**Фитотерапия сахарного диабета**

Преподаватель

Анненкова Елена Александровна

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Магнитогорский медицинский колледж им. П. Ф. Надеждина»

г. Магнитогорск

**Актуальность темы:** сахарный диабет II типа – это эндокринное заболевание, которое обусловлено нарушением толерантности к глюкозе. Поджелудочная железа вырабатывает жизненно необходимый гормон инсулин в достаточных количествах, но расщепить сахар он не может, так как нарушена восприимчивость тканей к глюкозе. Для достижения нормального уровня глюкозы в крови, применяют сахароснижающие лекарства, специальную диету и физические упражнения. Травы при сахарном диабете II типа также обладают способностью уменьшать уровень глюкозы в крови, насыщать организм витаминами, восстанавливать иммунитет.

**Ключевые слова**: сахарный диабет, инулин, побеги черники, корневища и корни девясила, корни лопуха, листья подорожника, трава мелиссы, корни одуванчика, листья брусники, настойка женьшеня, створки плодов фасоли.



**Рис.1 Побеги Черники обыкновенной 50 г и №20 ф/пакетов**

Побеги черники содержат флавоноиды, дубильные вещества и витамины, оказывают вяжущее, противовоспалительное, гипогликемическое, бактерицидное и мочегонное действие, снимают усталость глаз и улучшают остроту зрения, помогают при сахарном диабете, диарее, анемии, мочекаменной болезни, снимают боли при ревматизме.

Противопоказания: индивидуальная непереносимость, беременность, период лактации.

Способ применения: 1 фильтр-пакет или 1 чайную ложку залить стаканом кипятка, настоять на водяной бане 15 минут, отжать или процедить, принимать по полстакана один раз в день во время еды. Приготовленный настой можно хранить в холодильнике не более двух суток.

Курс лечения -1 месяц.

Условия отпуска из аптек: без рецепта.



**Рис.2 Девясила корневища и корни 50г**

Корневища и корни девясила содержат эфирные масла и инулин, которые стимулируют работу поджелудочной железы и снижают концентрацию сахара в крови.

Противопоказания: индивидуальная непереносимость, хроническая почечная недостаточность, беременность, период лактации.

Способ применения: 2 столовые ложки сырья залить стаканом кипятка в эмалированной посуде и настоять на кипящей водяной бане 30 минут, охладить при комнатной температуре 10 минут, процедить, оставшееся сырье отжать. Довести объем полученного отвара кипяченной водой до 200 мл. Принимать приготовленный отвар по полстакана два раза в день за 1 час до еды. Курс лечения – 1 месяц.

Условия отпуска из аптек: без рецепта.



**Рис.3 Корни лопуха большого 50г**

Корни лопуха содержат эфирные и жирные масла, горечи, дубильные вещества, инулин, минералы и витамины, оказывают желчегонное, диуретическое и противовоспалительное действие.

Противопоказания: индивидуальная непереносимость.

Способ применения: 1 столовую ложку сырья залить стаканом кипятка в эмалированной посуде и настоять на кипящей водяной бане 30 минут, охладить при комнатной температуре 10 минут, процедить, оставшееся сырье отжать. Довести объем полученного отвара кипяченной водой до 200 мл. Принимать по одной столовой ложке отвара три раза в сутки за полчаса до еды. Курс лечения – 1 месяц.

Условия отпуска из аптек: без рецепта.



**Рис. 4 Подорожника большого листья №20 фильтр-пакетов**

Подорожника большого листья содержат полисахариды, слизи, органические кислоты, пектины. Растение оказывает фармакологические эффекты: противовоспалительный, ранозаживляющий и улучшающий метаболизм. Эти свойства подорожника помогают при кожных заболеваниях, развивающихся при сахарном диабете.

Противопоказания: индивидуальная непереносимость, гиперацидный гастрит, обострение язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

Способ применения: 2 столовые ложки листьев подорожника помещают в эмалированную посуду, заливают стаканом кипятка, закрывают крышкой и нагревают на кипящей водяной бане 15 минут, охлаждают при комнатной температуре 15 минут, процеживают, оставшееся сырье отжимают. Объем полученного настоя доводят кипяченной водой до 200 мл.

Принимать приготовленный настой по полстакана три раза в день после еды.

Курс лечения – 2 недели.

Условия отпуска из аптек: без рецепта.



**Рис.5 Трава Мелиссы лекарственной 50 г и № 20 фильтр-пакетов**

Трава мелиссы лекарственной содержит эфирные масла, дубильные вещества, смолы, железо, кальций. Настой из травы усиливает метаболические процесс в организме, способствует обновлению эритроцитов и лимфоцитов, нормализует давление и улучшает пищеварение.

Противопоказания: индивидуальная непереносимость.

Способ применения: 1 столовую ложку травы помещают в эмалированную посуду, заливают стаканом кипятка, закрывают крышкой и нагревают на кипящей водяной бане 15 минут, охлаждают при комнатной температуре 15 минут, процеживают, оставшееся сырье отжимают. Объем полученного настоя доводят кипяченной водой до 200 мл.

Принимать настой по полстакана два раза в день через час после еды.

Курс лечения – 1 месяц.

Условия отпуска из аптек: без рецепта.



**Рис. 6 Одуванчика корни 50 г**

Корни одуванчика содержат витамины, минералы, инулин, железо, фосфор, йод, кальций. Растение обладает желчегонным действием, повышает аппетит и усиливает секрецию желудочного сока.

Противопоказания: индивидуальная непереносимость, обострение язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, острый гастрит, острый панкреатит, желчнокаменная болезнь, беременность, период лактации.

Способ применения: 1 столовую ложку травы помещают в эмалированную посуду, заливают стаканом кипятка, закрывают крышкой и нагревают на кипящей водяной бане 30 минут, охлаждают при комнатной температуре 10 минут, процеживают, оставшееся сырье отжимают. Объем полученного настоя доводят кипяченной водой до 200 мл. Принимать по ¼ стакана три раза в день за полчаса до еды. Курс лечение – 1 месяц.

Условия отпуска из аптек: без рецепта.



**Рис.7 Брусники листья 50 г**

Листья брусники содержат витамины, органические кислоты, дубильные вещества, фосфор, калий, магний, оказывают фармакологические эффекты: иммуностимулирующий, витаминизирующий, противовоспалительный, бактерицидный, восстанавливает клетки поджелудочной железы.

Противопоказания: индивидуальная непереносимость, почечная недостаточность, беременность.

Способ применения: 1 столовую ложку листьев заливает стаканом кипятка, настаивают на кипящей водяной бане 30 минут, процеживают и отжимают сырье. Объем полученного отвара доводят кипяченной водой до 200мл. Принимают по оной столовой ложке три раза в день через 40 минут после еды. Курс лечения – три недели.

Условия отпуска из аптек: без рецепта.



**Рис. 8 Створки плодов фасоли обыкновенной 30 г**

Створки плодов фасоли содержат аминокислоты, белок, витамины и минералы.

Противопоказания: индивидуальная непереносимость, беременность, период кормления грудью.

Способ применения: 1 столовую ложку сухих измельченных створок залить стаканом теплой кипяченой воды. Затем состав поместить на водяную баню на четверть часа. Распаренные створки должны настояться еще час. При соблюдении всех правил, растение отдаст максимум питательных веществ в отвар. После того как отвар остынет, его процедить, отделяя жидкость от жмыха. Для разбавления концентрата, добавить воды до объема 200 мл и снова прокипятить.

Принимать отвар по полстакана 3 раза в день, перед едой. Курс лечения – 1 месяц.

Условия отпуска из аптек: без рецепта.



**Рис.9 Женьшеня настойка 25 мл**

Настойка женьшеня применяется при сахарном диабете любого типа.

Корни женьшеня содержат панаксозиды, эфирные масла, витамины, пектины, макроэлементы и микроэлементы.

Противопоказания: индивидуальная непереносимость, артериальная гипертензия, тахикардия, повышенная нервная возбудимость, беременность, период кормления грудью.

Способ применения: внутрь с небольшим количеством воды по 10 капель три раза вдень до 17 часов. Курс лечения – 1 месяц.

Условия отпуска из аптек: без рецепта.

**Важно! Фитотерапия сахарного диабета – это дополнение к основной терапии с применением лекарственных препаратов.**

**Список используемых источников:**

1. Жохова Е.В., Гончаров М.Ю., Фармакогнозия: учебник для фармацевтических колледжей и техникумов, М.: Издательская группа М.: «ГЭОТАР-Медиа», 2019, 541с.

2. https//medi.ru – сайт «Все о лекарствах»

3. https//tamga.ru– сайт «Средства народной медицины против сахарного диабета»

4. https//rlsnet.ru – сайт «Регистр лекарственных средств России»

5. https//www.vidal.ru- сайт «Справочник лекарственных средств»