

**ДНІПРОВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ МЕДИЧНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ**

Кафедра _____

Кваліфікаційна робота

на здобуття ступеня вищої освіти «магістр»

**на тему: «Сучасний стан і перспективи використання лікарських рослин, що
впливають на сечостатеву систему»**

Виконала: студентка заочної форми навчання

спеціальності 226 «Фармація, промислова фармація»

Тахрі Іслам

Керівник: Курт-Аметова Ганна Сергіївна

Рецензент: ПІБ _____

Рекомендовано до захисту:

протокол засідання кафедри

№ ____ від _____ 2025 р.

Завідувач кафедри

_____ ПІБ

Захищено на засіданні ЕК № ____

протокол № __ від «__» _____ 2025 р.

Оцінка _____ / _____ / _____

(за національною шкалою/ за шкалою

ECTS/ бал)

Голова ЕК _____

Дніпро – 2025

ВСТУП

РОЗДІЛ 1 Аналіз наукової літератури

- 1.1 Фітотерапія, як метод лікування захворювань сечостатевої системи.
- 1.2 Якість готових лікарських засобів рослинного походження
- 1.3 Клініко-фармакологічні особливості сучасних фітозасобів
- 1.4 Доцільність застосовування фітотерапії
- 1.5 Роль нирок у життєдіяльності організму. Лікарські трави для профілактики хвороб сечостатевої системи
- 1.6 Трав'яні чаї для сечостатевої системи: користь та переваги
- 1.7 Дія трав, що входять до складу фіточаїв для сечостатевої системи
- 1.8 Фітопрепарати при лікуванні сечокам'яної хвороби: питання профілактики, їх механізм дії
- 1.9 Основні принципи фітонірингу

РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕНЬ ТА ЇХ АНАЛІЗ

ВИСНОВКИ

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

SUMMARY

ВСТУП

Актуальність теми

Використання лікарських рослин у лікуванні захворювань сечостатевої системи залишається надзвичайно актуальним як в Україні, так і в усьому світі. Причини цього полягають у кількох важливих аспектах:

1. Зростання захворюваності. Захворювання сечостатевої системи (цистит, простатит, нефрит, сечокам'яна хвороба тощо) є поширеними як серед чоловіків, так і серед жінок, включаючи молодь та літніх людей. Зміни способу життя, стрес, зниження імунітету та забруднення довкілля лише посилюють ці тенденції.
2. Проблема антибіотикорезистентності. Надмірне використання синтетичних антибіотиків призвело до стійкості багатьох патогенних мікроорганізмів. У цьому контексті фітотерапія, тобто лікування лікарськими рослинами, виступає як альтернатива або доповнення до традиційної медицини.

Мета дослідження

Фармакологічний аналіз літератури та інтернет ресурсів використання лікарських рослин, що впливають на сечостатеву систему.

Завдання дослідження

Дослідження використання лікарських рослин, що впливають на сечостатеву систему методом аналізу наукової літератури.

Методи дослідження

При написанні роботи використовувався метод аналізу літературних джерел – вивчення сучасних наукових публікацій, статей та нормативних

документів щодо протизапальної активності лікарських рослин, а також експериментальний метод.

Новизна та значення одержаних результатів

Рослинні препарати часто мають не одну, а декілька корисних властивостей — сечогінну, протизапальну, антисептичну, спазмолітичну, що особливо важливо при лікуванні захворювань сечовивідних шляхів. Багато лікарських рослин росте на території України (ромашка, ведмежі вушка, мучниця, хвощ польовий, звіробій, календула, ортосифон), що робить їх доступними для населення та потенційно вигідними для фармацевтичної промисловості. Сучасна фітотерапія активно розвивається, з'являються нові методи екстракції, стандартизації та контролю якості рослинної сировини. Поєднання традиційних знань з інноваційними підходами відкриває широкі можливості для створення ефективних фітопрепаратів. Все більше пацієнтів прагнуть до м'яких, природних методів лікування з мінімумом побічних ефектів, що підвищує інтерес до лікарських рослин у медицині, фармації та профілактиці.

Магістерська робота, викладена на 43 сторінках машинописного тексту, складається зі вступу, аналізу наукової літератури, розділів власних досліджень, аналізу та узагальнення результатів дослідження, висновків та списку використаних джерел, що містить 30 роботи (з них 10 латиницею та 20 кирилицею). Роботу проілюстровано 3 таблицями, 5 рисунками.

1. АНАЛІЗ НАУКОВОЇ ЛІТЕРАТУРИ

Фітотерапія — це метод лікування і профілактики захворювань за допомогою лікарських рослин та препаратів на їх основі. Вона є частиною традиційної медицини та поєднує досвід народного лікування з сучасними науковими підходами. Багато сучасних ліків, зокрема аспірин, мають рослинне походження. Фітотерапія популярна завдяки м'якому, фізіологічному впливу на організм, широкому терапевтичному спектру дії, незначній токсичності та можливості довготривалого застосування, зокрема при хронічних захворюваннях.

Фітопрепарати часто використовують у педіатрії, геронтології та клінічній практиці. Проте важливо дотримуватись дозувань — навіть незначне передозування може викликати побічні ефекти. Застосування лікарських форм (чаї, настої, відвари, компреси тощо) потребує точності, особливо в домашніх умовах. Також важливо розрізняти ліки і БАДи, адже БАДи не є альтернативою повноцінному лікуванню.

Фітозасоби постійно вдосконалюються: зростає рівень стандартизації, розширюється асортимент форм випуску, а досвід фітофармації поглиблює ефективність та безпечність цих препаратів.

Якість фітозасобів

Найважливішим фактором якості рослинних лікарських засобів є якість лікарської рослинної сировини (ЛРС). Стандартизація ЛРС — це визначення кількості активної речовини, що забезпечує терапевтичний ефект. Оскільки вміст діючих речовин змінюється залежно від умов вирощування, дикорослі рослини не забезпечують стабільної якості. Проблеми виникають і на етапах зберігання та обробки, де частина речовин важко екстрагується або взаємодіє з іншими, ще невивченими компонентами.

Виробництво моно- і полікомпонентних рослинних препаратів на сучасному технологічному рівні забезпечує стабільність складу та зручність застосування. Комбінація активних речовин дозволяє досягти синергетичного ефекту і зменшити ризик поліпрагмазії.

Зростання ринку фітопрепаратів актуалізує потребу у виборі якісного продукту. Одним з ключових критеріїв є чистота ЛРС, що залежить від умов вирощування. Важливе значення має і дотримання стандартів на всіх етапах виробництва. Через складність забезпечення правильного зберігання та дозування в побуті, рекомендовано надавати перевагу препаратам, виготовленим за стандартами GMP.

Клініко-фармакологічні особливості сучасних фітозасобів

Погляди світової медичної громадськості сьогодні звернені до рослинних ліків з підтвердженою і доведеною дією. Вкрай важливим є дотримання принципів наукової доказовості щодо ефективності і безпеки лікарських засобів: проведення масштабних клінічних та доклінічних досліджень належного дизайну, що дозволяють отримати статистично достовірні порівняльні дані [12–14].

Відповідність усім зазначеним принципам дає можливість отримувати сучасні фітопрепарати, які не тільки не поступаються синтетичним представникам відповідної групи, а навіть перевершують їх за співвідношенням клінічного ефекту і ризику розвитку побічних ефектів.

З 30 квітня 2011 р. у країнах ЄС почала діяти Директива з традиційних лікарських засобів рослинного походження (Директива 2004/24/ЄС). Відповідно до цього нормативного документа виробництво рослинних лікарських засобів має здійснюватися за правилами GMP для забезпечення якості готової продукції, а також бути безпечною при застосуванні. Компанія (виробник рослинних препаратів), що реєструє рослинний лікарський засіб

на фармацевтичному ринку, має продемонструвати, що фітотерапевтичний засіб використовували у ЄС щонайменше 30 років або 15 років в ЄС і 30 років за його межами.

Із клініко-фармакологічних аспектів слід зважати на те, що одночасне застосування ЛРС та препаратів синтетичного походження може бути потенційно небезпечним.

Не слід забувати й про те, що лікування має бути індивідуальним. Адже всі ми різні за генетикою, своїми антропометричними даними (маса тіла, зріст тощо), віком, статтю, особливостями обміну речовин тощо. Також необхідно брати до уваги супутні захворювання, у тому числі хронічні.

З урахуванням викладеного раніше (різні частини рослин, ЛФ, технологія виробництва та ін.) стає зрозумілим, що не всі ліки рослинного походження є однаковими за ефективністю та безпекою, ключовими показниками раціональної фармакотерапії. Серед рослинних препаратів не може бути генериків! Однаковий склад та ЛФ (фармацевтична еквівалентність) рослинних лікарських засобів не забезпечують однакового результату їх застосування (фармакодинамічну еквівалентність)!

У березні 2019 р. оприлюднено Рекомендації Німецького респіраторного товариства з діагностики та лікування дорослих, які страждають від гострого, підгострого та хронічного кашлю. У чинних рекомендаціях акцентовано увагу та чітко виокремлено наступне: «...вміст активної речовини, а отже ефективність, залежить від багатьох факторів: походження використовуваних рослин, методу екстракції, стандартизації і виробничого процесу. Тому різні екстракти одних і тих самих ботанічних видів лікарських рослин не є взаємозамінними. Результати досліджень із застосуванням рослинних ліків є справедливими лише для продукту, що тестується. Вони не можуть екстраполюватися на інші екстракти з цього ботанічного виду» [15, 16].

Вже на сьогодні терміни «доказова медицина», «доказовість», «клінічні дослідження» використовуються не лише фахівцями з медицини та фармації, а й дуже щільно увійшли в життя споживачів. Отже, кожне клінічне рішення

має бути науково обґрунтованим та мати належний ступінь доказовості щодо його ефективності. Це стосується діагностичних та фізіотерапевтичних процедур, хірургічних втручань, вибору ліків для раціональної фармакотерапії і вибору рослинних препаратів зокрема. Ефективність та безпека кожного рослинного лікарського засобу має бути доведена саме під час проведення клінічних досліджень (КД), а їх результати — опубліковані та доступні як для фахівців, так і для споживачів [17–20].

Коли доцільно застосовувати фітотерапію, а коли вона самотійно не допоможе?

Фітотерапія – це додаткова допомога, яку найчастіше призначають уже після завершення гострої стадії хвороби. Завдання фітолікування – посилити дію основних лікарських препаратів, наприклад, антибіотиків та допомогти хворому швидше вилікуватися. Препарати рослинного походження переважно чинять м'яку, проте комплексну дію. Фітопрепарати зазвичай призначають для тривалого лікування хронічних недуг, а також вони ефективні для запобігання розвитку повторних загострень (рецидивів) хвороби.

Лікарські засоби рослинного походження — будь-який препарат, який містить лише діючі речовини з однієї або більше рослинних субстанцій, або один чи більше рослинних ліків, або одну чи більше рослинних субстанцій у комбінації з одним або більше рослинними лікарськими засобами [9].

Лікарська рослинна сировина (ЛРС) — цілі лікарські рослини або їх частини, які відповідають вимогам стандартів і використовуються у висушеному (рідко у свіжому) вигляді для одержання лікарських речовин, ліків рослинного походження (фітопрепаратів), субстанцій і лікарських форм (ЛФ). ЛРС, яка дозволена до використання МОЗ України і внесена до Державного реєстру, є офіційальною. Та, що входить до Державної Фармакопеї України, — фармакопейною ЛРС.

До ЛРС належать різні частини рослин: бруньки, квітки, трава, стебла, коріння, кора, листя, плоди, насіння [10]. Важливим фактором є використання

саме певної частини лікарської рослини для досягнення тієї чи іншої мети. Наприклад, квіти *Primula vetis* багаті на флавоноїди і за рахунок своїх секретолітичних властивостей використовуються при лікуванні синуситу, а от коріння цієї рослини має великий вміст сапонінів і використовується в лікуванні кашлю.

Фітопрепарат — лікарський засіб рослинного походження у певній ЛФ.

Ми живемо в час прогресивних технологій, щодня науковці винаходять препарати, що допомагають лікувати найважчі патології. Справді, більшість хвороб, які не лікували ще п'ятдесят років тому, зараз піддаються терапії.

Нові схеми лікування, синтетичні препарати, нові речовини - спрощують процес лікування складних захворювань.

Адже будь-які ліки одночасно є і отрутою. У цьому питанні слід залишатись поміркованим та розуміти: таблетки, альтернативні методи чи їх поєднання. Однею з альтернатив постає фітотерапія.

Фітотерапія - це лікування хвороб за допомогою лікарських рослин та трав. Деякі люди скептично ставляться до фітотерапії, але дарма.

Декілька причин "за"

1. Фітотерапія - попередниця фармакології. Перші дослідження в даній області виконувалися на базі хімічних речовин, що знаходили в рослинах.
2. Фітотерапія має тисячолітню історію. В давнину за допомогою лікарських рослин успішно лікували безліч захворювань.
3. Допускається тривалий прийом рослинних ліків.
4. Малий спектр можливих побічних ефектів та протипоказань.
5. Можливість комбінування рослинних препаратів між собою та з іншими препаратами.
6. Приготування в домашніх умовах (настої, настоянки, відвари).
7. Лікування травами засноване на наукових дослідженнях. Доказова медицина використовує препарати на рослинній основі в своїх протоколах.

Фітотерапія - дієвий метод лікування, але, звісно, як і будь-яка інша галузь медицини, має свої нюанси. Для того, щоб досягнути максимального рівня ефективності слід знати до дотримуватись кількох правил:

- **покази** - приймаючи ліки на рослинній основі, слід ознайомитись з напрямком дії тої чи іншої рослини. Об'єктивна оцінка свого стану допоможе адекватно обрати лікарську рослину чи збір;
- **протипоказання** - фітотерапія має малу кількість протипоказань, але вони все ж є. Спершу потрібно згадати про індивідуальну непереносимість - алергію. Якщо ви бачите збір, який за дією вам підходить, але в складі є рослина, на яку у вас алергія, то, звісно, такий збір вам протипоказаний;
- **доцільність** - потрібно обирати адекватну дозу та тривалість прийому фітопрепаратів;
- **комплексна дія** - будь-яке лікування працює краще, якщо дотримуватись правильного способу життя: помірна фізична активність, збалансоване харчування, усунення стресових чинників.

Форми випуску та застосування

Згідно з Державною Фармакопеею України, існує велике різноманіття ЛФ фітозасобів: ціла рослинна сировина, різана рослинна сировина, стовчена рослинна сировина, здрібнена на порошок рослинна сировина, ексудат, збір, брикет, чай, екстракт, настойка, ефірна олія, жирна олія, віджатий сік, оброблений сік рослин, слиз, смола [10].

Галеновий препарат — лікарський засіб рослинного походження у формі настоянки або екстракту.

Новогаленові препарати — максимально очищені від баластних речовин витяги із ЛРС, що містять увесь комплекс біологічно активних речовин (БАР).

Настоянки — спиртові або водно-спиртові витяги з ЛРС, отримані різними способами настоювання сировини з розчинниками без нагрівання й видалення розчинника.

Екстракти — концентровані витяги з ЛРС. Розрізняють рідкі, густі, сухі екстракти. Розчинниками можуть бути вода, спирт різної концентрації, ефір, жирні олії.

Збори — суміш декількох видів подрібненої (рідше цілої) ЛРС, іноді з домішкою мінеральних солей, ефірної олії та ін. У домашніх умовах зі зборів готують настої та відвари.

Настої та відвари — водні витяги з ЛРС. Зазвичай із квіток, листків і трави виготовляють настої (настоюють на киплячій «водяній бані» 15 хв). Зі шкірястих листків, кори, плодів, насіння і підземних органів готують відвари на киплячій «водяній бані» 30 х

Лікарські рослини застосовують окремо: з м'яти варять чай, що чинить заспокійливу дію, наприклад. Або komponують кілька лікарських рослин, що доповнюють дію одне одного. Готові фітозбори складені з тих рослин, що діють на причини та усувають симптоми захворювання.

Для кращого ефекту можливе застосування комплексних програм лікування фітотерапією. До складу таких наборів входить кілька засобів на рослинній основі, що допомагають системно боротися з хворобою.

Наприклад, до складу комплексу при проблемній шкірі входять: трав'яний збір, убитан для вмивання, два гідролати та емульсія.

Коли мова йде про фітотерапію, більшість людей думають, що засушені трави та фітозбори - це єдина форма, яку використовують для лікування. Варто знати, як застосовують лікарські рослини.

- фітозбори - часто застосовують для приготування настоянок, відварів, настоїв. Збір містить набір рослин, що доповнюють одне одного та дозволяють "атакувати" хворобу з усіх боків;
- чаї - найпоширенішими є м'ята, меліса та шипшина, хоча, звісно, варіантів є безліч. Найчастіше чаї з лікарських рослин п'ють з метою профілактики захворювань - підвищення імунітету;

- бальзами - бальзами для губ добре їх зволожують та заживляють рани та тріщинки. Також, є бальзами, які застосовують з лікувальною метою. Наприклад, бальзами при гаймориті чи варикозному розширенні вен;
- мазі - найчастіше використовують при шкірних захворюваннях: демодекоз, псоріаз екзема. У складі переважають рослини з антисептичною, заспокійливою, протизапальною та зволожуючою діями;
- шампуні - ефективні при себорейному дерматиті шкіри голови - лупі. Лупа - не лише косметична проблема, хоча це й не надто привабливе явище. Наявність лупи свідчить про патологічні процеси в організмі. Натуральні шампуні діють на причини, а не лише усувають наслідки.
- Вище вже згадувалось, що з фітозборів готують настої, настоянки та відвари. То в чому різниця і як зготувати їх самостійно в себе на кухні.

Відвари — це водні витяжки з щільних частин рослин. Їх готують на водяній бані 30 хв, охолоджують — 45 хв.

Настої — також рідка форма, але з м'яких частин рослин. Через леткі сполуки їх нагрівають не довше 15 хв, охолоджують — близько 10 хв.

Настоянки — спиртові витяжки, які настоюють 3–5 тижнів. Їх вживають внутрішньо або використовують для компресів. Приготування вдома складніше, тому зручніше купувати готові в аптеці.

Фітотерапія ефективна, але важливо дотримуватися дозувань — безконтрольне застосування може бути шкідливим.

Декілька порад:

- Треба уважно читати склади зборів та дію рослин, що входять до їхнього складу. До прикладу, корінь женьшеню має здатність підвищувати тиск, тому для тих, хто страждає під гіпотонії, такий засіб буде ефективний. Але якщо тиск нормальний чи підвищений, це може завдати шкоди: викликати сильний головний біль;

- препарати під час вагітності та годування груддю призначають виключно після консультації та схвалення лікаря акушера гінеколога;
- треба бути уважним до алергологічного анамнезу пацієнта.

Сечовидільна система людського організму відповідає за очищення організму та виведення води і продуктів обміну. Вона включає в себе сечовий міхур, нирки і сечовід. Коли різного роду мікроби та інфекція потрапляють в цю систему, вони можуть викликати інфекційні захворювання.

Людський організм — вразливий до багатьох шкідливих факторів. Проте в ньому функціонують системи, що в більшості випадків забезпечують його захист і сталість. Одна з них — нирки.

Нирки надзвичайно важливий орган, тому в разі **гострого гломерулонефриту чи пієлонефриту** лікування відбувається в межах стаціонару – в умовах нефрологічного чи урологічного відділення. Адже розвиток ниркової недостатності внаслідок невчасного чи неефективного лікування безпосередню загрожує здоров'ю і життю пацієнта з хворобами нирок.

Яка роль нирок у життєдіяльності організму?

Нирки — це два бобоподібні «фільтри», завдання яких — звільняти організм від продуктів розпаду, токсинів, шлаків, мікробів. Протягом доби мільйон нефронів пропускає крізь себе понад 230 л крові, очищає її від шкідливих речовин і виводить їх із сечею. Так, щодня організм звільняється від 2,5 л зайвої рідини та небезпечних сполук.

До всього — нирки регулюють вміст хімічних елементів у крові, впливають на артеріальний тиск, беруть участь у кровотворенні.

Отже, коли робота нирок порушена — порушується робота всього організму. Тому ці природні «фільтри» потребують періодичного очищення, оздоровлення, а при захворюваннях — швидкого комплексного лікування.

Лікарські трави для профілактики хвороб нирок

Нирки очищують організм, але не володіють здатністю очищувати самі себе. Тому потрібно бути уважними до їхнього здоров'я і підтримувати його: пити достатньо рідини, вживати фрукти й овочі з сечогінним ефектом, уникати переохолодження, вести активний спосіб життя.

Трав'яні чаї для сечостатевої системи здавна використовуються в народній медицині як природний засіб для підтримки здоров'я нирок, сечового міхура та органів репродуктивної системи. Завдяки своєму м'якому, але дієвому впливу, такі рослинні збори активно застосовують у складі комплексної терапії при запальних процесах, інфекціях та функціональних порушеннях сечостатевої системи.

Трав'яні чаї для сечостатевої системи: користь та переваги

Дієвий природний спосіб підтримки здоров'я сечостатевої системи – вживання **фіточаїв**. Вони усувають неприємні симптоми та підтримують роботу нирок, сечового міхура й статевих органів.

Особливу користь принесе фіточай при хронічних станах, рецидивуючих інфекціях та як профілактичний засіб захворювань сечостатевої системи. При гострих станах його можна використовувати як доповнення до основної терапії.

Основні переваги трав'яних чаїв:

- М'яка дія. Лікарські рослини м'яко впливають на організм, мінімізуючи ризик побічних ефектів.
- Комплексний вплив. Фіточаї для сечостатевої системи поєднують кілька трав, до складу яких входять різні біологічно активні речовини, завдяки чому одночасно діють на кілька патогенетичних механізмів.
- Мінімальна токсичність. Фіточай можна пити протягом тривалого часу без шкоди для печінки та нирок.

- Відсутність антибіотикорезистентності. Рослинні антисептики та антибіотики не викликають звикання у бактерій, на відміну від фармацевтичних антибактеріальних препаратів.
- Додаткові оздоровчі ефекти. Трав'яні чаї містять вітаміни, мікроелементи та антиоксиданти, завдяки яким підвищують імунітет та покращують функціонування усіх систем організму.
- Доступна ціна. Фіточаї порівняно дешевші, ніж інші засоби, що продаються в аптеках.

Як діють трави, що входять до складу фіточаїв для сечостатевої системи

До складу трав'яних чаїв можуть входити рослини з різними властивостями:

- діуретичні – посилюють сечовиділення, зберігаючи електролітний баланс;
- протизапальні – пригнічують запальні процеси в сечовому міхурі та нирках;
- спазмолітичні – знімають спазми, усувають больовий синдром;
- антимікробні – борються з інфекціями сечовивідних шляхів;
- літолітичні – розчиняють та виводять конкременти.

Чаї для сечостатевої системи поєднують у собі силу кількох рослин, що діють у синергії, підсилюючи ефективність одне одного. Завдяки ретельно підібраним пропорціям, вони забезпечують комплексну підтримку організму, охоплюючи різні механізми дії. Це дозволяє спрямовано впливати на проблему, гармонійно доповнюючи користь окремих трав.

Шипшина — протизапальна, м'яка сечогінна, очищає організм, стимулює імунітет.

Кріп пахучий — спазмолітик і антисептик, знімає набряки, стимулює сечовиділення, покращує кровообіг у нирках.

Брусниця (листя) — потужний антисептик, ефективна при інфекціях сечових шляхів і циститі.

Смородина чорна (листя) — сечогінна, протизапальна, зміцнює імунітет, виводить шлаки.

Акація біла (квітки) — має заспокійливу, спазмолітичну і сечогінну дію,

полегшує

запалення.

Береза (листя) — сечогінна, антисептична, сприяє виведенню каменів і піску.

Солодка (корінь) — знімає запалення і біль, нормалізує гормони.

Спориш — антисептик, допомагає при інфекціях і покращує функцію нирок.

Мучниця (листя) — сильний антисептик, ефективна при інфекціях сечового міхура.

Фіточай нирковий

До складу входять:

- листя брусниці;
- листя берези;
- листя чорної смородини;
- квітки білої акації;
- плоди шипшини;
- плоди кропу пахучого.

Нирковий трав'яний чай для сечостатевої системи характеризується діуретичною (сечогінною) та детоксикаційною дією. Завдяки активним компонентам у складі сприяє нормалізації сольового обміну, поліпшенню функціонування нирок та сечовивідних шляхів. Може бути рекомендований у складі комплексної терапії при хронічних захворюваннях нирок та сечовивідних шляхів, циститі, сечокам'яній хворобі.

Фіточай сечогінний

До складу трав'яного чаю входять:

- трава споришу;
- листя мучниці;
- листя берези;
- плоди шипшини;
- корені солодки.

Фіточай чинить діуретичну (сечогінну) та детоксикаційну дію. Активні компоненти у складі сприяють нормалізації функціонування нирок, сечового міхура та сечовивідних шляхів. Фіточай рекомендований як додатковий засіб при запальних захворюваннях сечовивідних шляхів (цистит, пієлонефрит), сечокам'яній хворобі, інтоксикації різного походження. Також сечогінний чай можна включати в комплексну терапію при артеріальній гіпертензії.

Доступним лікарським засобом для терапії хвороб нирок і сечовивідної

системи вважається **Нефрофіт** — збір трав зі спазмолітичним, протизапальним, антибактеріальним сечогінним, азотовидільним і легким салуретичним ефектом (сприяє в деякій мірі виведенню солей). Згідно з АТС-класифікацією відноситься до групи лікарських засобів, що застосовуються в урології. **Нефрофіт** сприяє виведенню з організму кінцевих продуктів обміну, підтримці кислотно-лужної рівноваги внутрішнього середовища, бере участь у процесах проміжного метаболізму (глюконеогенез, розщеплення пептидів і амінокислот).

Активні компоненти **Нефрофіта** та їх дія

До складу **Нефрофіту** входить комплекс рослин, які широко застосовуються в традиційній медицині.

Квітки бузини чорної (Sambucus nigra) — мають сечогінну, потогінну, протимікробну дію. Містять флавоноїди, тритерпени, ефірні олії. Активні проти *Bacillus subtilis*, *Staphylococcus aureus* тощо. Впливають на рівень глюкози в крові.

Листя подорожника великого (Plantago major) — протизапальні, діуретичні, протимікробні. Використовують при захворюваннях сечовидільної системи. Пригнічують ангіотензинперетворювальний фермент.

Трава споришу (Polygonum aviculare) — має антиоксидантні, діуретичні, ранозагоювальні властивості. Застосовується при порушеннях обміну речовин, ожирінні, подагрі.

Трава хвоща польового (Equisetum arvense) — сечогінна, протизапальна, кровоспинна. Містить кремній, флавоноїди, фенольні кислоти. Перешкоджає утворенню каменів у нирках.

Грицики (Capsella bursa-pastoris) — протизапальні, знеболювальні. Використовуються при каменях у нирках, сечовому міхурі. Є біомонітором важких металів.

Кукурудзяні рильця (*Zea mays*) — сечогінні, антиоксидантні. Використовуються у традиційній медицині багатьох країн.

Корінь кульбаби (*Taraxacum officinale*) — має жовчогінну, антиоксидантну, протизапальну дію. Не рекомендований при нирковій недостатності та діабеті.

Корінь лопуха (*Arctium lappa*) — антиоксидант, сечогінний, покращує кровообіг, виводить токсини. Не використовувати при зневодненні.

Листя мучниці (*Uvae ursi*) — діуретичні, антисептичні, антибактеріальні. Не рекомендуються при вагітності.

Листя м'яти перцевої (*Menthae piperitae*) — спазмолітична, протизапальна, антибактеріальна дія. Допомогає при ГРЗ, головному болю, гіпертонії.

Квітки ромашки (*Chamomillae officinalis*) — мають спазмолітичну, протимікробну, протизапальну дію. Використовуються в гастроентерології, урології.

Трава череди (*Bidens tripartita*) — сечогінна, протипухлинна, антиоксидантна. Поліпшує обмін речовин, травлення.

Обмеження в застосуванні

Нефрофіт протипоказаний особам із захворюваннями шлунка, що супроводжуються підвищеною секрецією, для хворих із хронічною нирковою недостатністю, обтураційною жовтяницею, тромбозом; при підвищеній чутливості до компонентів препарату. **Нефрофіт** не призначають дітям віком до 7 років. Збір не призначати хворим при підвищеному згортанні крові та хворим на бронхіальну астму. Пацієнтам з мікроангіопатіями, асоційованими з цукровим діабетом, необхідно постійно контролювати нехарактерні для них симптоми з боку нирок.

Збір трав **Нефрофіт** — лікарський засіб для застосування в комбінованій

терапії захворювань нирок і сечовивідних шляхів, забезпечує антимікробний, спазмолітичний, седативний, протизапальний ефекти. Препарат завдяки грамотному поєднанню рослинних компонентів забезпечує комплексну дію при запальних захворюваннях нирок і сечовивідних шляхів.

При циститі та інфекціях сечовидільної системи необхідно швидко і ефективно подолати запалення, інфекцію, біль та спазми.

На сучасному фармацевтичному ринку є трави від інфекцій сечовидільної системи, які призначають сімейні лікарі та прихильники народної медицини. Ліки на основі природних компонентів стають все популярнішою альтернативою хімічним, оскільки вони мають менше побічних ефектів. Трава від інфекцій сечовидільної системи нерідко включається в комплексне лікування з основними методами терапії. Мета фітотерапії - підвищити ефективність основних медикаментозних методів лікування, таких як антибіотики, і допомогти пацієнтам швидше одужати. Це дозволяє забезпечити комплексний підхід до ефективного вирішення проблеми та підтримки здоров'я сечовивідної системи.

Спеціально підібрані рослини позитивно впливають на стан нирок та сечового міхура і мають легкий сечогінний ефект. Трави можуть використовуватись в разі циститів, уретритів, запалень сечовивідних шляхів: їх заварюють для трав'яних ван або як чай для приймання внутрішньо. В інших випадках додатково призначають таблетки від інфекцій сечовидільної системи.

Як правильно вибрати трави від інфекцій сечовидільної системи?

У разі інфекцій сечовидільної системи, запалень сечового міхура та захворювань нирок можуть бути використані такі трави, як:

- | | |
|------------------|---------------------|
| • хвощ польовий; | • бруньки берези; |
| • кульбаба; | • розмарін; |
| • ялівець; | • спориш звичайний; |
| • брусниця; | • журавлина; |
| • журавлина; | • дев'ятисил; |

- Пол-пала.

Правильно підібрані суміші трав знімають негативні симптоми та зміцнюють імунітет загалом. Наприклад, журавлина має антисептичні властивості, ерва шерстиста проявляє салуретичний та діуретичний ефект, золототисячник має протизапальну та болезаспокійливу дію, трава звіробою-антибактеріальну, хвощ польовий знімає набряки і попереджає утворення сечових каменів, допомагає при нетриманні сечі та інфекціях сечовивідних шляхів, трава мучниці заспокоює і тонізує сечовивідні шляхи, має ознаки очищення нирок.

Також фітопрепарати нормалізують роботу видільних органів і систем:

- підвищують швидкість утворення сечі;
- перешкоджають затримці сечовипускання;
- сприяють кращому виведенню зайвої рідини з організму;
- знижують рівень сечовини в плазмі крові.

Вони мають незначні побічні ефекти, добре переносяться і довели високу ефективність при різних захворюваннях.

Переваги використання трав від інфекцій сечовидільної системи

Трав'яні збори — безпечні для використання. Основне протипоказання — індивідуальна реакція гіперчутливості. Істотних обмежень для споживання не має. Важливо лише дотримуватись інструкції і рекомендацій лікаря.

Серед усіх переваг трав'яних засобів, лікарі виокремлюють такі:

- висока ефективність лікування;
- пришвидшення терапевтичного ефекту;
- зниження ризику виникнення ускладнень під час запальних процесів;
- можливість використовувати тривалий період, порівняно з розчини від інфекцій сечовидільної системи.

З обережністю суміші використовуються для лікування вагітних жінок і жінок, що годують.

Як правильно використовувати трави від інфекцій сечовидільної системи?

Перед використанням траву потрібно запарити згідно з інструкцією на пакуванні. Тривалість прийому суміші та остаточне дозування призначається лікарем на підставі скарг, анамнезу, віку та можливих протипоказань.

Готовий відвар може зберігатися в холодильнику протягом 48 годин. Далі його необхідно замінити свіжим.

Побічні ефекти та застереження використання трав

Використовуючи будь-які фітопрепарати чи трав'яні чаї, можливий розвиток реакції гіперчутливості. З обережністю мають вживати лікувальні трави пацієнти з каменями в нирках або сечовому міхурі.

Профілактика інфекцій сечовидільних органів

Щоб уникнути захворювання, необхідно дотримуватися рекомендацій щодо профілактики.

Для цього:

- запобігайте переохолодження;
- обмежте споживання солодкого;
- мінімізуйте споживання алкоголю;
- не стримуйте позиви до сечовиділення упродовж тривалого часу;
- зміцнюйте імунітет.

Ефективно й корисно для профілактики хвороб нирок — вживати лікарські рослини. Добре для цього підходить льон, брусниця й бузина.

Льон

Насіння льону нормалізує кровообіг та робить стінки судин еластичнішими — і в такий спосіб покращує функціональність нирок. Воно запобігає розвитку атеросклерозу й, відповідно, утворенню холестеринових бляшок в артеріях нирок.

Для профілактики достатньо 20–25 грамів насіння в день. Вживати його можна у вигляді відвару чи настою або ж готувати кашу, кисіль, додавати до салатів.

Брусниця

Листя брусниці знезаражує й запобігає розмноженню бактерій у нирках, а в період ремісії при нирковокам'яній хворобі — не допускає повторного утворення каменів.

Для профілактики приймають відвар з листя брусниці. Також можна пити морс з ягід, додавши трохи цукру, а ще краще — меду.

Бузина

Бузина омолоджує клітини організму, зміцнює й розширює судини. До того ж рослині притаманна антимікробна й сечогінна дія.

Завдяки таким властивостям бузина підвищує захисні сили нирок та їхню стійкість до інфекцій.

Для профілактики захворювань нирок вживають відвар квіток бузини. Корисною буде й заморожена заготовка — ягоди, перетерті з цукром.

Якими народними засобами лікувати нирки?

Серед комплексу препаратів проти захворювань нирок спеціалісти призначають і лікарські рослини з діуретичними, антисептичними та протизапальними властивостями. Такі притаманні шипшині, мучниці, деревію, хвою, березовим брунькам.

Як вони діють та при яких захворюваннях допомагають?

Шипшина

Проти захворювань нирок шипшину рекомендують завдяки її протизапальним, сечогінним і спазмолітичним властивостям. Рослина ефективно очищує нирки, виводить із них солі, сприяє розщепленню каменів.

Корені й плоди шипшини застосовують проти:

- нирковокам'яної хвороби;
- пієлонефриту;
- атонії нирок;
- запалення;
- болю в нирках.

Хвощ

Користь хвоща для хворих нирок в тому, що рослина:

- виводить з організму надлишок рідини;
- покращує фільтрацію;
- знезаражує;
- знеболює;
- запобігає повторному утворенню каменів.

Настої та відвари з хвоща показані при ниркових набряках і пієлонефриті.

Деревій

Деревій чинить м'який сечогінний ефект, у такий спосіб делікатно виводячи з нирок пісок і каміння. А завдяки вмісту холіну трава володіє сильною бактерицидною дією.

Для лікування нирок вживають водний настій або відвар деревію. До слова, якщо захворювання супроводжуються головним болем, трава допоможе його усунути.

Мучниця

Цінність мучниці для нирок — у здатності підвищувати діурез — збільшувати вироблення сечі й стимулювати її виділення — та знезаражувати.

Для профілактики заварюють чай, а при хворобі краще пити більш концентрований напій — відвар із мучниці.

«Фітонефрол» — спеціальний збір проти хвороб нирок

Попри ефективність лікарських рослин, краще й результативніше вони впливають на організм у комплексі. Тому для лікування захворювань нирок поряд з монозасобами, все частіше лікарі рекомендують збори цілющих рослин. Спеціальний дієвий фітопрепарат для нирок — «Фітонефрол». Ретельно підібрані компоненти «Фітонефролу» від компанії «Ліктрави» — листя мучниці, квітки календули, плоди кропу, кореневища з коренями елеутерококу колючого, листя м'яти перцевої.

Фітозбір:

- пагубно діє на збудників інфекції;
- збільшує вироблення сечі;
- забезпечує дренажування сечовивідних шляхів;
- знімає спазми, а значить біль;
- усуває запалення.

Традиція застосування лікарських рослин при сечокам'яній хворобі (СКХ) – окремо чи в поєднанні з іншими методами терапії – обговорюється десятиліттями.

Хоча низка публікацій повідомляють про позитивний ефект такого альтернативного (або компліментарного) лікування при СКХ, досі немає «визнаних» рослинних засобів, які б рекомендувалися до широкого застосування у міжнародній клінічній практиці.

Фітопрепарати при лікуванні сечокам'яної хвороби: питання профілактики

Насамперед невирішеною залишається проблема рецидивів – утворення нового каміння. За статистикою, частота рецидивів сечокам'яної хвороби становить приблизно 15% протягом першого року та 50% – протягом 5 років після формування першого конкременту.

Незважаючи на відсутність однотайності в цьому питанні, для лікування симптомів СКХ і лізису каменів у сечовивідних шляхах і нирках активно використовуються багато рослинних засобів у різних формах (починаючи з відварів). Наприклад, у вітчизняній фітотерапевтичній традиції були популярні такі рослини:

- при оксалатах — польовий хвощ, спориш, кріп, м'ята перцева, кукурудзяні приймочки і суниця;
- при фосфатних та кальцієвих каменях – брусниця, петрушка, звіробій, рута, мучниця, марена фарбова, лопух, лепеха;

- при уратах – листя берези, насіння кропу, суниці, брусниці, петрушки, польового хвоща.

Деякі з народних засобів справді підтвердили свою ефективність у клінічних дослідженнях. Наприклад, заявлена сечогінна, протизапальна та дезінфікуюча дія **хвоща польового** пояснюється тим, що він працює як діуретик і до того ж стимулює регенерацію тканин. Крім того, екстракт хвоща польового коригує фосфорно-кальцієвий обмін, а флавоноїди, що містяться в листі рослини, зміцнюють стінки капілярів і мають кровоспинну дію. Таким чином, ця рослина допомагає при гематурії, пов'язаної з пошкодженням тканин камінням. А **екстракт марени фарбувальної**, як виявилось, сприяє лізису оксалатів та фосфатів, допомагає виведенню конкрементів та піску з нирок та сечовивідних шляхів: він нормалізує перистальтику ниркових балій та сечоводів, зменшуючи спазм.

Як було показано у різноманітних клінічних дослідженнях, багато фітопрепаратів демонструють різну ефективність у лікуванні захворювань нижніх відділів сечового тракту з порушеннями уродинаміки. Серед лідерів, які постійно фігурують у випробуваннях, – **суданська троянда** (*Hibiscus abdariffa*), **філлантус** (*Phyllanthus niruri*), **коров'ячий горох** (*Dolichos biflorus*), **бузина чорна** (*Sambucus nigra*), **золотарник звичайний** (*Solidago virga aurea*).

Хоча, мабуть, найбільш ретельно у цьому контексті вивчався потенціал **журавлини** (*Vaccinium macrocarpon*, *Vaccinium oxycoccos*). Вважається, що журавлинний сік або екстракт цих ягід допомагає знизити частоту рецидивів уролітіазу. Доведено, що сік цієї ягоди здатний впливати на біохімічні та фізико-хімічні фактори утворення каменів CaOx . У той же час наявні в науковій літературі дані про такий вплив мають суперечливий характер. Деякі автори виявляли підвищення вмісту кальцію в сечі, інші взагалі не виявляли будь-яких змін у концентрації кальцію в сечі після вживання журавлинного соку. Аналогічним чином відрізняються і дані по оксалату (різними авторами відзначалося як підвищення, так і зниження рівня цих сполук в сечі), а також дані за значеннями рН. Можливими причинами таких суперечностей можна

назвати різницю у кількості соку, що споживався добровольцями (від 330 мл до 1 літра на добу) або тривалістю курсу прийому (від 5 днів до кількох тижнів).

Фітопрепарати в контексті сечокам'яної хвороби: як вони «працюють»?

Було запропоновано безліч гіпотез щодо механізмів дії рослинних екстрактів. Зокрема, деякі автори вважають, що вони регулюють біохімічний баланс у сечовивідній системі та покращують ниркову функцію. На думку ряду дослідників, в сечі є ряд кристалоїдів різних типів (оксалати, сечова кислота, кальцій, цистин), які в присутності колоїдів (муцину та сірчаної кислоти) утворюють розчин. При розвитку дисбалансу у співвідношенні «кристалоїд-колоїд», тобто при збільшенні рівня кристалоїдів та зниженні рівня колоїдів, запускається процес утворення каменів. В експериментах на тваринах було показано, що деякі рослини (наприклад, пол-палуа хвощ, морингу) відновлюють цей баланс.

Ще один механізм – підвищення діурезу. При СКХ швидкість клубочкової фільтрації знижується — каміння перешкоджає відтоку сечі. У зв'язку з цим у крові накопичуються відходи, особливо азотисті речовини, такі як креатинін та сечова кислота. Фітотерапевтичні засоби стимулюють виділення сечовини та креатиніну, тим самим покращуючи функцію нирок.

Передбачається, що рослинні засоби регулюють метаболізм оксалату. Гіпероксалурія є найбільш значущим фактором ризику в патогенезі ниркового каміння, що утворюється за рахунок осадження кристалів оксалату кальцію (CaOx).

Також вважається, що антилітичний ефект деяких рослинних засобів зумовлений антимікробними властивостями, адже СКХ часто супроводжується інфекцією. Поширені при цій патології збудники змінюють ферментну активність у сечовивідних шляхах і це підвищує ризик уролітіазу. А фітопрепарати із протимікробною активністю перешкоджають утворенню каменів.

Також рослинні засоби мають анальгезуючий та протизапальний ефект, що допомагає пацієнтам з нирковою колікою пережити напади гострого болю.

Ну і куди без теорії вільних радикалів: передбачається, що антиоксидантна активність рослинних засобів пом'якшує наслідки окислювального стресу, індукованого гіпероксалуриєю та іншими механізмами розвитку СКХ. Звичайно ж, окислювальний стрес незмінно супроводжується пошкодженням та запаленням тканин сечовидільної системи, зокрема епітеліальних клітин нирок та сечовивідних шляхів. А рослини, що є багатим джерелом природних антиоксидантів, захищають органи від окисних ушкоджень.

Обов'язково врахуйте: перед вживанням лікарських рослин, навіть суто для профілактики, необхідно пройти обстеження й проконсультуватися з лікарем, аби уникнути ускладнень.

Слід пам'ятати: фітотерапія при захворюваннях нирок у жодному разі не може замінити основне лікування, що часто включає антибіотикотерапію, а у деяких випадках навіть і гормональну терапію.

Більшість інфекцій сечовивідних шляхів складають інфекції сечового міхура. Запалення сечового міхура, що ще відоме як **цистит**, як правило, не є серйозним, якщо його вчасно виявити та лікувати. Якщо цей процес затягнути, то є великий ризик поширення інфекції на нирки та отримати захворювання, яке називається **пієлонефрит**. У свою чергу, ниркова інфекція (пієлонефрит) є серйозним захворюванням і може привести до незворотнього ураження організму.

Потрапляння інфекції в організм

Зазвичай, мікроби проникають в організм людини через сечовивідний канал. Якщо мікроби потрапляють всередину уретри, вони можуть поширюватися на сечовий міхур і нирки, викликаючи такі захворювання як цистит чи пієлонефрит.

Жінки більш вразливі до такого роду інфекційних захворювань. Це пов'язано з фізіологічною особливістю будови жіночого організму. Схильність жінок до інфікування пояснюється коротшим та ширшим каналом

сечовипускання. Це збільшує ризик потрапляння мікробів та виникненню запального процесу, особливо, якщо зважити на той факт, що часто збудником циститу чи пієлонефриту виступає кишкова паличка, що майже завжди присутня на зовнішніх статевих органах.

Збільшується ризик захворювання нирок та сечового міхура під час діабету та вагітності. Камені в нирках, збільшення передміхурової залози також можуть сприяти потраплянню мікробів у сечовидільну систему, оскільки вони змінюють режим виведення сечі з організму. Хвороба може залишатися непоміченою у літніх людей, оскільки з віком трапляються подібна симптоматика, пов'язана із старінням організму.

Загальні симптоми інфекції сечовивідних шляхів:

- сильне й часте бажання до сечовипускання;
- мутна, зі слідами крові, неприємна на запах сеча;
- біль чи пекучі відчуття під час сечовипускання;
- нудота, можливе блювання;
- біль у нижній ділянці живота.

Для швидкого полегшення симптомів гострого циститу (запалення сечового міхура), а саме пекучих відчуттів під час сечовипускання, відчуття дискомфорту в ділянці сечового міхура та сечовивідних шляхів, може використовуватися препарат **Катарія**. Згадані неприємні симптоми спричиняються дією сечі (кисле рН) на подразнену запалену стінку сечового міхура. Під дією таких препаратів, як Катарія, сеча стає більш лужною – відповідно, зменшуються подразнення, біль й неприємні відчуття.

Комплексним фітопрепаратом для лікування запальних захворювань сечовивідних шляхів є Канефрон Н, що має протизапальну, спазмолітичну, знеболювальну та антиоксидантну дію. **Канефрон Н** також чинить антибактеріальний і сечогінний ефект. До його складу входять трава золототисячника, корінь любистку й листя розмарину – рослини, що традиційно застосовувалися в траволікуванні хвороб сечовидільної системи.

Комбінований препарат рослинного походження **Уролесан** також зменшує запальні явища в сечовивідних шляхах і нирках, має антибактеріальну дію, утворює захисний колоїд у сечі та нормалізує тонус гладкої мускулатури верхніх сечовивідних шляхів. Уролесан має сечогінну дію, збільшує виділення «солей» (сечовини, хлоридів), сприяє виведенню дрібних конкрементів та піску із сечового міхура і нирок. Така дія Уролесану зумовлена його складом: це суміш екстрактів із плодів дикої моркви, шишок хмелю, трави материнки, а також олія м'яти перцевої і ялиці сибірської.

Серед комбінованих препаратів рослинного походження для лікування сечовивідних шляхів відомий також **Фітолізин Плюс**, що чинить протизапальну, сечогінну, спазмолітичну, антимікробну дію. Ці властивості зумовлені біологічно активними речовинами, що входять до складу лікарської рослинної сировини: лушпиння цибулі, коріння пірїю, листя берези, насіння пажитника, коріння петрушки, трави золотарника, трави хвоща польового, трави гірчака пташиного, коріння любистку. Фітолізин Плюс сприяє вимиванню «піску», розчиненню та виведенню дрібних сечових «каменів» конкрементів.

Власне, як було описано вище, Канефрон Н, Уролесан, Фітолізин – приклади комбінованих препаратів рослинного походження, що мають комплексну дію та є помічними при хворобах сечовидільної системи і нирок. Загалом для фітолікування нефрологічних захворювань широко застосовують такі рослини (та їх суміші), як:

- розмарин;
- корінь оману (девятисилу);
- бруньки берези;
- брусниця;
- толокнянка (ведмежа ягода);
- журавлина;
- нирковий чай;
- хвощ польовий;

- спориш звичайний (гірчак, пташина гречка).

Захворювання сечовидільної системи та нирок потребують вчасного й ефективного лікування. Якщо ви відчуваєте ознаки хвороби сечовидільної системи і нирок – не займайтеся самолікуванням, порадьтеся з фахівцем!

Ученні продовжують вивчати корисні властивості журавлини та її можливий вплив на профілактику й лікування циститу – запалення сечового міхура. Із цією ж метою вживають ягоди журавлини, перетерті ягоди, соки чи морс. Існують певні біологічно активні добавки (БАД), що містять компоненти журавлини, які призначають для полегшення симптомів циститу. Загалом споживання журавлини не зашкодить більшості людей – окрім тих, які мають чутливий шлунок, схильні до діареї чи приймають препарати для розрідження крові, наприклад, варфарин.

В комплексній терапії захворювань сечовивідної системи та профілактики каменеутворення можна приймати рослинні препарати.

НОВАНЕФРОН завдяки своєму унікальному складу має уросептичну, діуретичну, спазмолітичну та літолітичну дію та ефективно допомагає при захворюваннях сечовидільної системи.

У складі:

Ортосифон тичинковий — сечогінний засіб, знижує вміст сечовини, сечової кислоти та хлоридів у крові, підвищує секрецію шлункових залоз, має широкий спектр дії й малотоксичний.

Мучниця звичайна — містить дубильні речовини та глікозиди арбутин і метиларбутин, має протизапальну, антимікробну й сечогінну дію.

Журавлина — багата органічними кислотами, вітамінами та мікроелементами, має протимікробну та протигрибкову дію, посилює ефект антибіотиків, перешкоджає прикріпленню бактерій до сечового міхура.

Хвощ — сечогінний, кровоспинний, протизапальний засіб, нормалізує водно-сольовий обмін, запобігає утворенню сечових каменів.

Кукурудзяні рильця — сечогінний засіб при захворюваннях сечостатевої системи, містить глікозиди, сапоніни, вітаміни.

Чорниця звичайна — багата на антиоксиданти, вітаміни, залізо, має загальнозміцнюючу, сечогінну й кровотворну дію.

Кульбаба лікарська — містить інулін, вітаміни, мінерали, має сечогінну, протизапальну, потогінну, жарознижувальну та протиалергічну дію.

Цитрат

магнію.

Пригнічує кристалізацію, підтримує солі сечі в розчиненому стані, перешкоджає їх осадженню, пригнічує каменеутворення в нирках, навіть в незначних концентраціях пригнічує кристалізацію. Іони Mg^{2+} зв'язують в сечі до 40% щавлевої кислоти. Запобігає осадженню сполук кальцію. Є антидотом при отруєннях солями важких металів.

Доведену в багатоцентричних дослідженнях ефективність і безпеку має препарат **Цистон®** («Хімалая Драг Компані», Індія), що застосовується починаючи з 1943 року приблизно в 65 країнах світу. За цей час проведено близько 80 клінічних досліджень, опублікованих у відомих медичних журналах — «American Journal of Pharmacology and Toxicology», «European Journal of Integrative Medicine».

Цистон® — це комбінований засіб рослинного походження, який містить

- стандартизовані екстракти квіток дідимокарпусу стеблового (*Didymocarpus pedicellata*) — 65 мг,
- стебла ломикаменя язичкового (*Saxifraga ligulata*) — 49 мг,
- стебла марени серделистої (*Rubia cordifolia*) — 16 мг,
- кореневищ смикавця плівчастого (*Cyperus scariosus*) — 16 мг,
- насіння соломоцвіту шорсткуватого (*Achyranthes aspera*) — 16 мг,

- надземної частини оносми приквіткової (*Onosma bracteatum*) — 16 мг,
- цілої рослини вернонії попелястої (*Vernonia cinerea*) — 16 мг,

поєднане застосування яких чинить комплексний вплив на сечовидільні шляхи. Завдяки унікальному складу Цистон® має антисептичний, протимікробний, діуретичний, літолітичний, спазмолітичний і протизапальний ефект, що дозволяє використовувати його в комплексному лікуванні гострих і хронічних інфекцій сечового міхура і нирок, а також як засіб, який сприяє розчиненню всіх видів ниркових каменів, їх виведенню та перешкоджає утворенню каменів у нирках. Тим самим він запобігає ускладненню і знижує частоту рецидивів на 88 % у дітей з 12 років і дорослих з ІСШ та сечокам'яною хворобою.

Дідимокарпус стебловий (*Didymocarpus pedicellata*) містить ізопедицин, педицин, ефірну олію, педицилін, що мають виражені діуретичні, протимікробні й антиоксидантні властивості. У складі лікарської рослини наявні поліфеноли, що обумовлює його нефропротективну активність.

Ломикамінь язичковий (*Saxifraga ligulata*) — діуретичний, в'язучий і протимікробний засіб, що зменшує подразнення слизової оболонки сечовивідних шляхів, сприяє літолізу шляхом впливу на кристало-колоїдний баланс.

У свою чергу, **марена серцелиста** (*Rubia cordifolia*), відома також як звичайна або індійська марена, є різновидом квітучої рослини родини кави Rubiaceae. Вона містить антрахінонові глікозиди, руберитринову кислоту, що сприяє розчиненню оксалатних каменів у сечових шляхах і тим самим допомагає їх виведенню, має в'язучий і діуретичний ефект.

Кореневища смикавця плівчастого (*Cyperus scariosus*) чинять протимікробну дію на рівні сечостатевої системи, **соломоцвіт шорсткуватий** (*Achyranthes aspera*) чинить спазмолітичну та діуретичну дію.

Оносма приквіткова (*Onosma bracteatum*) чинить антисептичну, протизапальну, діуретичну, протимікробну дію, зменшує подразнення слизової оболонки сечового міхура, а **вернонія попеляста** (*Vernonia cinerea*) використовується при спазмах сечового міхура й утрудненому сечовипусканні.

Крім того, важливими складовими рослинного комплексу Цистон® є кремнієве вапно і очищена мінеральна смола. Кремнієве вапно діє як діуретик, сприяє розчиненню конкрементів у сечових шляхах. Мінеральна смола — це збалансована загальнотонізуюча композиція корисних мінеральних і органічних компонентів, які, крім корекції сечовиділення, сприяють поліпшенню травлення і метаболізму.

Цистон® має доведену ефективність у лікуванні інфекцій сечовивідних шляхів. Результати досліджень демонструють зниження адгезії *Escherichia coli* до уротелію на 30 % і зниження частоти рецидивів ІСШ на 88 %.

В одному з клінічних досліджень оцінювалися ефективність і безпека препарату Цистон® у 297 пацієнтів з гострим циститом, які пред'являли скарги на відчуття печіння і часте сечовипускання. Група А (n = 91) отримувала Цистон® 2 табл. 3 рази на добу і залужнювальний розчин для збільшення рН сечі 2 чайні ложки 3 рази на день. Група В (n = 103) — Цистон® 2 табл. 3 рази на добу, залужнювальний розчин для збільшення рН сечі 2 чайні ложки 3 рази на день і антимікробний препарат протягом 6–9 днів. Група С — залужнювальний розчин для збільшення рН сечі 2 чайні ложки 3 рази на день і антимікробний препарат протягом 9–12 днів.

Результати дослідження показали, що в групі А зникнення симптомів спостерігалось через 6 днів лікування, при цьому не було зафіксовано жодного побічного ефекту. У групі В симптоматика зникла також на 6-й день, у групі С — на 9-й день терапії. При цьому в обох групах пацієнтів періодично турбували диспепсія, діарея та метеоризм.

В іншому дослідженні оцінювалися ефективність та безпека Цистону® у запобіганні рецидивам ІСШ та його переносимість порівняно з іншими схемами лікування. Всі пацієнти були розділені на 3 рівні групи, кожна з яких включала по 60 осіб. Група 1 отримувала антимікробну терапію, група 2 — Цистон® та антимікробні препарати, група 3 — тільки Цистон®.

Було встановлено, що в 1-й групі у 10 осіб спостерігалось рецидивування симптоматики, при цьому лікування супроводжувалося появою диспепсії в 26

пацієнтів, метеоризму — в 39 і діареї — в 13 хворих. У групі 2 рецидиви симптомів були зафіксовані в 2 осіб, побічні ефекти у вигляді диспепсії, метеоризму та діареї — у 24, 43 і 12 пацієнтів відповідно. У групі 3 рецидив захворювання виник у 5 пацієнтів, при цьому кількість побічних ефектів була мінімальною: 3 осіб турбувала диспепсія і 4 осіб — діарея та метеоризм.

Автори дослідження зробили висновок, що Цистон® має антимікробний і бактеріостатичний ефект проти загальних патогенів ІСШ. Він має синергізм дії з уросептичними антибактеріальними препаратами і запобігає виникненню повторних ІСШ.

Цистон® чинить комплексну дію: перешкоджає адгезії бактерій, нормалізує рН сечі, підсилює діурез, знімає спазм, усуває біль і печіння, знімає запалення, розчиняє оксалатні, уратні та фосфатні камені у нирках і сечовому міхурі та сприяє їх виведенню.

При прийомі Цистону® також відбувається дезінтеграція, або розпад, каменів. Це обумовлено впливом препарату на інгібітори каменеутворення і муцин. У свою чергу, відбувається зменшення вмісту мінеральних складових у каменях, що супроводжується їх розпадом і міграцією з сечових шляхів.

У великому мета-аналізі, що включав 50 досліджень і 1837 пацієнтів з уролітіазом, була проведена оцінка ефективності та безпеки Цистону®. Препарат призначався дорослим хворим по 2 таблетки 3 рази на добу, дітям — по 0,5–1 таблетці 3 рази на добу. Проводився аналіз динаміки симптомів, збільшення обсягу сечі, зменшення кількості й обсягу каменів, а також їх мимовільне відходження.

Ефективність препарату Цистон® в лікуванні сечокам'яної хвороби становила 80 %. Його застосування сприяло зменшенню розмірів каменів, зниженню кількості конкрементів у сечі, усуненню печіння при сечовипусканні, зменшенню бактеріурії та запалення, скороченню кількості лейкоцитів.

Цистон® призначається дорослим пацієнтам і дітям з 12 років.

Спосіб застосування препарату Цистон® для дітей з 14 років і дорослих:

— при інфекції сечових шляхів рекомендована доза становить 2 таблетки 3 рази на добу протягом 4–6 тижнів. При рецидивах ІСШ — по 1 таблетці 3 рази на добу протягом 6–12 тижнів;

— для розчинення ниркових каменів — 2 таблетки 3 рази на добу впродовж 3–4 місяців, для запобігання їх утворенню — 1 таблетка 3 рази на добу впродовж 4–5 місяців;

— при кристалурії — по 2 таблетки 2–3 рази на день впродовж 4–6 тижнів.

Засіб із цілющих рослин **Цистан** має протизапальну, анальгезуючу та антибактеріальну дію. Усуває запальні процеси сечового міхура, передміхурової залози, забезпечує зникнення дизуретичної симптоматики, яка спостерігається під час циститів (часті позиви на сечовиділення, різучий біль у кінці сечовиділення, тянучий біль внизу живота тощо), сприяє також виведенню конкрементів.

Склад:

- квіти волошки синьої,
- трава фіалки триколірної,
- трава гірчаку пташиного,
- стовпчики з приймочками кукурудзи,
- листя брусниці.

Фітонірингові препарати — доведені ефективність та безпека

Сучасна концепція фітонірингу

Унікальна філософія фітонірингу об'єднує дослідження механізмів дії компонентів рослин із використанням інноваційних технологій і сучасних наукових методів (англ. phyto — рослина, engineering — розробка, технологія).

Основні принципи фітонірингу включають [15, 21]:

суворе дотримання принципів селекції та ретельний відбір насінневого матеріалу при вирощуванні рослинної сировини. Для отримання ЛРС, гомогенної за фітохімічним профілем, проводять ретельний пошук «ідеальної лікарської рослини» з рекордним вмістом ключових БАР та оптимальним їх

співвідношенням. Після цього ці екземпляри розмножують вегетативним шляхом для отримання генетично ідентичної лінії лікарських рослин для наступної культивування в стандартизованих умовах. Для виключення можливості потрапляння токсичних політантів до виготовлених лікарських засобів підрозділи компанії «Біонорика СЕ» з вирощування ЛРС розміщені на острові Мальорка (Іспанія), на Кубі і в екологічно чистих регіонах Європи. Збір урожаю відбувається не за календарем, а в момент оптимального вмісту ключових БАР, який визначають за даними біохімічного аналізу ступеня зрілості на полі;

стандартизацію процесу виробництва із застосуванням сертифікованих інноваційних технологій, внутрішній контроль якості протягом усього виробничого ланцюга — від сировини до готової ЛФ;

застосування більш вискоєфективних технологій отримання екстрактів із рослинної сировини, зокрема щадної низькотемпературної вакуумної екстракції в закритому циклі, що дозволяє максимально запобігти кількісним і якісним змінам БАР — з одного боку, та екстрагувати важкорозчинні БАР з клітковини рослин — з іншого. Чітке дотримання на всіх етапах виробництва директив ВООЗ «Good Agricultural and Collection Practices» та «Good Manufacturing Practice»;

застосування високочутливих методик (спектрофотометрія фітопрепаратів, мас-спектрометрія з монолітним капіляром тощо) для забезпечення високої точності ідентифікації та детермінації активних інгредієнтів;

виготовлення лікарських засобів в оптимальній ЛФ, що забезпечує певну стабільність активних інгредієнтів при зберіганні та високу біодоступність при їх застосуванні, а також зручність використання для споживача;

проведення науково-експериментальних досліджень фармакотерапевтичної дії лікарських засобів в умовах *in vitro* та на експериментальних моделях;

проведення КД (у тому числі багатоцентрових) для отримання обґрунтованих доказів із клінічної ефективності та безпеки виробленої фітотерапевтичної продукції.

Одним із препаратів рослинного походження, що ілюструє високий рівень ефективності та безпеки сучасних фітонірингових препаратів, є **Канефрон® Н**. На сьогодні він представлений на фармацевтичному ринку України у двох ЛФ [22]: таблетки, вкриті оболонкою (1 таблетка):

– спеціальна композиція окремих частин лікарських рослин BNO 1045 у формі порошку:

– трави золототисячника (*Herbae Centaurii*) — 18 мг;

– кореня любистку (*Radicis Levistici*) — 18 мг;

– листя розмарину (*Foliorum Rosmarini*) — 18 мг;

краплі оральні (100 г крапель):

– спеціальний стандартизований екстракт BNO 1040:

– водно-спиртовий екстракт (1:16) із лікарських рослин:

– трава золототисячника (*Herbae Centaurii*) — 0,6 г;

– корінь любистку (*Radicis Levistici*) — 0,6 г;

– листя розмарину (*Foliorum Rosmarini*) — 0,6 г.

Компоненти, що входять до складу препарату, чинять комплексну дію на сечовидільну систему, а саме: спазмолітичну, протизапальну, антимікробну, помірно виражену сечогінну, нефропротекторну, антиоксидантну, а також пригнічують універсальні фактори утворення сечових конкрементів.

Використання спеціальних хемотипів лікарських рослин з оптимальним вмістом і пропорціями ключових БАР, стандартизованих умов культивування і спеціальних технологій екстракції зумовлюють ефективність цього бренду при запальних захворюваннях сечових шляхів і сечокам'яній хворобі [23].

Представлений спектр фармакодинамічних властивостей не тільки і не стільки визначає терапевтичну ефективність лікарського засобу, як доказ

його ефективності та переносимості при проведенні численних КД, адже медицина ХХІ ст. — це доказова медицина!

Але найкращий доказ ефективності фітопрепарату — наявність доказової бази рівня 1b, а саме: подвійного сліпого рандомізованого багатоцентрового дослідження не меншої ефективності в паралельних групах фази ІІІ.

Результати КД з порівняння неантибактеріальної терапії фітопрепаратом Канефрон® Н та фосфоміцином для одноразового застосування у 659 жінок із гострою не-ускладненою інфекцією сечовивідних шляхів (подвійне сліпе рандомізоване багатоцентрове дослідження не меншої ефективності в паралельних групах фази ІІІ) свідчать, що Канефрон® Н є ефективним та альтернативним антибіотикам варіантом лікування гострого неускладненого циститу з доведеною ефективністю (рівень доказовості 1b) і значною мірою може сприяти зменшенню застосування антибіотиків в амбулаторних умовах.

Така терапевтична опція наведена в рекомендаціях Європейської асоціації урологів як альтернативне антибіотикам лікування гострого неускладненого циститу у жінок репродуктивного віку. Це має велике значення в контексті стратегії ВООЗ щодо доцільного застосування антибактеріальних препаратів, щоб раціоналізувати широкомасштабне їх застосування і небезпеку поширення антибіотикорезистентності.

Важливо зазначити, що наукові дані, отримані для таких стандартизованих рослинних лікарських засобів, як Канефрон® Н, не можуть бути автоматично екстрапольовані на інші рослинні препарати, які створені з використанням тих самих ботанічних видів лікарських рослин. Це оприлюднено раніше в публікаціях щодо результатів порівняльного дослідження фармакологічної активності бренду Канефрон® Н та вітчизняного препарату, що містить

компоненти розмарину, любистку і золототисячника у подібних до Канефрон® Н дозах.

Результати порівняння спростували припущення щодо фармакологічної еквівалентності двох препаратів. Однакової протизапальної та спазмолітичної активності досягали майже вдвічі нижчими концентраціями лікарського засобу Канефрон® Н, ніж препарату порівняння

Висновок

Сьогодні фітонірингові препарати є уособленням найпотужнішої фітоскладової сучасних ліків рослинного походження, «розкритих» за допомогою наукових фармацевтичних та клініко-фармакологічних підходів і підтверджених роками довіри не лише фахівців медицини та фармації, а й вибагливих споживачів/представників споживачів. Концепція фітонірингу, яка запроваджена і не-уклінно наслідується компанією «Біонорика СЕ», є гарантом виробництва сучасних фітозасобів із доведеною ефективністю та безпекою, показники яких не можуть екстраполюватися на препарати-аналоги за складом інших виробників, адже серед рослинних ліків не може бути генериків. Фітоніринг дозволяє гарантувати сталий і достатній вміст ключових БАР у кожній дозі рослинного лікарського препарату, незалежно від партії і року збору врожаю.

Тож фітонірингові лікарські засоби на сьогодні є безальтернативними (з позицій наукової доказовості ефективності та безпеки) серед фармакотерапевтичних інструментів рослинного походження для застосування в сучасній клінічній практиці.

Список використаної літератури:

1. Окорочков А.Н. Лечение болезней внутренних органов: Т.2. Лечение ревматических болезней. Лечение эндокринных болезней. Лечение болезней почек: - М.; Мед. лит., 2000 – ст. 505 - 512; 546 - 549.
2. Шабалов Н.П. Детские болезни. – СПб: Издательство «Питер», 2000 – ст. 691
3. Гродзінський А.М. (ред.) (1991) Лікарські рослини: енциклопед. довід. Київ, Голов. ред. УРЕ, 544 с.
4. Гарна С.В., Владимірова І.М., Бурд Н.Б. та ін. (2016) Сучасна фітотерапія: навч. посіб. Друкарня Мадрид, Харків, 580 с.
5. Зупанець І.А., Безугла Н.П., Отрішко І.А., Урсол Г.М. (2023) Фітотерапія: лікарські засоби vs БАД. Укр. мед. часопис, 4(156): 26–32.
6. Середа Н.І., Максютіна Н.П., Давтян Л.Л. (2006) Фармакогнозія. Лікарська рослинна сировина та фітозасоби: навч. посіб. Нова книга, Вінниця, 352 с.
7. Наказ МОЗ України від 26.08.2005 р. № 426 «Про затвердження Порядку проведення експертизи реєстраційних матеріалів на лікарські засоби, що подаються на державну реєстрацію (перереєстрацію), а також експертизи матеріалів про внесення змін до реєстраційних матеріалів протягом дії реєстраційного посвідчення».
8. Державне підприємство «Український науковий фармакопейний центр якості лікарських засобів» (2015) Державна фармакопея України, Харків, Т. 1., 1128 с.
9. МОЗ України (2016) Лікарські засоби. Належна виробнича практика. Настанова СТ-Н МОЗУ 42-4.0:2016. Видання офіційне, Київ.
10. Про затвердження Порядку здійснення фармаконагляду: наказ МОЗ України від 27.12.2006 р. № 898 (зі змінами).
11. Про затвердження Порядку проведення підтвердження відповідності умов виробництва лікарських засобів вимогам належної виробничої практики: наказ МОЗ України від 27.12.2012 р. № 1130.
12. Про лікарські засоби: закон України (документ 123/96-В, редакція від 05.02.2023 р.). zakon.rada.gov.ua/laws/show/123/96-%D0%B2%D1%80.

13. Зупанець К.О., Сахарова Т.С., Отрішко І.А. та ін. (2021) Фармацевтична опіка пацієнтів при симптоматичному лікуванні кашлю: метод. рек. Золоті сторінки, Харків, 52 с.
14. Guidelines of the German Respiratory Society for Diagnosis and Treatment of Adults Suffering from Acute, Subacute and Chronic Cough. DOI: 10.1055/a-0808-7409.
15. Сиволап В.Д., Кисельов С.М., Лашкул Д.А. (2020) Основні принципи доказової медицини: навчальний посібник для здобувачів ступеня доктора філософії за третім освітньо-науковим рівнем в галузі знань 22 «Охорона здоров'я» спеціальності 222 «Медицина» навчальна дисципліна «Сучасна кардіологія». ЗДМУ, Запоріжжя, 208 с.
16. Зупанець І.А., Шебеко С.К., Черних В.В. та ін. (2020) Фармацевтична опіка пацієнтів при симптоматичному лікуванні захворювань сечовидільної системи: метод. рек. Золоті сторінки, Харків, 40 с.
17. Höller M., Steindl H., Abramov-Sommariva D. et al. (2021) Treatment of Urinary Tract Infections with Canephron® in Germany: A Retrospective Database Analysis. *Antibiotics* (Basel), 10(6): 685. doi: 10.3390/antibiotics10060685.
18. Alidjanov J.F., Overesch A., Abramov-Sommariva D. et al. (2020) Acute Cystitis Symptom Score questionnaire for measuring patient-reported outcomes in women with acute uncomplicated cystitis: Clinical validation as part of a phase III trial comparing antibiotic and nonantibiotic therapy. *Investig. Clin. Urol.*, 61(5): 498–507.
19. Davidov M.I., Bunova N.E. (2018) Comparative assessment of Canephron N and ciprofloxacin as monotherapy of acute uncomplicated cystitis in women. *Urologiia*, 4: 24–32.
20. Davidov M.I., Voitko D.A., Bunova N.E. (2019) Treatment of acute uncomplicated cystitis in women with antibiotic allergy or intolerance. *Urologiia*, 5: 64–71.
21. Rechberger E., Wróbel A., Kulik-Rechberger B. et al. (2022) Femistina versus Canephron as a prevention of urinary tract infections after midurethral sling surgery — Non-inferiority study. *Eur. J. Obstet. Gynecol. Reprod. Biol.*, 277: 71–76.

22. Shatylo T.V., Gamidov S.I., Popkov V.M. et al. (2021) The efficiency of combined regimens for the treatment of urinary tract infections in women using the herbal drug Canephron N. *Urologiia*, 6: 51–56.
23. Martynyuk L., Martynyuk L., Ruzhitska O., Martynyuk O. (2014) Effect of the herbal combination Canephron N on diabetic nephropathy in patients with diabetes mellitus: results of a comparative cohort study. *J. Altern. Complement Med.*, 20(6): 472–478. doi: 10.1089/acm.2013.0400.
24. https://en.wikipedia.org/wiki/Herbal_medicine
25. <https://www.medicalnewstoday.com/articles/322411.php#seven-alternative-treatments>
26. <https://www.webmd.com/women/guide/your-guide-urinary-tract-infections#1>
27. <https://www.nhs.uk/conditions/urinary-tract-infections-utis/>
28. http://www.who.int/health-topics/traditional-complementary-and-integrative-medicine#tab=tab_1.
29. toolbox.eupati.eu/resources/evidence-based-medicine
30. <http://www.drlz.com.ua>.

SUMMARY

Keywords

Chamomile, bear's ear, passionflower, horsetail, St. John's wort, calendula, phytotherapy, genitourinary system.

Introduction

The use of medicinal plants in the treatment of diseases of the genitourinary system remains extremely relevant both in Ukraine and throughout the world.

Materials and Methods

Pharmacological analysis of literature and Internet resources on the use of medicinal plants that affect the genitourinary system.

Results

Many medicinal plants grow in Ukraine (chamomile, bear's ear, milk thistle, horsetail, St. John's wort, calendula, and orthosiphon), which makes them accessible to the population and potentially profitable for the pharmaceutical industry.

Conclusion

Modern phytotherapy is actively developing, new methods of extraction, standardization and quality control of plant raw materials are emerging. The combination of traditional knowledge with innovative approaches opens up wide opportunities for the creation of effective herbal medicines.