

## ПРИМЕНЕНИЕ БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫХ ДОБАВОК В ПСИХОНЕВРОЛОГИЧЕСКОЙ ПРАКТИКЕ

Н.Г. БЕЛОВА, психиатр, врач высшей категории, г. Пушкино

Известный врач-психотерапевт Элизабет Кублер-Росс предлагает представить здоровье человека в виде круга, состоящего из четырех квадрантов: физического, эмоционального, интеллектуального и духовного аспектов личности. Если принять эту точку зрения, то задача врача – сбалансировать эти квадранты здоровья.

Использование биологически активных добавок к пище (БАД), которые производит компания АРТ ЛАЙФ (г. Томск) – один из путей в достижении столь желанной для каждого цели. Опыт применения БАД позволяет с уверенностью говорить о том, что они заняли достойное место в комплексном лечении психоневрологических расстройств.

Значительная доля пациентов обращается по поводу психосоматических расстройств. На одном из полюсов находится соматическая патология, на другом – психические расстройства. К психосоматическим заболеваниям в традиционно узком понимании относятся ишемическая болезнь сердца, эссенциальная гипертензия, бронхиальная астма, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, гипертиреоз, диабет, нейродермит и др.

В ряду обстоятельств, способствующих развитию психосоматических расстройств, в качестве наиболее значимых являются психоформирующие события. Немалая роль в формировании психосоматических заболеваний принадлежит личностным особенностям. Так, например, выделена «коронарная личность». Людям данного типа свойственны нетерпеливость, беспокойство, агрессивность, стремление к успеху, ускоренному ритму жизни. Такие черты, как педантизм, мелочность, стремление к порядку рассматриваются в аспекте «язвенной личности» и т.д.

Сообразно с имеющейся патологией, психоневролог, как правило, кроме психотропных препаратов назначает лечение и соматического заболевания. К сожалению, нет медикаментов, которые не имели бы побочных действий, отрицательно влияющих на иммунную систему, вызывающих патологические изменения печени, почек и других органов.

Возможность применения БАД позволяет значительно уменьшить нежелательное воздействие психотропных препаратов и, кроме того, способствует оздоровлению всего организма в целом. Хорошо зарекомендовали себя следующие добавки: НЕЙРОСТРОНГ, НЕЙРОСТАБИЛ, МЕМОРИ РАЙС, ГУД НАЙТ, ЛЕЦИТИН, АЦИДОБАК, БИФИДОБАК. Эти биологически активные добавки имеют целенаправленное воздействие на головной мозг.

Следует напомнить, что в состав НЕЙРОСТРОНГА и МЕМОРИ РАЙС входит гинкго билоба. Препараты, содержащие это растение, отнесены к группе ноотропов. Общим в механизме действия НЕЙРОСТРОНГА и МЕМОРИ РАЙС является улучшение памяти, мышления, повышение умственной активности. Эти БАД способствуют также ускорению тока крови, повышают образование АТФ (вещества, которое обеспечивает клетки энергией). При этом улучшается эластичность тромбоцитов и оказывается выраженный сосудорасширяющий эффект.

Высокая концентрация гинкго билоба в МЕМОРИ РАЙС ограничивает применение препарата: его нежелательно рекомендовать в полной дозе лицам преклонного возраста и страдающим тяжёлыми гипертоническими кризами. МЕМОРИ РАЙС хорошо помогает больным с астенической симптоматикой, у которых, как правило, низкое давление, жалобы на утомляемость, вялость, головные боли, обидчивость, плаксивость.

НЕЙРОСТРОНГ содержит гинкго билоба в сочетании с лецитином, аминокислотами и витаминами группы В, что позволяет улучшить состояние больных, перенесших черепно-мозговую травму, нейроинфекцию, страдающих судорожными пароксизмами. НЕЙРОСТРОНГ обладает успокаивающим эффектом, поэтому сочетание его с препаратом ГУД НАЙТ позволяет отказаться от использования транквилизаторов, что особенно важно в детском и подростковом возрасте, поскольку транквилизаторы вызывают привыкание.

При регулярном применении ГУД НАЙТ способствует улучшению сна, даже в случаях многотипных бессонниц, улучшает общее состояние, повышает работоспособность в течение дня.

Наша жизнь полна стрессов. Длительное пребывание в психотравмирующей ситуации ведёт к невротизации личности, обострению имеющихся хронических заболеваний. Хорошим помощником в решении такого рода проблем является НЕЙРОСТАБИЛ. Его сочетание с ЛЕЦИТИНОМ и ГУД НАЙТ позволяет значительно увеличить шансы на оздоровление. К сожалению, в рамках статьи невозможно отразить многообразие рекомендаций в применении БАД, так как при одинаковом заболевании оздоровление, как и лечение, должно быть индивидуальным.

Приведу несколько примеров:

**Больной В. – 20 лет.** Обратился с жалобами на чувство внутреннего напряжения, дрожь в руках при волнении, колебания настроения. В анамнезе – черепно-мозговая травма. Наряду с малыми дозами антидепрессанта, был рекомендован приём биологически активных добавок к пище НЕЙРОСТРОНГ (по 1 таблетке 2 раза в день) и НЕЙРОСТАБИЛ (по 1 таблетке 2 раза в день) в течение 2 месяцев. Состояние улучшилось, приступил к учёбе в институте.

**Больной С. – 78 лет,** доктор наук. На фоне церебрального криза появилась слабость, нарушился сон, неустойчивое настроение, неустойчивость внимания. По назначению невропатолога проведён курс ноотропила, кавинтона, никотиновой кислоты, витаминов группы В внутримышечно.

Положительная динамика в состоянии незначительная. На первый план выступили нарушения памяти, лишаящие возможности продолжать профессиональную деятельность. Психоневрологом был назначен НЕЙРОСТРОНГ по 1 таблетке 2 раза в день. После первого месяца приёма улучшение состояния было незначительным, но определённо стал больше читать. Решено было продолжить приём этого препарата. Через некоторое время смог выйти на работу. После добавления к лечению ЭССЕНЦИАЛ ОЙЛ (по 1 капсуле 3 раза в день) самочувствие значительно улучшилось. Выполняет необходимый объём работы, восстановилась интеллектуальная деятельность.

**Больная Ю. – 17 лет.** Психически больна около 1 года. С острым психотическим состоянием лечилась стационарно. Психотропную терапию переносила плохо: отмечались коллаптоидные состояния, явления побочного нейролептического синдрома. При очередном обращении к психоневрологу на фоне отказа от приёма нейролептиков выявлялась галлюцинозно-бредовая симптоматика. Соматически астенизирована: бледная, тёмные круги под глазами, низкое артериальное давление (АД), плохой аппетит. Больной была назначена комбинированная терапия: наряду с малыми дозами психотропных препаратов, рекомендован приём ДИСКАВЕРИ по 1 таблетке 2 раза в день, ГРИН СТАР по 1 капсуле утром. Болезненное расстройство удалось купировать через 2 недели (предыдущее стационарное лечение заняло 2 месяца). В процессе стабилизации состояния больной была добавлена ХЕПАР ФОРМУЛА по 1 таблетке 2 раза в день. В настоящее время чувствует себя хорошо.

**Больной К. – 48 лет,** кандидат технических наук. Считает себя больным около 1 года. На фоне психотравмирующей ситуации и физической перегрузки возникли боли в области сердца, что явилось пусковым моментом для развития депрессивно-ипохондрического расстройства, снизилось настроение с ощущением предчувствия возможной «сердечной катастрофы», нарушился сон, снизился аппетит. Вынужден был резко ограничить свою активность. Всё свободное время тратил на обследования у разных специалистов, «искал болезнь». Заметно ухудшилась продуктивность на работе. К психоневрологу обратился по совету знакомых. От приёма лекарственных препаратов отказался сразу. Приём НЕЙРОСТРОНГА в сочетании с ФОРМУЛОЙ МУЖЧИНЫ, ЭССЕНЦИАЛ ОЙЛ и ДИСКАВЕРИ уже через 2 недели дал определённый положительный эффект. Рекомендованные препараты принимал 3 месяца, после чего вернулся к прежнему активному образу жизни.

Приведённые примеры – лишь небольшая толика практического опыта работы с БАД. Считаю, что БАД должны занять достойное место в оздоровлении населения.