, сапоніни, дубильні речовини.

- Фармакологічна дія: протизапальна, антисептична, сечогінна.
- Застосовується при запальних процесах, порушеннях менструального циклу, безплідді.

❖ **Кропива дводомна** (*Urtica dioica*)

- Фармакологічна дія: кровоспинна, протизапальна, вітамінізуюча.
- Застосовується при маткових кровотечах, анемії.

❖ **Ромашка лікарська** (*Matricaria chamomilla*)

- Використовується у вигляді ванночок, спринцювань, настоїв.
- Має протизапальну, антисептичну, спазмолітичну дію.

❖ **Собача кропива** (*Leonurus cardiaca*)

- Фармакологічна дія: седативна; спазмолітична; гіпотензивна.
- Застосовується при неврозах, клімактеричному синдромі, підвищеній нервовій збудливості.

Фітотерапія під час вагітності

Під час вагітності дозволено лише обмежене застосування лікарських рослин, оскільки деякі з них можуть:

1. підвищувати тонус матки;
2. викликати алергічні реакції;
3. негативно впливати на плід.

Відносно безпечними вважаються:

1. ромашка лікарська;
2. липа серцелиста;
3. шипшина;
4. меліса лікарська.

Протипоказані:

1. полин гіркий;
2. алое;
3. материнка;
4. пижмо.

Запитання для самоконтроля:

1. Дайте визначення поняттю «імуномодуюча дія лікарських рослин».
2. Які основні групи лікарських рослин впливають на імунну систему?
3. Назвіть лікарські рослини з імуностимулюючою дією.
4. Охарактеризуйте застосування ехінацеї пурпурової для підвищення імунітету.
5. Які біологічно активні речовини забезпечують імуномодуючу дію рослин?
6. Назвіть лікарську рослинну сировину, яку використовують при вірусних інфекціях.
7. Які лікарські рослини застосовують при алергійних захворюваннях?
8. Які фітопрепарати мають антигістамінну та протизапальну дію?
9. Охарактеризуйте застосування череди трироздільної при алергічних дерматозах.
10. Які лікарські рослини використовують при бронхіальній астмі?
11. Які протипоказання існують до застосування імуностимулюючих рослин?
12. Дайте визначення поняттю «фітотерапія в онкології».
13. Які принципи застосування лікарських рослин у комплексній терапії онкологічних захворювань?
14. Назвіть лікарські рослини з цитостатичною та антиоксидантною дією.
15. Які рослини використовують для зменшення інтоксикації у онкологічних хворих?
16. Охарактеризуйте застосування чистотілу звичайного в онкологічній практиці.
17. Які лікарські рослини застосовують для покращення апетиту та

загального стану онкологічних пацієнтів?

18. Які можливі ускладнення та ризики фітотерапії при онкологічних захворюваннях?
19. Які рослини належать до отруйних і потребують особливої обережності при застосуванні?
20. Дайте визначення поняттю «фітотерапія в акушерстві та гінекології».
21. Які особливості застосування лікарських рослин у вагітних жінок?
22. Назвіть лікарські рослини, що застосовують при порушеннях менструального циклу.
23. Які рослини використовують при запальних захворюваннях жіночих статевих органів?
24. Охарактеризуйте застосування ромашки лікарської та календули в гінекології.
25. Які лікарські рослини мають кровоспинну дію?
26. Які фітозасоби застосовують при клімактеричних розладах?
27. Назвіть рослини з седативною дією, що використовуються в гінекологічній практиці.
28. Які лікарські рослини стимулюють лактацію?
29. Які рослини протипоказані під час вагітності?
30. Які лікарські форми найчастіше використовують у фітотерапії гінекологічних захворювань?
31. Які принципи дозування лікарських рослин у акушерстві та гінекології?
32. Яке значення має фітотерапія у комплексному лікуванні гінекологічних захворювань?

НЕСУМІСНІСТЬ ЛІКАРСЬКИХ РОСЛИН З ЛІКАРСЬКИМИ ПРЕПАРАТАМИ

Лікарська рослина	Несумісна з	Можливі наслідки взаємодії
Звіробій звичайний (<i>Hypericum perforatum</i>)	Антидепресанти, гормональні контрацептиви, антикоагулянти	Зниження ефективності препаратів, ризик побічних реакцій
Валеріана лікарська (<i>Valeriana officinalis</i>)	Седативні та снодійні засоби	Надмірне пригнічення ЦНС, сонливість
Женьшень звичайний (<i>Panax ginseng</i>)	Кофеїн, стимулятори, гіпотензивні препарати	Підвищення артеріального тиску, тахікардія
Солодка гола (<i>Glycyrrhiza glabra</i>)	Діуретики, серцеві глікозиди	Втрата калію, ризик аритмій
Ромашка лікарська (<i>Matricaria chamomilla</i>)	Антикоагулянти	Підвищення ризику кровотеч
Гінкго дволопатеве (<i>Ginkgo biloba</i>)	Антикоагулянти, аспірин	Посилення кровоточивості
Крушина ламка (<i>Frangula alnus</i>)	Послаблювальні препарати	Надмірний послаблювальний ефект, дегідратація
Алое деревовидне (<i>Aloe arborescens</i>)	Серцеві глікозиди, діуретики	Порушення електролітного балансу
М'ята перцева (<i>Mentha piperita</i>)	Антациди, препарати заліза	Зниження всмоктування деяких препаратів
Елеутерокок колючий (<i>Eleutherococcus senticosus</i>)	Стимулятори ЦНС	Перезбудження, безсоння
Наперстянка пурпурова (<i>Digitalis purpurea</i>)	Сечогінні засоби, проносні	Посилення токсичності серцевих глікозидів
Полин гіркий (<i>Artemisia absinthium</i>)	Протисудомні препарати	Підвищення ризику судом
Часник посівний (<i>Allium sativum</i>)	Антикоагулянти	Підвищення ризику кровотеч
Конюшина лучна (<i>Trifolium pratense</i>)	Гормональні препарати	Можливі гормональні порушення

Меліса лікарська (<i>Melissa officinalis</i>)	Седативні препарати	Посилення пригнічення нервової системи
Пижмо звичайне (<i>Tanacetum vulgare</i>)	Гепатотоксичні препарати	Посилення токсичного впливу на печінку
Чистотіл звичайний (<i>Chelidonium majus</i>)	Гепатотоксичні лікарські засоби	Підвищення ризику ураження печінки
Кропива дводомна (<i>Urtica dioica</i>)	Антигіпертензивні та цукрознижувальні препарати	Посилення дії препаратів
Сенна (<i>Senna alexandrina</i>)	Діуретики, кортикостероїди	Втрата калію, м'язова слабкість
Арніка гірська (<i>Arnica montana</i>)	Антикоагулянти	Підвищення ризику кровотеч

ГРУПИ ЛІКАРСЬКИХ РОСЛИН ЗА ЇХ ВПЛИВОМ НА ОРГАНИ ТА СИСТЕМИ ОРГАНІЗМУ

Лікарські рослини, що переважно впливають на нервову систему

Тонізуюча та стимулююча дія	Седативна та знеболювальна дія
Женьшень звичайний	Валеріана лікарська
Аралія маньчжурська	Пустирник серцевий
Елеутерокок колючий	Материнка звичайна
Лимонник китайський	Хміль звичайний
Родіола рожева	Півонія незвичайна
Левзея сафлоровидна	Синюха блакитна
Полин гіркий	Дягель лікарський

Лікарські рослини, які застосовують при захворюваннях органів дихання

Рослина	Основні властивості
Алтей лікарський	Відхаркувальна, пом'якшувальна дія
Мати-й-мачуха звичайна	Протизапальна, відхаркувальна дія
Чебрець повзучий	Антисептична, бронхолітична дія
Оман високий	Відхаркувальна дія
Солодка гола	Пом'якшувальна, протикашльова дія
Береза повисла	Протизапальна дія
Фіалка триколірна	Відхаркувальна дія
Первоцвіт весняний	Муколітична дія
Сосна звичайна	Антисептична дія

**Лікарські рослини, що застосовуються
при серцево-судинних захворюваннях**
Рослини, які містять серцеві глікозиди

Горицвіт весняний	Наперстянка пурпурова
Конвалія травнева	Жовтушник сірий

Рослини з гіпотензивною, спазмолітичною та антиаритмічною дією

Глід криваво-червоний	Чорноплідна горобина
М'ята перцева	Пустирник серцевий
Барвінок малий	Морква посівна
Астрагал шерстистоквітковий	

**Лікарські рослини, що застосовують
при захворюваннях органів травлення**

Подорожник великий	Щавель кінський
Ромашка лікарська	Кровохлебка лікарська
Деревій звичайний	Коріандр посівний
Звіробій звичайний	Валеріана лікарська
Одуванчик лікарський	Фенхель звичайний
Полин гіркий	Кріп пахучий
Крушина ламка	Тмин звичайний
Жостір проносний	Аір болотний
Дуб звичайний	Золототисячник малий

**Лікарські рослини, що застосовують
при захворюваннях печінки та жовчовивідних шляхів**

Розторопша плямиста	Пижмо звичайне
Безсмертник піщаний	Календула лікарська
Чистотіл великий	Кукурудза звичайна (приймочки зі стовпчиками)
Шипшина корична	Барбарис звичайний
Одуванчик лікарський	Часник посівний
Берега повисла	

**Лікарські рослини
з протипаразитарними властивостями**

Гарбуз звичайний	Гранат звичайний
Папороть чоловіча	

**Лікарські рослини, що застосовують
при захворюваннях сечовидільної системи**

Толокнянка звичайна
Брусниця звичайна
Хвощ польовий
Ялівець звичайний
Петрушка кучерява

Волошка синя
Липа серцелиста
Бузина чорна
Малина звичайна
Лопух великий

**Лікарські рослини,
що впливають на обмін речовин**

Алое деревоподібне
Календула лікарська
Шавлія лікарська
Смородина чорна
Суниця лісова
Чорниця звичайна
Шипшина корична

Глід криваво-червоний
Льон посівний
Цибуля ріпчаста Ч
асник посівний
Виноград культурний
Абрикос звичайний

**Лікарські рослини,
що впливають на скорочення матки та згортання крові**

Горець перцевий
Грицики звичайні
Кропива дводомна
Калина звичайна
Деревій звичайний

Кровохлебка лікарська
Бадан товстолистий
Арніка гірська
Каштан кінський звичайний

ЛІТЕРАТУРА

1. Бобкова І. А., Варлахова Л. В. Фармакогнозія: підручник. К.: Медицина. 2018. 496 с.
2. Ходаківська В. П., Бобкова І. А., Варлахова Л. В. Фармакогнозія: навчально-методичний посібник. К.: Медицина, 2018. 192 с.
3. Сучасна фітотерапія : навч. посіб. / С. В. Гарна, І. М. Владимірова, Н. Б. Бурд. Харків : Друкарня Мадрид, 2016. 580 с.
4. Державна Фармакопея України: в 3 т. / Державне підприємство “Український науковий фармакопейний центр якості лікарських засобів”. 2-е вид. Харків: Державне підприємство “Український науковий фармакопейний центр якості лікарських засобів”, 2014. Т. 3. 732 с.
5. В. Кривенко, М. Колесник, В. Корнієвська. Фітотерапія у гастроентерології: підручник. К.: Медицина. 2021. 418 с.
6. Фітотерапія в кардіології: навч. посібник / Ю. І. Корнієвський, О. В. Крайдашенко, М. П. Красько, Н. Ю. Богуславська, В. Г. Корнієвська. Запоріжжя : Вид-во ЗДМУ, 2017. 470 с.
7. Фітотерапія та ароматерапія : метод. вказ. до проведення практ. занять для магістрів 1-го курсу IV мед. фак-ту / упоряд. А. Г. Істомін, О. Л. Сивенко, О. В. Резуненко та ін. – Харків : ХНМУ, 2020. – 24 с.

Навчальне видання

ФІТОТЕРАПІЯ

ЕЛЕКТРОННІ МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ

до проведення практичних занять
для студентів другого (магістерського) рівня вищої освіти

Електронне практичне видання

Укладачі:

Радаєва Ірина Миколаївна
Устянська Ольга Володимирівна

В авторській редакції

Затв. авт. 10.07.2026. Шрифт Times New Roman.
Системні вимоги: операційна система сумісна з програмним забезпеченням
для читання файлів формату PDF.
Обсяг 1,3 МБ. Зам. № 3201.

Видавець:

Одеський національний університет імені І. І. Мечникова
вул. Змієнка Всеволода, буд. 2, м. Одеса, 65001, Україна
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 8592 від 23.03.2026 р.
Тел.: (048) 723 28 39, e-mail: druk@onu.edu.ua