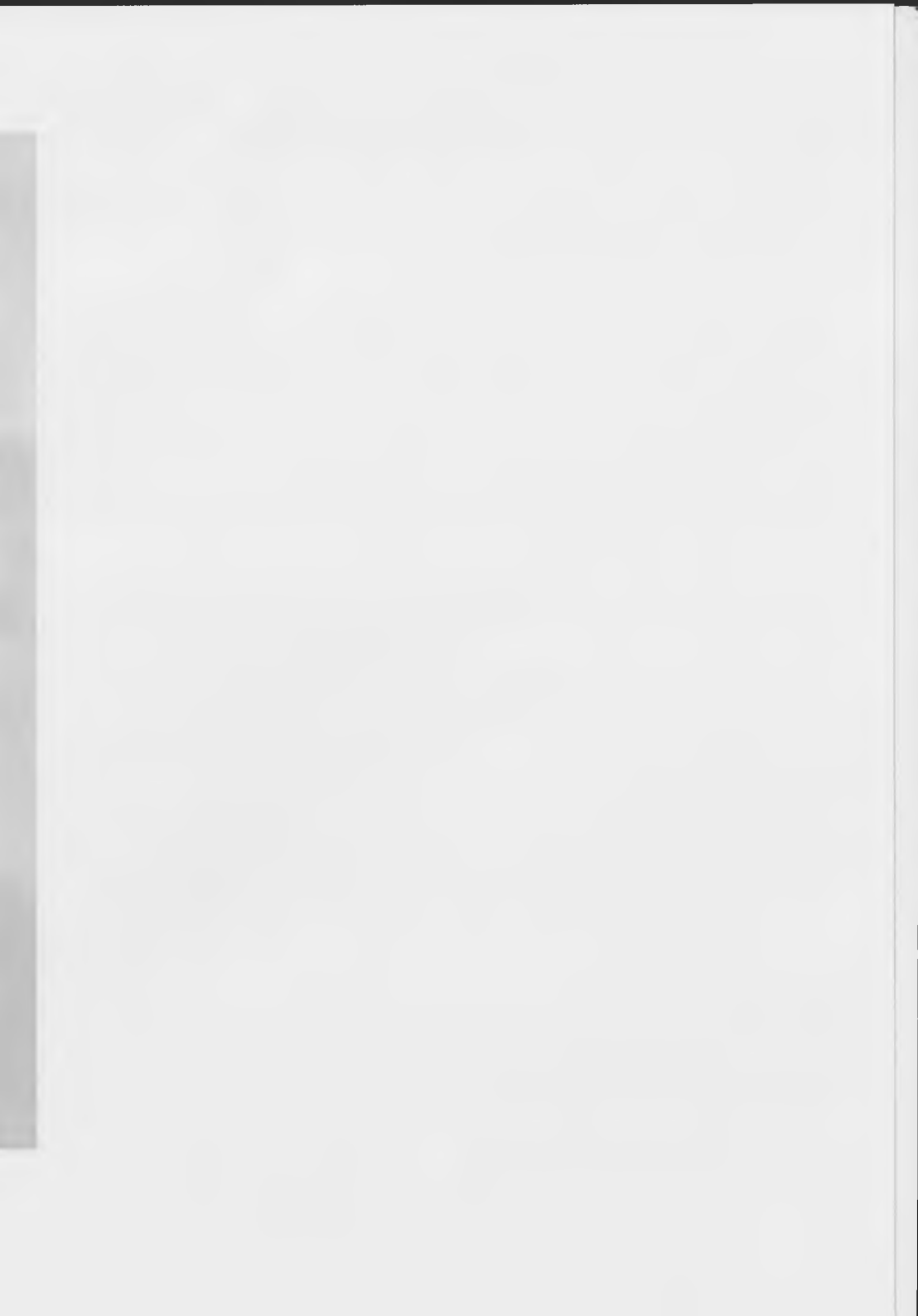


**СУЧАСНІ АСПЕКТИ
ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ**



**ЗБІРНИК ПРАЦЬ
XIV МІЖНАРОДНОЇ МІЖДИСЦИПЛІНАРНОЇ
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
(16-17 КВІТНЯ 2021 РОКУ)**



ЛІКАРСЬКІ РОСЛИНИ ЗАКАРПАТТЯ ТА ЇХ ГАЛЕНОВІ ПРЕПАРАТИ, ЯКІ ВИКОРИСТОВУЮТЬСЯ У СПОРТИВНІЙ МЕДИЦИНІ Грига В.І., Рейті Г.Е., Бернада В.В., Бусол В.А., Фортуна Р.С.	41
ГАЛЕНОВІ ФОРМИ ЛІКАРСЬКИХ РОСЛИН У ЛІКУВАННІ ДЕЯКИХ ЗАХВОРЮВАНЬ Грига В.І., Фортуна Р.С., Бернада В.В., Рейті Г.Е.	44
ДОСЛІДЖЕННЯ АНТИМІКРОБНОЇ ТА ФУНГІСТАТИЧНОЇ ДІЇ СУХИХ ЕКСТРАКТІВ ТРАВИ ГЕРАНІ БОЛОТНОЇ Клюшта М.Ю., Хаврона О.П.	47
ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ ЛЬОНУ В МЕДИЦИНІ Коваль В.Ю., Дербак М.А., Архій Е.Й.	49
ЗАСТОСУВАННЯ РОСЛИННИХ ОЛІЙ У ГІГІЄНИЧНО-ПРОФІЛАКТИЧНИХ ЗАСОБАХ, ОЦІНКА ЇХ БЕЗПЕЧНОСТІ Короленко Т.К., Дмитруха Н. М.	52
ДОСЛІДЖЕННЯ АНТИОКСИДАНТНИХ ВЛАСТИВОСТЕЙ ЛІКАРСЬКИХ РОСЛИН Лозова Т.М.	55
ОЦІНКА ІМУННОГО СТАТУСУ МУРЧАКІВ ЗА ВПЛИВУ ЕКСТРАКТІВ ПАГОНІВ <i>VACCINIUM CORYMBOSUM</i> L. Яворська Н.Й., Туркіна В.А., Лаповець Н.Є., Воробець Н.М.	57
РОЗДІЛ II	
ОЗДОРОВЧЕ ХАРЧУВАННЯ ТА АПІФІТОПРОФІЛАКТИКА, ВИКОРИСТАННЯ МІНЕРАЛЬНОЇ ТА ПИТНОЇ ВОДИ ДЛЯ ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ	
ДОСЛІДЖЕННЯ ЛАВАНДОВОГО МЕДУ Адамчук Л., Сухенко В., Акульонок О., Бріндза Я.	60
ПАРАДИГМА ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ Василиха Н.В., Индус К.П.	63
ПРИНЦИПИ ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ Вдовиченко В.І., Кульчицький В.В., Рибас Г.М.	65
ПЕРШИЙ ДОСВІД ВИКОРИСТАННЯ ПРОДУКТІВ БДЖІЛЬНИЦТВА В РЕАБІЛІТАЦІЇ ХВОРИХ, ЯКІ ПЕРЕНЕМЛИ КОВІД-ПНЕВМОНІЮ Волошин О.І., Волошина Л.О., Петричук А.М., Волощук В.М., Баранова О.Л.	67
ОЗДОРОВЧЕ ХАРЧУВАННЯ ПАЦІЄНТІВ, ЯКІ ПЕРЕНЕСЛИ COVID-19 ІНФЕКЦІЮ З ПОМІРНИМИ ЯВИЩАМИ ПНЕВМОНІЇ (ПЕРШИЙ ДОСВІД) Волошин О.І., Волошина Л.О., Присяжнюк І.В., Нуріддін Айнуссі	71
ОЗДОРОВЧІ ФУНКЦІЇ ЇЖИ ТА ЧИННИКИ, ЩО ЇХ ЗАБЕЗПЕЧУЮТЬ Гаврилко П.П., Сабадош Г.О	74

дії препарату «Ротокан» не було виявлено. Таким чином, виявлена антимікробна активність досліджуваних фітокомплексів має велике значення, так як боротьба з патогенною мікрофлорою є однією з найважливіших завдань при лікуванні захворювань слизової оболонки ротової порожнини [2].

Висновки. Встановлено, що екстракти трави герані болотної володіють антимікробною активністю. Виявлена виражена фунгістатична дія досліджуваних екстрактів проти *Candida albicans*. У порівнянні з антисептичним препаратом «Хлорофіліпт» досліджувані фітокомплекси поступаються тільки ефективністю щодо *Staphylococcus aureus* та *Staphylococcus epidermidis*, до всіх інших мікроорганізмів проявляють достовірно вищу ефективність. Показано, що антимікробна активність досліджуваних фітокомплексів суттєво перевершує як за спектром, так і за виразністю цієї дії препарат «Ротокан».

ЛІТЕРАТУРА

1. Вивчення активності протимікробних лікарських препаратів: методичні рекомендації / Ю. Л. Волянський, І. С. Грищенко, В. П. Широбоков та ін. МОЗ України. – К.А.: Державний Фармакологічний центр, 2004. 38 с.
2. Хаврона М. Ю. Дослідження антимікробної та антиоксидантної активності фітокомплексу герані болотної / International research and practice conference «Innovative technology in medicine: experience of Poland and Ukraine», 28-29 April, 2017. – Lublin, Republic of Poland. С. 154-157.

SUMMARY

RESEARCH OF ANTIMICROBIAL AND FUNGISTATIC ACTION OF DRY HERB EXTRACTS OF GERANIUM PALUSTRE

Kliushta M. Yu., Khavrona O. P.

Extracts of *Geranium palustre* herb possess antimicrobial activity and highly manifested fungistatic action of extracts against *Candida albicans* was also detected.

ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ ЛЬОНУ В МЕДИЦИНІ

Коваль В.Ю., Дербак М.А., Архій Е.Й.

ДВНЗ «Ужгородський національний університет», медичний факультет, Ужгород, Україна

e-mail: cowal.valya@ukr.net

Актуальність.

В останні роки тема продуктів, що надають лікувальну дію на організм, - неймовірно популярна. Серед них одним з найдоступніших

є насіння льону. Ця рослина відома з давніх часів. Вперше про лікувальними властивості рослини повідомив Гіппократ у своєму писанні «Корпус Гіппократікум». Там був наведений рецепт ліків для терапії недуг шлунково-кишкового тракту. Не меншою популярністю користувалося рослина і в арабській медицині. Наприклад, древній лікар Авіценна зазначав, що в насінні льону є речовини, що володіють послаблюючими і в'язкими діями.



Мета дослідження: проаналізувати дані літературних джерел, щодо застосування льону при захворюваннях.

Результати.

У дикому вигляді окультурені сорти льону не зустрічаються. Його культивують, висіваючи на полях. Льон надає перевагу добре удобреному, родючому ґрунту. Цвіте у червні-липні. Плоди дозрівають із початку серпня. Як тільки насіння дозріло, його треба відразу збирати, оскільки плодови коробочки тріскаються, і насіння льону розлітається під дією вітру. Зараз льон збирають промисловим способом. Якщо льон висаджений на присадибній ділянці, а не у полі, можна збирати його вручну. Для заготівлі сировини рослина висмикується з коренем, зв'язується у невеликі снопи. Потім льон сушать і відокремлюють коробочки з насінням. Якщо кількість рослин невелика, можна обережно відірвати плодови коробочки від стебла, не вириваючи рослину повністю. Насіння витрушують, очищують від усього зайвого. Якщо воно вологе, трохи підсушують. Складають у паперові коробки або загортають у тканину і зберігають у сухому місці. Корисні властивості насіння льону зберігаються протягом 3-х років [1].

Цей продукт є унікальним за своїм складом і грає величезну роль для оздоровлення організму. Ляне насіння можна купити не тільки в спеціалізованих магазинах здорового харчування, але і в звичайних супермаркетах. Насіння льону містять олію жирну (30-48 %), до складу якої входять гліцериди кислот ліноленової (35-40 %), лінолевої (25-35 %), олеїнової (15-20), пальмітинової та стеаринової, а також слиз (до 12 %), вуглеводи, глікозид лінамарин, кислоти органічні, ферменти,

вітамін А. При цьому даний продукт багато десятиліть продавався в аптеках як засіб від захворювань шлунково-кишкового тракту. Це цілком зрозуміло: насіння льону багате поліненасиченими жирними кислотами (ліноленою і ліолевою), а також містять слиз (клейковину), яка обволікає стінки шлунка і кишечника, знижуючи прояви захворювань. Крім того, в оболонці насіння багато клітковини, яка сприяє очищенню організму, а також уповільнює всмоктування токсичних речовин. Застосовується насіння льону при запальних та виразкових захворюваннях слизових оболонок шлунково-кишкового тракту (ентерити, коліти, езофагіти, виразкова хвороба шлунка і дванадцятипалої кишки). Воно має обволікаючу, протизапальну і легку проносну дію, покриваючи тонким шаром слизові оболонки шлунково-кишкового тракту, застерігають їх від подразнення. Шар слизу утримується досить довго, виявляючи захисну дію при запаленні. Олія жирна, що міститься в насінні, виявляє пом'якшувальну, протизапальну та посилюючу регенерацію тканин дію.

Цілющі властивості насіння льону залежать від ступеня дозрівання. До складу зрілого насіння льону входить більше слизу, який і є основою його лікувальних властивостей. Потрапляючи всередину, слиз відразу виявляє сильні обволікаючі властивості. Він не тільки покриває запалену слизову оболонку порожнини рота, горла, дихальних шляхів, кишківника, шлунка, але й обволікає харчові маси. Набрякле насіння льону посилює перистальтику, починається чистка кишківника. Тому так швидко зникає біль при гастриті [2].

Насіння льону посилює секрецію підшлункової залози, стимулює вироблення інсуліну та знижує глікемію. Воно має сечогінну, жовчогінну, м'яку проносну дію. Знижує рівень холестерину в крові, виявляє виражену протизапальну дію, гальмує ліпоїдоз стінок судин, знижує коагуляцію крові, стабілізує рівень згортання крові.

У народній медицині насіння льону використовують як протикашльовий і відхаркувальний засіб. Застосовується при хворобах нирок, сечового міхура і сечової системи, захворюваннях печінки і підшлункової залози. Використовується для лікування гастриту, виразки, хронічного коліту, атонії кишківника і у випадку постійних закрепів. Насіння льону використовують для ополіскування порожнини рота і горла при запальних захворюваннях. Настій з насіння п'ють при набряках, викликаних хворобами серця і нирок, у випадку променевої хвороби і загальної слабкості організму, використовують також при проктиті, геморої. Насіння льону застосовують для лікування синців, ран, прищів і фурункулів. Закапують і змащують слизом очі при кон'юнктивіті, щоб усунути свербіння. Корисне ляне насіння матерям, що годують грудьми,

оскільки воно збільшує кількість молока. Допомагають зберегти жіноче здоров'я спринцювання настоем при запальних процесах [3].

Корисні властивості насіння льону використовуються для схуднення. Воно перешкоджає всмоктуванню жирів, забезпечує відчуття ситості і служить м'яким проносним. Насіння льону для схуднення використовують як у цілому, так і в меленому вигляді. Приймати його можна разом з їжею, просто додаючи до страви. Головне, щоб воно не спровокувало виникнення алергії.

Насіння льону ефективно у догляді за волоссям. Воно використовується не лише для оздоровлення та зміцнення, а й у якості фіксуєчого засобу для укладки, який до того ж надає шовковистого блиску.

Висновки: насіння льону володіє багатьма цілющими властивостями, має широкий спектр застосування, є дешевим і безпечним засобом профілактики та лікування цілого ряду захворювань.

ЛІТЕРАТУРА

1. Мазнев Н. И. Золотая книга лекарственных растений / Н. И. Мазнев. — 15-е изд., доп. — М.: ООО «ИД РИПОЛ Классик», ООО Издательство «ДОМ. XXI век», 2008. — 621 с.
2. Товстуха Є. С. Фітотерапія / Є. С. Товстуха. — К.: Здоров'я, 1990. — 304 с.
3. Чухно Т. Большая энциклопедия лекарственных растений / Т. Чухно. — М.: Эксмо, 2007. — 1024 с.

SUMMARY

FEATURES OF THE APPLICATION OF FLAX IN MEDICINE

Koval V.Yu., Derbak M.A, Arkhiy E.Y.

Flax seeds have many healing properties, have a wide range of applications, are inexpensive and safe means of prevention and treatment of a number of diseases.

ЗАСТОСУВАННЯ РОСЛИННИХ ОЛІЙ У ГІГІЄНІЧНО-ПРОФІЛАКТИЧНИХ ЗАСОБАХ, ОЦІНКА ЇХ БЕЗПЕЧНОСТІ

Короленко Т.К., Дмитруха Н. М.

ДУ «Інститут медицини праці НАМН України ім. Ю.І. Кундієва»,

м. Київ, Україна

e-mail: tkorolenko@gmail.com

Природні рослинні олії, зокрема, обліпихи, насіння амаранту та гарбуза, активно використовуються у виробництві гігієнічно-профілактичних та косметичних засобів. Вони у своєму складі містять жирні та ефірні олії, вітаміни, мікроелементи, завдяки чому виявляють

Наукове видання

Сучасні аспекти збереження здоров'я ЛЮДИНИ

Матеріали XIV Міжнародної міждисциплінарної
науково-практичної конференції,
сан. "Квітка полонини", 16-17 квітня 2021 року
(с. Солочин Свалявського району)

За редакцією проф. Ганича Тараса Михайловича

Підготовка до друку: проф. Ганич Т.М.
Комп'ютерне опрацювання текстів: Скаканді С. І.

Формат 60x84/16. Гарнітура Times New Roman
Ум.друк.арк. 15,11. Обл.вид.арк. 14,22.
Зам. №15. Наклад 300 прим.

Редакційно-видавничий відділ
видавництва УжНУ «Говерла»
88015, м. Ужгород, вул. Заньковецької, 89
dep-editors@uzhnu.edu.ua

Видавництво УжНУ «Говерла».
88000, м.Ужгород, вул.Капітульна, 18.
E-mail: goverla-print@uzhnu.edu.ua

*Свідоцтво про внесення до державного реєстру
видавців, виготівників і розповсюджувачів видавничої продукції
Серія 3т № 32 від 31 травня 2006 року*