

ISBN 978-617-589-058-5
7861751890585

Вода і здоров'я людини

Вода і здоров'я людини

Матеріали міжнародної міждисциплінарної науково-практичної конференції



ДВНЗ "УЖГОРОДСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ"
НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ІНСТИТУТ ФІЛОТЕРАПІЇ
УЖГОРОДСЬКИЙ ТОРГОВЕЛЬНО-ЕКОНОМІЧНИЙ ІНСТИТУТ
КИЇВСЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО ТОРГОВЕЛЬНО-
ЕКОНОМІЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ

СЛОВАЦЬКИЙ АГРАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ В НІТРІ
ІНСТИТУТ ЗБЕРЕЖЕННЯ БІОРІЗНОМАНІТТЯ В НІТРІ

УПРАВЛІННЯ ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я

ТА

УПРАВЛІННЯ ОСВІТИ І НАУКИ ЗАКАРПАТСЬКОЇ ОДА

МІЖНАРОДНИЙ ІНСТИТУТ ЛЮДИНИ І ГЛОБАЛІСТИКИ "НООСФЕРА"
САНАТОРІЙ "КВІТКА ПОЛОННИНИ"

ВОДА

ІЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

(До 150-річчя з дня народження В.І. Вернадського)

Матеріали міжнародної міждисциплінарної
науково-практичної конференції,
сан. "Квітка полонини", 19-20 квітня 2013 року
(с. Солотчин Свалявського району)

Ужгород
"Патент"
2013

УДК 613.2(075.8)
ББК 53.51я2

В 62

*Рекомендовано до друку
Вченою радою ДВНЗ "УжНУ"
(протокол № 2 від 2 квітня 2013 року)*

За редакцією проф. Ганича Т.М.

Голови редколегії:

О.М. Ганич – заслужений діяч науки і техніки України, доктор медичних наук, професор кафедри пропедевтики внутрішніх хвороб, директор НДІ фітотерапії ДВНЗ "УжНУ"

Т.М. Ганич – доктор медичних наук, професор, завідувач кафедри факультетської терапії медичного факультету ДВНЗ "УжНУ"

Члени редколегії:

проф. П.П. Гаврилко

доц. Я. Бриндза

доц. О.В. Лукша

головний лікар санаторію "Квітка полонини" П.П. Ганинець

н.с. Є.С. Павлик

н.с. С.І. Скаканді

Автори опублікованих робіт несуть повну відповідальність за зміст і інформативний матеріал.

В 62 **Вода і здоров'я людини (До 150-річчя з дня народження В.І. Вернадського): матеріали міжнарод. міждисциплінарної наук.-практ. конф., сан. "Квітка полонини", 19-20 квітня 2013 року (с. Солочин Свалявського району) / За ред. проф. Т.М. Ганича.** – Ужгород: ТДВ "Латент", 2013. – 304 с.

ISBN 978-617-589-058-5

Матеріали конференції висвітлюють актуальні питання здоров'я людини, а саме якості питної води і чистоту довкілля, забезпечення необхідними мікро- і макроелементами для повноцінного функціонування людського організму, нанотехнології, фітаотерапія і можливість санаторно-курортного лікування та покращення здоров'я шляхом природного харчування. Приділено увагу педагогічним аспектам викладання цих тем.

УДК 613.2(075.8)
ББК 53.51я2

ISBN 978-617-589-058-5

© ДВНЗ "УжНУ", 2013
© УТЕІ КНТЕУ, 2013

ВСТУПНЕ СЛОВО

*«Воді дана цілюща сила
бути джерелом життя на землі».
Леонардо да Вінчі*

Вода - найпоширеніша природна речовина на світі, але разом з цим і найзагрозливіша природна речовина, таямниця якої ще далекі до повного пізнання. Напевно, не випадково 2013 рік названо «Міжнародним роком водної співпраці».

В Україні прийнято Закон за № 3933-VI від 30.10.2011 р. про загальнодержавну цільову програму: «Питна вода України на 2011-2020 роки».

Природна питна вода найвищої якості – це вода, яка за своїми фізичними і особливо структурними якостями відповідає властивостям внутрішньоклітинної води організму людини.

До речі, згідно з матеріалами ООН про стан водних ресурсів світу за якістю питних джерел Україна займає 95 місце серед 122 країн. Невдовго стало відомо, що за даними Центру споживчого контролю 80% води надходить у водопроводи України з річок, більшість із яких належить до забруднених та дуже забруднених. Отаку воду ми п'ємо (газета «Експрес» №13 за 5-6.02.2012 р.).

Людина за життя випиває 35 тонн води, з якою чимало шкідливих чинників надходить в організм. До цього треба додати ще небувале забруднення довкілля, зокрема водних ресурсів, шкідливими викидами недовгоналого виробництва. То чи не в цьому криються основні причини підвищення захворюваності та передчасної смертності населення?

Про проблеми з нашим здоров'ям ми починаємо згадувати тільки тоді, коли змушені йти до лікаря. Разом з цим ми чомусь не задумуємось над тим, що причиною наших проблем зі здоров'ям може бути вода, яку ми п'ємо щодня. Тому постійно пам'ятаймо, що вода є найважливішою складовою не тільки нашого організму, а й раціону харчування, від якості яких залежить наше здоров'я, творче довголіття.

Не може нас задовільнити найбільш поширений в Україні спосіб очищення води шляхом хлорування. Чому? Багато людей вживають кип'ячену воду. Оскільки у нас воду очищають хлором, то в цьому криється небезпека. При кип'ятінні шкідливі властивості хлору посилюються, бо хлор переходить в тригалометан – канцерогенну речовину, яка навіть при прийомі ванни всмоктується в організм через шкіру, знежирену милом чи шампунем.

Тому краще вживати талу воду. А ще краще обробляти воду озonom тошо. Надіємось почути й нові рекомендації присутніх вчених.

Україні рекомендаціями [1,2], друга група (56 чоловік) крім базової терапії додатково отримувала настій з лікувальних трав, які складалися із березових бруньок, стовпчиків з прийомочками кукурудзи, трави материнки звичайної, листя петрушки кучерявої, трави спорини звичайного, трави хвоща польового [3, 4]. Настій трав хворі приймали по 100 мл три рази на день після їжі протягом одного місяця. Діуретичний ефект трав'яних настоїв оцінювали по клінічному стану хворого та добовому діурезу, який зіставляли з кількістю спожитої рідини.

Отримані результати та їх інтерпретація.

У групі хворих із ХСН, які додатково до базової терапії отримували настій лікарських трав, у порівнянні з першою групою, на 2-4 дні скоріше зменшувалися симптоми серцевої недостатності: задишка, асцит, набряки поясниці, ніг, покращувалися сон та самопочуття.

Ефективність діуретичної дії настою трав залежала від стадії ХСН. При нижчій стадії ХСН за НУНА діуретичний ефект настою трав був більш вираженим, ніж у вищій стадії ХСН. Чим довший період хворі вживали настій трав, тим помітніше зменшувався добовий діурез, що клінічно проявилось зменшенням симптомів ХСН і покращенням самопочуття хворого.

Добовий діурез у другій групі хворих в кінці першого тижня лікування настоями лікарських трав збільшився на 40% при ХСН II, при ХСН III — на 32%, при ХСН IV — на 15%.

У кінці четвертого тижня лікування настоями трав добовий діурез зменшувався, оскільки зменшувалася і серцева недостатність.

Висновок. Лікарські трави у комплексному лікуванні хворих із ХСН доцільно призначати на початкових стадіях захворювання. Вони певною мірою посилюють діуретичну дію синтетичних діуретиків.

ЛІТЕРАТУРА

1. Рекомендації Асоціації кардіологів України з діагностики, лікування та профілактики хронічної серцевої недостатності у дорослих. Режим доступу: http://www.trk.kiev.ua/sarlio_j/2006/4/guidelines.htm.
2. Протокол надання медичної допомоги хворим із хронічною серцевою недостатністю. Наказ МОЗ України від 03.07.2006 № 436.
3. Лікарські рослини. Енциклопедичний довідник/Відр. ред. А.М. Гроднівський.— К.: Голов. ред. УРЕ, 1990.— С. 50-57, 224-225, 270, 336, 415-416, 444-445.
4. Ганич Т.М. Клінічна фітотерапія/ навч. пос. для мед. факт. вищих мед. закл. 2-є вид., доп. і випр./Т.М. Ганич, М.І. Фатугла, О.М. Ганич.— Ужгород: В-во "Товариство", 2008.— С. 174-182, 218-223.

SUMMARY

CHRONIC CARDIAL INSUFFICIENCY AND THE PLACE OF PHYTOTHERAPY IN ITS TREATING

Fatica M.I., Rishko O.A., Vetskan M.M., Svistak V.V., Namysh O.T., Retik I.M., Ignatko J.I., Rytuytsh V.M.
The article shows the efficiency of medicinal plants in treating of chronic cardiac insufficiency.

ПРОФІЛАКТИКА ГРИПУ І ГОСТРИХ РЕСПІРАТОРНИХ ВІРУСНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ В СУЧАСНИХ УМОВАХ З ВИКОРИСТАННЯМ ЗАСОБІВ ФІТОАПТЕДИЦИНИ (ОГЛЯД ЛІТЕРАТУРИ)

Фелусяк В.Т., Сірчак Є.С., Сіксай Л.Т.

ДВНЗ «Ужгородський національний університет», Ужгород, Україна

Гострі респіраторні вірусні інфекції (ГРВІ) належать до групи масових захворювань і продовжують залишатися найсерйознішою проблемою для світового співтовариства. В останні роки особливу заклопотаність вчених багатьох країн світу викликає можливість появи нового пандемічного штаму вірусу грипу. Незважаючи на ефективність вакцинації проти грипу, актуальним продовжує залишатися пошук препаратів різного походження для профілактики і лікування грипу та ГРВІ. Гострі респіраторні захворювання вірусної етіології займають близько 90% серед всіх інфекційних захворювань. Сучасний арсенал препаратів для профілактики і лікування грипу та ГРВІ досить великий. Разом з тим, залишається актуальною проблема пошуку і впровадження в клінічну практику лікарських засобів для профілактики і лікування грипу та інших ГРВІ [2,3].

В останні роки все більшу увагу привертає застосування для неспецифічної профілактики і терапії грипу та ГРВІ натуропатичних засобів. Це пов'язано з тим, що ці препарати не мають протипоказань і можуть застосовуватися практично у всіх групах населення. Це особливо важливо для осіб з наявністю супутньої патології які отримують базисну терапію за класичними схемами. Перевагою використання фітопрепаратів та продуктів бджільництва є також те що ці препарати не викликають звикання, тому їх можна приймати протягом тривалого періоду [1,3].

Профілактика грипу та інших ГРВІ, насамперед, передбачає нормалізацію рівня факторів природної антиінфекційної резистентності (ПАР) та вмісту α-інтерферону (ІФН) у крові; підвищення активності сироваткового ІФН (СІФ) та поліпшення показників місцевого (мукозального) імунітету слизових оболонок дихальних шляхів. Тому в разі зарозуми виникнення гриппозної епідемії, а також у період сезонного підвищення захворюваності на ГРВІ мешканцям екологічно несприятливих регіонів та іншим особам з клінічними ознаками імуносупресії (насамперед, частими повторними випадками ГРВІ або ангі, наявністю хронічних запальних процесів у

ДОР-органях та бронхолегеневої системи) доцільним є проведення з профілактичною метою курсів прийому фітопрепаратів та засобів апітерапії, спрямованих на підвищення ПАР, посилення мукозального імунітету дихальних шляхів та загальної імунобіологічної реактивності організму [4,5].

Загальновідомо, що однією з актуальних проблем сьогодення є вивчення різноманітних методів профілактики грипу та ГРВІ. Адаже клінічний досвід показує, що лише 8-10% хворих на грип в періоді потужного епідемічного спалаху цієї інфекції підлягають госпіталізації. В той час біля 90% захворюлих лікується вдома. Саме у цих хворих, в яких немає тяжкого перебігу грипу та тяжких ускладнень доцільно в повному обсязі використовувати засоби профілактики, як народної так і нетрадиційної медицини. Найдоступнішим бджолопродуктом який використовується з профілактичною цілю є офіційальний препарат – 10% настоянка прополісу, яку виготовляє низка фармацевтичних підприємств України. До хімічного складу прополісу входять органічні кислоти, бальзами, ефірні олії, ароматичні альдегіди, квітковий пилок, зольні елементи, вітаміни, флавоноїди. Настоянку прополісу з профілактичною метою в період загрози епідемії грипу приймають перорально по 10 крапель 2-3 рази на добу впродовж 30-40 днів. Також рекомендується додатково проводити інгаляції спиртово-водним розчином прополісу у співвідношенні 1:20. При цьому здійснюють 1-2 інгаляції на добу; курс становить від 7 до 15 інгаляцій. Повторне проведення інгаляцій прополісу виконують з інтервалом 1-1,5 міс. У період масової захворюваності на грип або ГРВІ інгаляції доцільно проводити в домашніх умовах із застосуванням суміші прополісу та воску за методом Н.П. Гойриша. Цей метод полягає в тому, що 60 г прополісу та 40 г воску перемішують в емальованій мисці ємністю 300-400 мл, поміщають посудину в ширшу металеву каструлю з киплячою водою. Після появи приємного аромату прополісу проводять інгаляцію тривалістю 10-15 хв вранці та ввечері впродовж 10-15 днів; після тижневої перерви курс інгаляцій можна повторювати [3,4,5].

Імуностимуляційним засобом, що нормалізує місцевий імунітет слизової оболонки дихальних шляхів, є комбінований препарат у вигляді суміші 20% спиртового екстракту родіоли рожевої та 20% спиртової настоянки прополісу. Для отримання його необхідно змішати в рівних пропорціях 20% спиртовий екстракт родіоли рожевої з 20% спиртовою настоянкою прополісу та приймати перорально впродовж 3 тиж по 10 крапель у невеликій кількості води 2-3 рази на день за 20-30 хв до вживання їжі. Після двотижневої перерви курс прийому можна повторити. Особливо корисний цей комбінований засіб особам, які схильні до частих рецидивів ГРВІ, грипу й ангіни, а

також жителям великих промислових регіонів, у яких знижений місцевий імунітет слизової оболонки дихальних шляхів [1].

У народній медицині України в профілактиці захворювання на грип та ГРВІ особливо цінується такий продукт бджільництва, як забрус. Забрус – це зрізані смужкою верхні кришечки цілісних медових стільників. Під час запечаткування стільників із медом бджоли використовують виділення воскових і слинних залоз, прополіс, квітковий пилок. Впродовж тривалого часу забрус успішно застосовується в народній медицині для лікування як бактеріальних, так і вірусних уражень носоглотки та верхніх дихальних шляхів, а також хронічного ринориту. Наступним цінним продуктом бджільництва є стільниковий мед, який порівняно з фільтрованим багатий на фермент лізоцим та інші біологічно активні речовини (ВАР), що позитивно впливають на стан місцевого імунітету слизової оболонки дихальних шляхів, зокрема посилює продукування ІgА й активність тканинних макрофагів. Рекомендується жувати забрус із медом по 1 столовій ложці впродовж 10-15 хв 3-4 рази на добу, після чого розжовану масу можна проковтнути.

Значну імунomodulatory активність мають такі продукти бджільництва, як квітковий пилок і перга. Квітковий пилок – це сукупність пилкових зерен, що утворюються в покритонасінних рослинах; містить комплекс збалансованих ВАР, у тому числі вітаміни, незамінні амінокислоти, фітогормони, ферменти та ін. Перга – це квітковий пилок, законсервований у стільниках бджолоїного гнізда. До її складу входять незамінні амінокислоти, каротиноїди, ензими, вітаміни, фітогормони. Квітковий пилок має тонізувальні та імунomodulatory властивості, у тому числі посилює місцевий імунітет слизової оболонки дихальних шляхів. Перга за біологічною активністю в 2,5-3 рази перевищує квітковий пилок. Крім того, і перга, і пилок містять у своєму складі органічний селен та інші речовини, які чинять антиоксидантну дію. Ці речовини належать до потужних природних антиоксидантів непрямої дії, крім того, істотно поліпшують імунологічну реактивність організму. З профілактичною метою дорослим рекомендовано вживати по 2 г перги або по 1 чайній ложці квіткового пилку з додаванням 2-3 чайних ложок меду на добу. Цей апітерапевтичний засіб ретельно розсмоктують у ротовій порожнині впродовж 15-20 хв, потім ковтають, не запиваючи водою. Курс профілактичного прийому квіткового пилку або перги становить 30-40 днів. Після місячної перерви курс профілактичного введення пилку або перги повторюють.

Засоби народної та нетрадиційної медицини, які спрямовані на підвищення імунітету та природної антиінфекційної резистентності можуть бути використані в якості заходів профілактики грипоподібної

інфекції. При цьому найбільш ефективним, за даними комплексного імунологічного обстеження, є використання комбінації фітопрепаратів та продуктів бджільництва, одночасне введення цих продуктів забезпечує відновлення показників імунного гомеостазу та має чітко виражений профілактичний та терапевтичний ефект у лікуванні хворих на грип та ГРВІ. Це дає підстави для використання засобів природного походження з метою поширеного використання у комплексній терапії та профілактиці так званих застудних захворювань, тобто вірусних інфекцій дихальних шляхів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Богомолов В.П. Инфекционные болезни: нетипичная диагностика, лечение, профилактика / В.П.Богомолов. - М.: Ньюдиамед, 2007. - С. 31-39.
2. Большой медовый лечебник. - М.: изд-во Эксмо, 2005. - 432 с.
3. Возанова Ж.І. Інфекційні та паразитарні хвороби / Ж.І.Возанова. - Київ: Знороя, 2001. - Т. 1. - С. 60 - 90.
4. Волошин О.І. Ліки рослинного походження: сучасні тенденції у вичишчання та світовий клінічний медичині і фармації / О.І.Волошин, О.В.Пішак, Л.О.Волошина // Фітотерапія. Часопис. - 2003. - №3. - С. 3-7.
5. Дранник Г.Н. Клиническая иммунология и аллергология / Г.Н.Дранник. - [3-е изд.]. - Киев: Полиграф Плюс, 2006. - 482 с.,
6. Пересадин Н.А. Мед и медопродукция / Н.А.Пересадин, Т.В.Дьяченко. - [2-е изд.]. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2006. - 222 с.
7. Приймак Г.М. Бджоловедение. Настільна книга бджоляра / Г.М.Приймак. - Київ: Альптре, 2008. - 638 с.
8. Синяков А.Ф. Энциклопедия медопродукции / А.Ф.Синяков. - [2-е изд.]. - М.: Авеста, 2006. - 766 с.
9. Скачко В.Г. Використання меду при захворюваннях органів дихання / В.Г.Скачко, Т.П.Гарник, Л.Г.Дудченко // Фітотерапія в Україні. - 2000. - №3-4. С. 47-52.
10. Фролов В.М. Продукти бджільництва та фітопрепарати в оздоровленні й лікуванні / В.М.Фролов, Б.П.Романюк, І.М.Шуліченко. - [вид. 4-е]. - Київ: Луганськ: Егтон, 2004. - 208 с.

SUMMARY

PREVENTION OF INFLUENZA AND ACUTE RESPIRATORY DISEASES IN MODERN CONDITIONS USING DRUGS FITOAPIMEDUTSYNY

Fedusyak V.T., Sirchak E.S., Siksay L.T.

Means of alternative medicine that aim to boost immunity and natural anti-infective resistance can be used as prevention of influenza infection. The most effective, according to a complex immunological test is to use a combination of herbal remedies and bee products, concomitant administration of these products provides recovery indicators of immune homeostasis and has a pronounced prophylactic and therapeutic effect in the treatment of influenza and ARVI. This gives rise to the use of natural origin for widespread use in the treatment and prevention of the so-called colds, that vital respiratory infections.

ВИКОРИСТАННЯ ЯГІД КИЗИЛУ, ОБЛІПХИ ТА ГАРБУЗОВОГО ПОРОШКУ У БОРОШНЯНИХ КОНДИТЕРСЬКИХ ВИРОБАХ

Філь М. І.

Львівська комерційна академія, Львів, Україна

Борошняні кондитерські виробу завдяки високому вмісту вуглеводів, жирів і білків є висококалорійними, добре засвоюваними продуктами з приємним смаком і привабливим зовнішнім виглядом.

З усіх борошняних напівфабрикатів бісквіт є найпухкішим і м'якшим. Добре випечений бісквіт зручний для обробки, він має гладку тонку верхнюву скоринку; пористу, еластичну структуру м'якшу – під час нагівання легко стискається, після зняття зусилля відновлює колишню форму [1].

Нами розроблена нова рецептура бісквітного рулету «Захоплення». Бісквітний напівфабрикат після випікання формують у рулет з начинкою, а поверхню змащують сиропом і оздоблюють.

Рулет «Захоплення» складається із шару пюре кизилу, після чого поверхню рулету змащують сиропом та оздоблюють порошком обліпихи і подрібненим насінням гарбуза [2]. Кизил використовують як в'язучий і протипіщитний засіб, його плоди містять, %: води – 81...85; цукрів (усього) – 6,7...12; пектину – 0,7; клітковини – 1,5; мінеральних речовин – 0,5...0,7; дубильних речовин – 0,6; золи – 0,8; вітаміну С – 100...300 (мг %). Кизил відрізняється значним вмістом пектину, барвників-антоціанів, що надають ягодам червоно-бордовий колір.

Ягоди кизилу, що зібрані в повній стадії стиглості миють, інспектують, видаляють плітоніжки, трона. Потім кизил окремо бланшують «острою» паром за температури 100...110°C протягом 5 хв для пом'якшення тканини. Ягоди кизилу протирають, відділяючи шкірку і кісточки на здвоєній протиральній машині, яка має сита з діаметрами 1,2...1,5 та 0,5...0,7 мм. Вигучені після протирання шкірку та кісточки з залишками м'якоти відварюють протягом 5...10 хв, при цьому співвідношення маси шкірки і кісточок з м'якоттю до маси води складає 1:0,5...1:0,7.

Отриману масу протирають на здвоєній протиральній машині. Ця операція дозволяє підвищити вихід готової продукції і впроваджувати маловідходну технологію. Для оздоблення використовують порошок обліпихи і подрібнене насіння гарбуза. М'якоть плодів обліпихи містить до 30 % олії, яка складається із суміші гліцеридів олеїнової, стеаринової, лінолевої, ліноленової, пальмітинової та міристинової кислот. Важливі компоненти плодів обліпихи – вітамінні групи В, каротиніоїди (близько 95 мг %), токоферолі (близько 50 мг %), аскорбінова кислота (близько 200 мг%), фолєва і нікотинава кислоти. Характеризуються знеоболуючою, протизапальною, протимікробною і