

УДК 616 814.5: 616.891

Климус Наталія, ст. магістратури факультету здоров'я, фізичної культури і спорту; науковий керівник к.с.-г.н., доцент – Таргоній П. М. (Міжнародний економіко-гуманітарний університет імені академіка Степана Дем'янчука, м. Рівне)

ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ХВОРИХ ПРИ НЕВРОЗАХ ЗА ДОПОМОГОЮ ФІТОТЕРАПЕВТИЧНИХ ТА АПІТЕРАПЕВТИЧНИХ ЗАСОБІВ

***Анотація:** У статті досліджено досвід лікування неврозів. Розкрито роль методів і засобів фізичної реабілітації та альтернативних методів оздоровлення в терапії цих захворювань. Запропоновано нову методику лікування та реабілітації хворих при неврозах шляхом комбінування традиційних методів з фіто- та апітерапевтичними засобами. Доведено ефективність запропонованої методики.*

***Ключові слова:** невроз, фітотерапія, терапія, фізіотерапія, апітерапія.*

***Аннотация:** В статье исследован опыт лечения неврозов. Раскрыта роль методов и средств физической реабилитации и альтернативных методов оздоровления в терапии этих заболеваний. Предложена новая методика лечения и реабилитации больных при неврозах путем комбинирования традиционных методов с фито- и апитерапевтическими средствами. Доказана эффективность предложенной методики.*

***Ключевые слова:** невроз, фитотерапия, терапия, физиотерапия, апитерапия.*

***Annotation:** In the article the experience of neuroses treatment is learned. The role and methods of physical rehabilitation and alternative healing methods in the treatment of these diseases is disclosed. A new method of treatment and rehabilitation of patients with nervousness by combining the traditional methods and phyto- and apiotherapy means is proposed. The efficiency of the proposed method is shown.*

***Keywords:** neurosis, phytotherapy, therapy, physiotherapy, apiotherapy.*

Термін «неврози» було введено в практику шотландським лікарем W. Güllen в 1776 році. Спочатку він об'єднував не тільки широке коло психічних, але й низку неврологічних та соматичних захворювань, які не супроводжуються морфологічними змінами. У середньому за 25 років кількість хворих на неврози в світі збільшилася на 10 % та становить від 20 до 25 на 1000 населення [1]. У структурі загальної психічної захворюваності

на частку неврозів припадає від 20 до 30 %. У МКХ-10 поняття «невроз», так само, які «істерія», скасовано. Замість них використовують терміни «невротичний розлад» та «конверсійний розлад» [2].

Дослідженням цієї проблеми займалися такі вчені: М. Ардуанов, Т. В. Белаєва, Е. І. Бондаренко, В. І. Волкінд, І. Я. Гуревич, О. Ю. Урюпов. Найприйнятнішим можна вважати визначення неврозів Б. Д. Карвасарського. Невроз, на думку вченого, – це психогенний (зазвичай конфліктогенний) нервово-психічний розлад, що виникає внаслідок порушення особливо значущих життєвих стосунків людини, проявляється специфічними клінічними феноменами за відсутності психотичних проявів. Щодня нас підстерігають тисячі проблем вдома, в сім'ї, на роботі, на вулиці, в магазині і навіть на відпочинку. Кожна людина реагує на них по-своєму, залежно від свого характеру, віку, хвороб, матеріального достатку і комплексу зовнішніх і внутрішніх дій в цей момент. На жаль, найчастіше зовнішні дії викликають негативні емоції. А якщо так реагувати день у день, то виникають стійкі порушення в нервовій системі, які лікарі називають неврозама [3].

Метою нашої статті є обґрунтування можливості підвищення ефективності лікування неврозів при використанні різних методів та засобів реабілітації. Завдання дослідження полягає у підборі методики та складанні програми дослідження, підборі фіто- та апітерапевтичних засобів для лікування хвороби, організації та проведення дослідження, аналізі отриманих результатів, складанні висновків та розробленні пропозицій.

Розвитку неврозів сприяють різні супутні хронічні захворювання (тонзиліт, пародонтит, діабет, мігрень, дисбактеріоз кишковика, алкоголізм, порушення функції шлунково-кишкового тракту, серцево-судинної системи, гормональні порушення і багато інших), протікання яких значно посилюється під впливом цих же неврозів. За літературними даними від 30 до 50 % ускладнень протікання різних захворювань викликають саме неврози [4].

Для лікування неврозів загальноприйнятним є комплекс заходів з усунення психоемоційного напруження і перевантаження, підвищення життєвих сил, вітамінотерапія, нормалізація сну, гімнастика, прогулянки, водні процедури, а також комплекс різних седативних, снодійних і антидепресивних засобів [5]. Тому при лікуванні неврозів в першу чергу необхідно усунути шкідливі чинники, обов'язково застосовувати психотерапевтичні, кліматичні, фізіотерапевтичні методи і лікувальні засоби, які діють заспокійливо на центральну нервову систему. У минулі десятиліття для лікування неврозів широко застосовувалися численні транквілізатори. За роки практичного їх застосування і наукових досліджень стало ясно, що негативні наслідки застосування цього класу препаратів часто перевищують лікувальну дію: до них часто виникає

небезпечне звикання, що нерідко переростає в токсикоманію, вони порушують когнітивні функції, що знижує працездатність, блокує сприйняття пацієнтом психотерапії. Ці ліки в більшості внесені до списку сильнодіючих і медичне використання їх обмежене. З кожним роком вони все менш використовуються в лікуванні неврозів і усе більш актуальним, стає застосування рослинних і інших біологічних засобів [6].

До комплексних запатентованих препаратів, що надають терапевтичний ефект при неврозах відносяться Новопасит (фірма «Айвекс», Чехія), що містить лікарську валеріану, мелісу, звіробій продірявлений, глід звичайний, пасифлору інкарнату, хміль звичайний, бузину чорну; Фіто новосед (ФПК «Фармвілар», Москва), до складу якого входять екстракти ехінацеї, меліси, пустирника, глоду, плодів шипшини; Пассифіт, сироп, 100 мл (ВАТ «Фармстандарт», м. Курськ), до складу якого входять екстракти валеріани, хмелю, чебрецю, глоду, м'яти перцевої; «Валеріана-П» (завдяки кріообробці зберігає 200 макро- і мікроелементів, а також ефірні олії і валепотріати, що мають основну заспокійливу дію). Прийом препарату інгаляційно підвищує ефективність лікування в 20 разів. Наявність вітаміну С в «Валеріані-П» забезпечує швидкість зняття стресу у випадках нервового збудження, невротичних труднощів дихання, знижує відчуття голоду; «Пустирник-П» зберігає, завдяки кріообробці каротин, алкалоїди гіркоти, глікозиди, аміди, дубильні речовини і ефірну олію. Ефективний при вегетативній дистонії, стенокардії, безсонні та дратівливості; «Левзея-П» – кращий природний адаптоген при адаптації організму до великих психологічних навантажень. Він посилює працездатність, відновлює бадьорість і сили при неврастенії (Виробник ТОВ «Парафарм», серія «Секрети довголіття») [7].

Лікування та реабілітація неврозів на нинішньому етапі еволюції із застосуванням фіто та апітерапевтичних засобів застосовуються рідко та є маловивченим. Це свідчить про необхідність удосконалення методів лікування та профілактики, які не лише усували клінічні симптоми захворювання, але й сприяли оздоровленню, без негативного впливу на інші тканини та органи пацієнтів [3].

Сучасні принципи лікування неврозів базуються на знаннях основних ланок патогенезу та його корекції. При цьому лікування пацієнтів носить комплексний характер, з урахуванням індивідуальних особливостей. Лікування проводять з урахуванням клініко-морфологічних особливостей захворювання, характеру його перебігу, ступеня розвитку патологічного процесу, загального стану хворого тощо. Якість та ефективність лікування в більшості випадків залежить від психологічної підготовки хворого.

Хімічний склад *апітерапевтичних засобів (меду, прополісу, пилку, маточного молочка, бджолоїної живиці та екстракту воскової моли)* дає підстави застосовувати їх в комплексному лікуванні неврозів. Вони

виявляють загальнозміцнюючу дію, підвищують життєвий тонус, стимулюють імунну систему, створюють умови для специфічного лікування. Використання апітерапевтичних засобів розширює спектр ефективних лікувальних засобів, дозволяє зменшити вживання хімічних препаратів, змістити акцент на біологічні методи лікування [8].

Лікарські рослини, які застосовуються для лікування неврозів володіють такими властивостями: заспокійливими, анестезуючими, в'язучими, снодійними, пом'якшуючими, спазмолітичними, регенеративними [9].

Враховуючи лікувальні властивості рослин та їх хімічний склад для лікування неврозів застосовуються такі лікарські рослини: айр тростинний (*acorus calamus*), алое деревидне (*aloe arborescens mill*), бобівник трилистий (*menyanthes trifoliata*), глід колючий (*crataegus sanguinea pall*), валеріана лікарська (*valeriana officinalis*), верес звичайний (*calluna vulgaris*), горицвіт весняний (*adonis vernalis*), буркун лікарський (*melilotus officinalis*), материнка звичайна (*origanum vulgare*), дягель лікарський (*archangelica officinalis*), звіробій звичайний (*hypericaceae*), м'ята перцева (*mentha arvensis*), полин звичайний (*artemisia vulgaris*), хміль звичайний (*humulus lupulus*), цикорій дикий (*cichorium intybus*), чебрець повзучий (*thymus serpyllum*), півонія збочена (*paeonia anomala*), меліса лікарська (*melissa*), арніка гірська (*arnica montana*) тощо [10].

У комплексному лікуванні неврозів також доцільно застосовувати лікувальний *масаж*. Масаж проводять у поєднанні з світломузикою (в затемненій кімнаті) і аероіонізацією. Масажують потилицю і комірцеву область, спину (особливо паравертебральні області), нижні кінцівки, живіт.

При захворюваннях нервової системи *фізіотерапія* відіграє найважливішу роль у відновному лікуванні. Це УВЧ-терапія, індуктотермія (прогрівання струмами високої частоти), електростимуляція, електрофорез, водолікування, і курортотерапія – практично повний спектр тих фізіотерапевтичних методів, які впливають на нервову систему як стимулююче, так і заспокійливо. Наприклад, при неврозах і невротичних реакціях широко застосовується електросон, заспокійливі лікувальні ванни, електрофорез і так далі [11].

Лікувальна фізкультура має велике значення в реабілітації хворих при неврозах. Вона підвищує силу нервових процесів, сприяє їх вирівнюванню, координує функції кори і підкірки, першої та другої сигнальних систем, підвищує тонус центральної нервової системи, нормалізує вегетативні функції, залучає хворого у свідому боротьбу зі своєю недугою. При усіх формах неврозів пацієнту важливо відволіктися від важких думок, виробити наполегливість, активність, викликати у себе позитивні емоції.

Терапія неврозів будується за загальними принципами і розподіляється на етіологічну, патогенетичну й симптоматичну. Етіологічна терапія спрямована на усвідомлення та дезактуалізацію пацієнтами змістової частини психогенно-конфліктної ситуації. До патогенетичної терапії

належить вплив на провідні ланки синдромогенезу: патопсихологічну, нейрохімічну, інтегративне-регуляторну. До симптоматичної терапії зараховують вплив на конкретні психічні, соматичні та вегетативні прояви.

Загальні принципи терапії неврозів: етапність, індивідуальність, комплексність, спадкоємність, особисте та соціальне спрямування.

Виділяють 4 етапи лікування: підготовчий, основний, підтримуючий, протирецидивний. Методом вибору є психотерапія, тобто система лікувального впливу на хворого, опосередкована через психічну сферу. Вибір конкретної психотерапевтичної техніки залежить від особливостей пацієнта, клінічної форми неврозу та кваліфікації психотерапевта [12].

Для обґрунтування нових методів лікування неврозу в умовах поліклінічного відділення лікарні нами було проведено лікування 20 хворих з діагнозом «Невроз» у поєднанні з іншими невротичними та соматичними розладами. Відбір хворих для практичного дослідження був проведений за аналізом даних амбулаторних карток хворих з невротичним розладом. Хворі були умовно поділені на дві групи: основна (10 чол.), для якої використовувалося комбіноване лікування із застосуванням фітотерапевтичних та апітерапевтичних засобів; контрольна (10 чол.) – лікування проводилося із застосуванням фармакологічних препаратів.

В залежності від клінічних проявів захворювання ступеня важкості, протікання, загального стану організму, алергічного анамнезу та відповідно до супутніх захворювань був проведений підбір лікувальних процедур, фармакологічних, фіто та апіпрепаратів, складені рецепти.

Для хворих обох груп було проведено традиційне лікування.

Призначались процедури фізіотерапії і терапії. Водночас хворим назначався масаж, а також вправи із ЛФК.

Проведений після закінчення курсу лікування аналіз результатів виявив, щовилікування невротичних розладів відмічалось вже у на 7–10-й день із початку лікування. У всіх пацієнтів було відмічено значне поліпшення їхнього стану. Для більшості пацієнтів із легкими проявами хвороби значне покращення було відмічено в основній групі – у 90 % хворих, а серед пацієнтів із контрольної групи – у 75 % пацієнтів.

Таким чином, можна зробити висновок, що використання у комплексному лікуванні методів та засобів фізичної реабілітації (фізіотерапії, терапії, масажу, ЛФК), а також альтернативних методів оздоровлення (фітотерапії та апітерапії) мають високий лікувальний ефект.

Узагальнюючи результати теоретичного та практичного дослідження, можна зробити висновок, що лікування та реабілітація хворих при неврозах за допомогою фіто- та апітерапевтичних засобів застосовуються рідко, є мало вивченими та потребують удосконалення.

Складові елементи запропонованої методики комбінованого лікування неврозу сприяли посиленню концентрації та стійкості уваги, поліпшенню

пам'яті, зниженню рівня тривожності, покращенню настрою, нормалізації сну та відновленню активності. Пацієнти ставали спокійними. У них зникли нав'язливі ідеї, з'явилася впевненість у своїх силах, зменшився потяг до адиктивної поведінки. Отже запропоновані методи фізичної реабілітації хворих з неврологічними захворюваннями ведуть до її оздоровлення та сприяють стабільній ремісії після проведеної терапії та у віддалені строки.

1. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. – Л., 1969. – 71 с.
2. Альтман А. Л. Культуротерапия при душевных заболеваниях / А. Л. Альтман. – Харьков, 1983. – 47 с.
3. Бондаренко Е. И. Реабилитация психически больных / Е. И. Бондаренко. – Л., 1971. – 81 с.
4. Беласва Т. В. Вопросы реабилитации психотерапии и невропатологии / Т. В. Беласва. – Л., 1980. – 38 с.
5. Кузнецов В. М. Психиатрия / В. М. Кузнецов, В. М. Чернявський. – К., 1993. – 215 с.
6. Айзек Г. Дж. Сорок лет спустя : новый взгляд на проблемы эффективности в психотерапии / Г. Дж. Айзек // Психологический журнал. – 1994. – Т. 15. – № 4. – С. 23–26.
7. Ардуанов Г. Д. Лекарственная терапия. Энциклопедия по фармакотерапии для практических докторов / Г. Д. Ардуанов. – София : Медицина и физкультура, 1975. – 1167 с.
8. Бородина М. М. Медоносы навколо пасіки // М. М. Бородина «Бджільництво». – № 5. – 2004. – С. 24–25.
1. Акопов І. Є. В світілікувальних трав / І. Є. Акопов. – М. : Медицина, 1984. – 95 с.
10. Івашин Д. С. Лікарські рослини України / Д. С. Івашин, І. З. Катипа. – Київ. : Урожай, 1975. – 360 с.
11. Мухін В. М. Фізична реабілітація : [Підручник] / В. М. Мухін. – К. : Олімпійська література, 2000. – 424 с.
12. Мурза В. П. Фізична реабілітація. Навчальний посібник / В.П. Мурза. – К. : «Олан», 2004. – 559 с.