

1-апта: Фитотерапия ғылымының мәні мен маңызы. Тарихы.

Кіріспе:

Фитотерапия – бұл өсімдіктерді дәрілік мақсатта қолдану ғылымы және практикасы. Бұл ғылым адамзаттың алғашқы кезеңінен бастап дамып келеді, себебі адамдар өсімдіктердің емдік қасиеттерін байқағаннан кейін оларды ауруларды емдеу мен алдын алу үшін қолдана бастаған. Бүгінгі таңда фитотерапия заманауи медицинада маңызды бөлімге айналып, дәрілік өсімдіктер мен олардың препараттары фармакологияның ажырамас бөлігіне айналды.

Фитотерапияның тарихи дамуы:

Адамзат тарихында дәрілік өсімдіктерді қолданудың тамыры терең жатыр. Мысалы, ежелгі Мысырда папирусқа жазылған дәрілік шөптердің тізімі бүгінгі күнге дейін сақталған. Қытай медицинасы да фитотерапияның дамуына үлкен үлес қосқан, онда шөптерді қолдану жүйелі түрде реттелген. Грекиялық дәрігер Гиппократ "дәрігерлік өсімдіктер – дәрігердің алғашқы көмекшісі" деген. Одан кейін Рим императоры Плиний Старшийдің еңбектері фитотерапияның теориясын дамытуға ықпал етті. Еуропада орта ғасырларда монастырлік бақтарда дәрілік өсімдіктер өсіріліп, олардың қасиеттері зерттелді.

Қазақстанның халық медицинасында да өсімдіктерге ерекше көңіл бөлінген. Ұлы далада өсетін дәрілік шөптер халық емінде кеңінен пайдаланылған, бұл дәстүр бүгінге дейін жалғасуда.

Фитотерапияның ғылыми негіздері:

Қазіргі заманда фитотерапия – бұл тек халықтық тәжірибе ғана емес, сонымен қатар ғылыми зерттеулерге негізделген сала. Фитопрепараттар құрамындағы биологиялық белсенді заттар (флавоноидтар, алкалоидтар, гликозидтер, эфир майлары және басқалар) зерттеліп, олардың адам ағзасына әсер ету механизмдері анықталуда. Бұл заттардың кейбіреулері синтетикалық дәрілердің негізі болып табылады.

Фитотерапияның маңызы:

- **Қол жетімділік:** Фитопрепараттар табиғи, арзан әрі оңай дайындалады.
- **Қауіпсіздік:** Дұрыс қолданғанда жанама әсерлері аз.
- **Жалпы әсері:** Ағзаның қорғаныш күшін күшейтіп, метаболизмді жақсартады.
- **Кешенді әсер:** Бірнеше жүйеге бір уақытта оң әсерін тигізеді.

Бұл ерекшеліктер фитотерапияны заманауи медицинаның маңызды бағытына айналдырады, әсіресе созылмалы және созылмалы емес ауруларды емдеуде

қосымша терапия ретінде кеңінен қолданылады. **Қорытынды:**

Фитотерапия – бұл адам денсаулығын сақтау мен қалпына келтірудің ежелгі әрі қазіргі заманғы тиімді әдісі. Ол табиғи ресурстарды тиімді пайдаланып, денсаулықты қолдау мен аурулардың алдын алуға көмектеседі. Ғылыми тұрғыдан зерттелген және дұрыс қолданылған фитопрепараттар адам өмірінің сапасын жақсартуға зор үлес қосады.

2-апта: Дәрілік өсімдіктердің классификациясы және фармакологиялық топтары

Кіріспе:

Дәрілік өсімдіктер – бұл адам денсаулығын қолдау және ауруларды емдеу үшін қолданылатын өсімдіктер. Олардың құрамында биологиялық белсенді заттар бар, олар организмге әртүрлі фармакологиялық әсер етеді. Дәрілік өсімдіктерді жүйелі түрде классификациялау оларды зерттеу мен қолдануда маңызды рөл атқарады.

Дәрілік өсімдіктердің классификациясы:

Классификация – бұл өсімдіктерді белгілі бір белгілері бойынша топтастыру. Бұл әдіс дәрілік өсімдіктердің қасиеттерін жақсы түсінуге және қолдануға мүмкіндік береді. Классификация бірнеше деңгейде жүргізіледі:

1. **Ботаникалық классификация:** Өсімдіктердің таксономиялық тобы, яғни тұқымдасы, түрі, түрше түрлері бойынша бөлінуі. Мысалы, Қарақат (*Ribes*) тұқымдасына жататын өсімдіктер.
2. **Фармакологиялық классификация:** Өсімдіктердің құрамындағы белсенді заттарға және олардың ағзаға әсер ету ерекшеліктеріне қарай бөлінеді. Бұл классификация дәрілік өсімдіктерді емдік мақсатта қолдануға бағытталған.
3. **Шипалық қасиетіне қарай классификация:** Өсімдіктердің қолданылу мақсатына қарай топтастырылады – тыныс алу жүйесіне әсер ететіндер, асқорыту жүйесіне арналғандар, жүйке жүйесіне пайдалы өсімдіктер және т.б.

Фармакологиялық топтар:

Фармакологияда дәрілік өсімдіктерді олардың белсенді заттарына қарай топтастыру кең таралған. Мысалы:

- **Алкалоидтар бар өсімдіктер:** Морфин, кофеин сияқты күшті әсер ететін заттарды қамтиды. Олар жүйке жүйесіне әсер етеді.
- **Гликозидтер бар өсімдіктер:** Жүрек қызметін жақсартатын әсері бар (мысалы, жүрек гликозидтері).
- **Эфир майы бар өсімдіктер:** Антисептикалық және тыныс алуды жақсартатын әсері бар.
- **Флавоноидтар мен таниндер бар өсімдіктер:** Антиоксиданттық, қабынуға қарсы әсер көрсетеді.

Жүйелеу тәсілдері:

Дәрілік өсімдіктерді жүйелеудің бірнеше тәсілі бар:

- **Химиялық құрамына негізделген:** Белсенді заттардың химиялық табиғатына қарай бөлінеді.
- **Физиологиялық әсеріне қарай:** Организмнің қай жүйесіне әсер ететініне қарай.
- **Қолдану әдістеріне байланысты:** Қайнатпасы, тұнбасы, шайы және т.б.

Шипалық қасиеттер:

Өсімдіктердің шипалық қасиеттері олардың құрамындағы белсенді заттармен анықталады. Мысалы, жусанның құрамында эфир майлары мен горький заттар бар, олар асқорыту жүйесіне әсер етеді.

Қорытынды:

Дәрілік өсімдіктерді дұрыс классификациялау және фармакологиялық топтарға бөлу олардың тиімді қолданылуын қамтамасыз етеді. Бұл жүйе дәрілік өсімдіктердің қасиеттерін түсінуге, оларды дұрыс таңдауға және медициналық практикада тиімді пайдалануға көмектеседі.

3-апта: Фитопрепараттардың фармакокинетикасы және фармакодинамикасы

Кіріспе:

Фитопрепараттар — дәрілік өсімдіктерден алынған дайын өнімдер, олардың тиімділігі мен қауіпсіздігін анықтайтын екі маңызды аспект — фармакокинетика мен фармакодинамика. Бұл екі ғылым саласы фитопрепараттардың ағзадағы әрекетін түсінуге мүмкіндік береді.

1. Фармакокинетика: фитопрепараттардың ағзада өту жолы

Фармакокинетика — ағзаға енген дәрілік заттардың сіңуі, таралуы, метаболизмі және шығарылу процесін зерттейтін ғылым.

- **Сіңу (абсорбция):** Фитопрепараттардың белсенді заттары асқазан-ішек жолынан қанға өтіп, ағзаның әртүрлі бөліктеріне таралады. Абсорбция жылдамдығы мен толықтығы препараттың түріне, қабылдау жолына (ауыз арқылы, сырттай, инъекция) және организм жағдайына байланысты.
- **Таралу (распределение):** Қан арқылы белсенді заттар ағзаның мақсатты тіндеріне жетеді. Фитопрепараттардың белсенді компоненттері, мысалы, эфир майлары, гликозидтер, организмнің түрлі бөліктерінде әртүрлі жинақталуы мүмкін.
- **Метаболизм:** Фитопрепараттардағы белсенді заттар бауырда және басқа органдарда химиялық өзгерістерге ұшырайды. Бұл процесс олардың тиімділігін арттыру немесе азайту, сондай-ақ токсиктік әсерін төмендету үшін қажет.
- **Шығару (эксекреция):** Дәрілік заттар бүйрек, өт, тері арқылы ағзадан шығарылады.

Маңызды: Фитопрепараттардың фармакокинетикасы олардың биожетімділігіне әсер етеді. Мысалы, кейбір эфир майлары тез сіңіп, тез шығарылады, сондықтан олардың қолданылуы жиі болуы керек.

2. Фармакодинамика: фитопрепараттардың ағзаға әсер етуі

Фармакодинамика — фитопрепараттардың ағзадағы әсері мен механизмдерін зерттейді.

- **Механизмдері:** Фитопрепараттар ағзадағы физиологиялық және биохимиялық процестерге әсер етеді. Мысалы, кейбір фитопрепараттар

жүйке жүйесін тыныштандырады, басқалары қабынуға қарсы немесе бактерияға қарсы әсер етеді.

- **Белсенді компоненттер:**
 - *Алкалоидтар* – жүйке жүйесіне күшті әсер ететін заттар (мысалы, кофеин, морфин).
 - *Гликозидтер* – жүрек қызметін жақсартады.
 - *Эфир майлары* – тыныс алу жолдарын кеңейтеді, бактерияға қарсы әсері бар.
 - *Флавоноидтар* – антиоксиданттық және қабынуға қарсы қасиеттері бар.
- **Фитоценоз әсері:** Фитопрепараттардағы өсімдік компоненттері бір-бірімен әсерлесіп, синергетикалық (жақсартатын) немесе антагонистік (басқаша әсер ететін) ықпал етеді. Бұл бірлескен әсер фитопрепараттардың тиімділігін арттырады немесе кейде олардың жанама әсерін тудырады.

3. Қолдану ерекшеліктері және қауіпсіздік

- Фармакокинетика мен фармакодинамика бойынша фитопрепараттардың әсері адамның жасы, денсаулық жағдайы, басқа дәрілермен араласуы және қолдану дозасына байланысты өзгереді.
- Кейбір фитопрепараттар уытты болуы мүмкін, сондықтан олардың қолданылуы сақтықты талап етеді.
- Қолдану кезінде дәрігердің немесе фитотерапевтің кеңесін алу маңызды.

Қорытынды

Фармакокинетика және фармакодинамика фитопрепараттардың ағзаға қалай әсер ететінін толық түсінуге мүмкіндік береді. Бұл білім фитотерапияны тиімді әрі қауіпсіз жүргізуге негіз болады.

4-апта: Биологиялық белсенді заттар (гликозидтер, алкалоидтер, эфир майлары)

Кіріспе:

Фитопрепараттардың негізгі әсерін қамтамасыз ететін — олардың құрамындағы биологиялық белсенді заттар. Бұл заттар дәрілік өсімдіктердің емдік қасиеттерінің негізін құрайды. Олардың ішінде гликозидтер, алкалоидтер және эфир майлары маңызды рөл атқарады.

1. Гликозидтер

- **Құрамы мен құрылысы:** Гликозидтер — көмірсу және басқа органикалық молекулалардан құралған қосылыстар. Олар суда ериді және гидролиздену кезінде белсенді заттарға айналады.
 - **Фармакологиялық әсері:**
 - **Кардиотоникалық гликозидтер** (мысалы, жүрек гликозидтері) жүрек бұлшықетін күшейтіп, жүрек ырғағын реттейді.
 - **Седативті, қабынуға қарсы әсері бар гликозидтер** де кездеседі.
 - **Қолданылуы:** Жүрек ауруларын емдеуде, қан қысымын төмендетуде маңызды.
-

2. Алкалоидтер

- **Құрамы мен қасиеттері:** Алкалоидтер — азотты органикалық қосылыстар. Олар күшті фармакологиялық әсерге ие және көбінесе токсикті болуы мүмкін.
- **Белсенділігі:**
 - **Жүйке жүйесіне әсері:** кейбір алкалоидтер тыныштандырушы немесе қоздырғыш әсер етеді (мысалы, морфин – ауырсынуды басады, кофеин – ынталандырады).
 - **Жүрек-қан тамыр жүйесіне әсері:** қан қысымын реттеуге қатысады.
- **Қауіпсіздік:** Алкалоидтар дозаланбаған жағдайда улану қаупі бар, сондықтан оларды қолдануда сақтық қажет.

3. Эфир майлары

- **Құрамы:** Эфир майлары — өсімдіктерден алынған ұшқыш, ароматты заттардың қоспасы.
- **Фармакологиялық әсері:**
 - **Антисептикалық:** бактерия мен вирустарға қарсы.

- **Қабынуға қарсы және тыныс алу жолдарын кеңейтетін әсері бар.**
- **Жүйке жүйесіне әсері:** тыныштандыратын немесе қоздыратын әсері мүмкін.
- **Қолданылуы:** Ингаляциялар, массаж майлары, дезинфекциялау құралдары ретінде пайдаланылады.

4. Биологиялық белсенді заттардың анықталу әдістері

- **Хроматография:** заттардың құрамын талдауға мүмкіндік береді.
- **Спектрофотометрия:** белсенді компоненттердің концентрациясын анықтайды.
- **Химиялық тесттер:** гликозидтер мен алкалоидтерді анықтайтын классикалық әдістер.

Қорытынды

Гликозидтер, алкалоидтер және эфир майлары — фитопрепараттардың терапиялық қасиеттерін анықтайтын негізгі биологиялық белсенді заттар. Олардың химиялық құрамы, фармакологиялық әсері және қауіпсіздігі фитотерапияның тиімділігін айқындайды.

5-апта дәрісі

Тақырыбы: Фитотерапияда қолданылатын дәрілік шикізат түрлері

Кіріспе

Фитотерапиялық өнімдердің сапасы және олардың тиімділігі көбінесе шикізаттың дұрыс таңдалуына және өңделуіне байланысты. Дәрілік шикізат — бұл фитотерапияда қолданылатын өсімдік бөлшектері немесе басқа табиғи материалдар (жапырақ, гүл, тамыр, сабақ, тұқым және т.б.). Олар медицинада, фармацевтикада және косметологияда кеңінен пайдаланылады.

Дәрілік шикізаттың түрлері

- **Жапырақтар:** мысалы, эвкалипт жапырағы, жалбыз, жатаған шалфей. Жапырақтарда эфир майлары, флавоноидтар көп болады.
- **Гүлдер:** қызғалдақ, түймедақ, раушан гүлі. Олар көбінесе эфир майлары мен ұнтақтық заттарға бай.
- **Тамырлар мен түбірлер:** женшень, сәрсенбай, зімбір. Бұл бөліктер биологиялық белсенді заттардың концентрлі көзі болып табылады.
- **Сабақтар мен бұтақтар:** шөптер мен ағаштардың бұл бөліктері фитотерапияда сирек қолданылса да маңызды заттармен байытылған.
- **Жемістер мен тұқымдар:** аскөк тұқымы, жүгері, асқабақ тұқымы. Олар ішек жұмысын жақсартатын заттарға бай.
- **Өсімдік сірінділері мен смолалар:** көбінесе сыртқы қолдану үшін жарамды.

Дәрілік шикізатты жинау және өңдеу ерекшеліктері

- **Жинау уақыты:** әрбір өсімдік бөлігін жинау уақыты оның биологиялық белсенділігіне тікелей әсер етеді. Мысалы, гүлдер көбінесе таңертең ерте немесе кешке жинақталады.
- **Құрал-жабдықтар:** жинау кезінде таза, өткір құралдар қолдану керек, себебі бұзылған өсімдік материалы сапасыз өнімге әкеледі.
- **Кептіру:** шикізатты дұрыс кептіру — оның сақталу мерзімі мен сапасын ұзартудың басты факторы. Кептіру құрғақ, желдетілетін жерде, күн сәулесінен қорғалған күйде жүзеге асады.
- **Сақтау:** кептірілген шикізат ауа өткізбейтін қаптамаларда, құрғақ, салқын жерде сақталуы тиіс.

Шикізат сапасын бағалау

- **Макроскопиялық талдау:** өсімдік материалының сыртқы түрі, түсі, иісі, құрылымы тексеріледі.
- **Микроскопиялық талдау:** ұсақ бөлшектердің құрылымын анықтау.
- **Химиялық талдау:** биологиялық белсенді заттардың мөлшері мен сапасын анықтау.
- **Уыттылықты тексеру:** өсімдіктің құрамында зиянды заттар жоқ екеніне көз жеткізу.

Қорытынды

Дәрілік шикізат — фитотерапияның негізі. Оның сапасы, дұрыс жиналуы, өңделуі және сақталуы фитопрепараттардың тиімділігі мен қауіпсіздігін қамтамасыз етеді. Сондықтан фитотерапиялық өнімдерді дайындауда шикізатқа аса мән берілуі керек.

6-апта дәрісі

Тақырыбы: Асқорыту жүйесі ауруларына арналған фитопрепараттар

Kіріспе

Асқорыту жүйесі адам ағзасының маңызды бөлігі болып табылады және ол тағамды қорыту, сіңіру және организмге қажетті қоректік заттарды тасымалдау қызметін атқарады. Қазіргі уақытта асқорыту жүйесінің түрлі аурулары кең таралған (гастрит, колит, энтерит, ішек инфекциялары және т.б.). Фитотерапия бұл ауруларды емдеуде және алдын алуда үлкен орын алады.

Асқорыту жүйесі ауруларының түрлері және себептері

- **Гастрит:** асқазан шырынының қабынуы. Көбінесе стресс, дұрыс тамақтанбау немесе инфекциялар себебінен пайда болады.
- **Колит:** тоқ ішектің қабынуы. Ол инфекция, аллергия немесе басқа себептермен туындауы мүмкін.
- **Энтерит:** ішек қабынуы, көбінесе жұқпалы болып келеді.
- **Асқазан жарасы:** асқазан немесе он екі елі ішек шырышты қабатының зақымдалуы.
- **Қорытудың бұзылуы:** тағамды дұрыс қорыта алмау және сіңіру. Бұл жағдайларда да өсімдік препараттары қолданылады.

Фитопрепараттардың асқорыту жүйесіне әсері

- **Қабынуға қарсы әсері:** фитопрепараттар қабынуды азайтып, шырышты қабаттарды қорғауға көмектеседі.
- **Құрамындағы ферменттер:** кейбір өсімдіктер (мысалы, ананас, папайя) ас қорытуды жақсартатын табиғи ферменттерге бай.
- **Қабылдауды жақсарту:** өсімдіктер ағзадағы қышқылдықты реттеп, тағамның толық сіңірілуіне ықпал етеді.
- **Құрамында балқытқыш және тыныштандырғыш заттар бар:** олар асқорыту жолдарының бұлшық еттерінің спазмын жеңілдетеді.

Асқорыту жүйесіне арналған негізгі дәрілік өсімдіктер

- **Жусан (*Artemisia vulgaris*):** қабынуға қарсы, асқазанды тыныштандырады.
- **Аскөк тұқымы (*Foeniculum vulgare*):** іштің ауырсынуын және газдың жиналуын азайтады.
- **Жолжелкен (*Plantago major*):** қабынуға қарсы әсер етеді, іш қатуды жеңілдетеді.
- **Жалаңаш (*Matricaria chamomilla*):** антисептикалық қасиеті бар, асқазанды тыныштандырады.
- **Имбирь (*Zingiber officinale*):** асқорытуға көмектеседі, жүрек айнуын азайтады.
- **Қараған (*Myrtus communis*):** ас қорыту жүйесін жақсартады.

Фитопрепараттарды қолдану әдістері

- **Шай, қайнатпа және тұнбалар:** шөптердің әртүрлі бөліктерінен дайындалады.
- **Мұнайлы экстракттар:** кейбір жағдайларда тиімді.
- **Фитошайлар:** бірнеше өсімдіктерді араластырып, кешенді әсерге қол жеткізуге болады.
- **Жануарлардың жағдайына байланысты доза:** бала, қарт және жүкті әйелдерге доза мөлшері өзгеруі мүмкін.

Қауіпсіздік және қарсы көрсеткіштер

- Кейбір фитопрепараттар аллергиялық реакция тудыруы мүмкін, сондықтан қолданар алдында дәрігермен кеңесу қажет.
- Уытты өсімдіктерден сақ болу керек (мысалы, кейбір жусан түрлері).
- Созылмалы аурулары бар адамдар фитотерапияны тек маманның бақылауымен жүргізуі тиіс.

Қорытынды

Асқорыту жүйесінің ауруларын емдеуде фитопрепараттар тиімді және қауіпсіз әдіс болып табылады. Дәрілік өсімдіктердің биологиялық белсенді заттары асқорыту процесін жақсартып, қабынуды азайтады және ағзаны жалпы нығайтады. Дұрыс таңдалған және қолданылған фитопрепараттар адам денсаулығын жақсартуда маңызды рөл атқарады.

7-апта дәрісі

Тақырыбы: Тыныс алу жүйесіне арналған фитопрепараттар

Кіріспе

Тыныс алу жүйесі ағзаға ауа қабылдау, газ алмасу, және қорғау қызметін атқарады. Қазіргі заманда тыныс алу жолдарының аурулары (бронхит, пневмония, ангина, тұмау) жиі кездеседі. Фитотерапия тыныс алу жолдарын емдеуде тиімді және қауіпсіз әдіс ретінде кеңінен қолданылады.

Тыныс алу жүйесінің аурулары және олардың сипаты

- **Жөтел:** тыныс жолдарының тітіркенуі мен шырышты қабаттарының қабынуының салдары.
- **Бронхит:** бронхтардың қабынуы, өткір және созылмалы түрлері бар.
- **Ангина:** бадамша бездердің қабынуы, көбінесе бактериялық немесе вирустық инфекциялардан.
- **Пневмония:** өкпенің қабынуы, ауыр түрлері де кездеседі.
- **Тұмау және ЖРВИ:** вирустық аурулар, иммунитетті күшейту қажет.

Фитопрепараттардың тыныс алу жүйесіне әсері

- **Қабынуға қарсы:** өсімдік құрамындағы заттар тыныс жолдарының қабынуын азайтады.
- **Экспекторанттық:** шырышты ерітіп, жөтелді жеңілдетеді.
- **Антисептикалық:** тыныс алу жолдарын микробтардан қорғайды.
- **Спазмолитикалық:** тыныс алу бұлшықеттерінің жиырылуын жеңілдетеді.
- **Иммуномодуляторлық:** ағзаның қорғаныш күшін арттырады.

Тыныс алу жүйесіне арналған негізгі дәрілік өсімдіктер

- **Эвкалипт (*Eucalyptus globulus*):** антисептикалық және тыныс алу жолдарын кеңейтетін қасиетке ие.
- **Журавлина (*Vaccinium oxycoccos*):** қабынуға қарсы әсері бар, иммунитетті күшейтеді.

- **Тамыртұмсық (Althaea officinalis):** шырышты қабаттарды қорғап, жөтелді жеңілдетеді.
 - **Түймедақ (Matricaria chamomilla):** тыныштандырып, қабынуды азайтады.
 - **Балдыркөк (Petroselinum crispum):** диуретиктік және экспекторанттық әсері бар.
 - **Қызыл бұрыш (Capsicum annuum):** қан айналымын жақсартып, иммунитетті арттырады.
-

Фитопрепараттарды қолдану әдістері

- **Шай мен тұнбалар:** күнделікті қолдануға ыңғайлы, тыныс алу жүйесін күшейтуге көмектеседі.
 - **Ингаляциялар:** өсімдік эфир майларын немесе тұнбаларын ингалятор арқылы қолдану.
 - **Жақпалар мен майлар:** кеуде және арқаны майлау арқылы дем алуды жеңілдетеді.
 - **Кешенді фитопрепараттар:** бірнеше өсімдіктің қоспалары, иммунитетті көтеру және қабынуды басу үшін.
-

Қауіпсіздік шаралары мен қарсы көрсеткіштер

- Эфир майларын қолдануда терінің сезімталдығын тексеру қажет.
 - Жүкті және бала емізетін әйелдерге фитопрепараттарды қолдану дәрігермен кеңесумен ғана ұсынылады.
 - Аллергиялық реакциялардың алдын алу үшін, әрбір препаратты жеке сынап көру керек.
 - Қарсы көрсеткіштерге өкпе эмфиземасы және кейбір тыныс алу жүйесі аурулары жатады.
-

Қорытынды

Тыныс алу жүйесіне арналған фитопрепараттар ауруды жеңілдетіп, организмнің жалпы жағдайын жақсартуда маңызды рөл атқарады. Дұрыс таңдалған және уақытылы қолданылған өсімдік препараттары адам денсаулығын сақтап, тыныс алу жолдарын қорғауға көмектеседі.

8-апта дәрісі

Тақырыбы: Жүрек-қантамыр жүйесіне арналған дәрілік өсімдіктер

Кіріспе

Жүрек-қантамыр жүйесі (кардиоваскулярлық жүйе) организмдегі қан айналымын қамтамасыз етеді. Бұл жүйенің дұрыс қызметі жалпы денсаулық үшін өте маңызды. Қазіргі уақытта жүрек-қантамыр аурулары кең таралған, сондықтан фитотерапияда осы жүйені қолдау және ауруларды алдын алу үшін дәрілік өсімдіктер кеңінен қолданылады.

Жүрек-қантамыр жүйесінің негізгі функциялары

- Қанды бүкіл денеге тарату
 - Қан қысымын реттеу
 - Қанның тұтқырлығын және құрамын бақылау
 - Тыныс алу мен қоректенуді қамтамасыз ету
-

Жүрек-қантамыр жүйесінің аурулары

- **Гипертония (қан қысымының жоғарылауы)**
 - **Атеросклероз**
 - **Жүрек бұлшықетінің әлсіздігі**
 - **Жүрек ырғағының бұзылыстары (аритмия)**
 - **Жүрек жеткіліксіздігі**
-

Жүрек-қантамыр жүйесіне арналған фитопрепараттардың әсері

- **Қан қысымын төмендету**
- **Капиллярларды нығайту**
- **Қан айналымын жақсарту**
- **Қанның тұтқырлығын азайту**

- **Жүрек бұлшықетін нығайту**
 - **Спазмолитикалық және седативті әсер көрсету**
-

Негізгі дәрілік өсімдіктер

- **Қырыққабат (*Allium sativum*)** – қан қысымын төмендетеді, қанның сұйылуына көмектеседі.
 - **Жүгері шелегі (*Crataegus*)** – жүрек бұлшықетін нығайтады, қан тамырларын кеңейтеді.
 - **Женьшень (*Panax ginseng*)** – жалпы тонусты арттырады, қан айналымын жақсартады.
 - **Қызыл жалбыз (*Salvia officinalis*)** – қан тамырларын тазалайды, тыныштандырады.
 - **Қызыл түймедақ (*Calendula officinalis*)** – қабынуға қарсы және қан тамырларын нығайтады.
 - **Бақа тұлыбы (*Leonurus cardiaca*)** – жүрек ырғағын қалыпқа келтіреді, седативті әсері бар.
-

Фитопрепараттарды қолдану түрлері

- **Тұнбалар мен шайлар** – күнделікті профилактика үшін.
 - **Қайнатпалар** – ауыр жағдайларда қолдануға тиімді.
 - **Жақпалар мен майлар** – қан тамырлары мен теріге жағу үшін.
 - **Кешенді препараттар** – бірнеше өсімдік қосылған дәрілік қоспалар.
-

Қауіпсіздік және қарсы көрсеткіштер

- Жүрек-қантамыр препараттарын қолданғанда дәрігермен кеңесу маңызды.
 - Жеке төзбеушілік және аллергия болған жағдайда қолданбау керек.
 - Қанның сұйықтық деңгейін бақылайтын препараттармен бірге қолданғанда абай болу қажет.
 - Жүктілік пен емшек емізу кезінде дәрігердің рұқсатынсыз қолданбау керек.
-

Қорытынды

Фитотерапия жүрек-қантамыр жүйесінің денсаулығын сақтауда маңызды рөл атқарады. Қазіргі заманғы ғылыми зерттеулер дәрілік өсімдіктердің әсерін растап, олардың профилактикалық және емдік қасиеттерін дәлелдеді. Дұрыс қолданылған фитопрепараттар жүрек-қантамыр жүйесінің қызметін жақсартуға, аурулардың алдын алуға және жалпы денсаулықты нығайтуға көмектеседі.

8-апта дәрісі

Тақырыбы: Жүрек-қантамыр жүйесіне арналған дәрілік өсімдіктер

Кіріспе

Жүрек-қантамыр жүйесі (кардиоваскулярлық жүйе) организмдегі қан айналымын қамтамасыз етеді. Бұл жүйенің дұрыс қызметі жалпы денсаулық үшін өте маңызды. Қазіргі уақытта жүрек-қантамыр аурулары кең таралған, сондықтан фитотерапияда осы жүйені қолдау және ауруларды алдын алу үшін дәрілік өсімдіктер кеңінен қолданылады.

Жүрек-қантамыр жүйесінің негізгі функциялары

- Қанды бүкіл денеге тарату
 - Қан қысымын реттеу
 - Қанның тұтқырлығын және құрамын бақылау
 - Тыныс алу мен қоректенуді қамтамасыз ету
-

Жүрек-қантамыр жүйесінің аурулары

- **Гипертония (қан қысымының жоғарылауы)**

- Атеросклероз
 - Жүрек бұлшықетінің әлсіздігі
 - Жүрек ырғағының бұзылыстары (аритмия)
 - Жүрек жеткіліксіздігі
-

Жүрек-қан тамыр жүйесіне арналған фитопрепараттардың әсері

- Қан қысымын төмендету
 - Капиллярларды нығайту
 - Қан айналымын жақсарту
 - Қанның тұтқырлығын азайту
 - Жүрек бұлшықетін нығайту
 - Спазмолитикалық және седативті әсер көрсету
-

Негізгі дәрілік өсімдіктер

- **Қырыққабат (*Allium sativum*)** – қан қысымын төмендетеді, қанның сұйылуына көмектеседі.
- **Жүгері шелегі (*Crataegus*)** – жүрек бұлшықетін нығайтады, қан тамырларын кеңейтеді.
- **Женьшень (*Panax ginseng*)** – жалпы тонусты арттырады, қан айналымын жақсартады.
- **Қызыл жалбыз (*Salvia officinalis*)** – қан тамырларын тазалайды, тыныштандырады.
- **Қызыл түймедақ (*Calendula officinalis*)** – қабынуға қарсы және қан тамырларын нығайтады.
- **Бақа тұлыбы (*Leonurus cardiaca*)** – жүрек ырғағын қалыпқа келтіреді, седативті әсері бар.

Фитопрепараттарды қолдану түрлері

- **Тұнбалар мен шайлар** – күнделікті профилактика үшін.
 - **Қайнатпалар** – ауыр жағдайларда қолдануға тиімді.
 - **Жақпалар мен майлар** – қан тамырлары мен теріге жағу үшін.
 - **Кешенді препараттар** – бірнеше өсімдік қосылған дәрілік қоспалар.
-

Қауіпсіздік және қарсы көрсеткіштер

- Жүрек-қантамыр препараттарын қолданғанда дәрігермен кеңесу маңызды.
- Жеке төзбеушілік және аллергия болған жағдайда қолданбау керек.
- Қанның сұйықтық деңгейін бақылайтын препараттармен бірге қолданғанда абай болу қажет.
- Жүктілік пен емшек емізу кезінде дәрігердің рұқсатынсыз қолданбау керек.

Қорытынды

Фитотерапия жүрек-қантамыр жүйесінің денсаулығын сақтауда маңызды рөл атқарады. Қазіргі заманғы ғылыми зерттеулер дәрілік өсімдіктердің әсерін растап, олардың профилактикалық және емдік қасиеттерін дәлелдеді. Дұрыс қолданылған фитопрепараттар жүрек-қантамыр жүйесінің қызметін жақсартуға, аурулардың алдын алуға және жалпы денсаулықты нығайтуға көмектеседі.

9-апта дәрісі

Тақырыбы: Несеп-жыныс жүйесіне арналған шөптік препараттар

Кіріспе

Несеп-жыныс жүйесі – адам ағзасындағы маңызды жүйелердің бірі, ол несеп шығару, жыныстық функциялар және репродуктивті процестерді реттейді. Осы жүйенің аурулары кең таралған, сондықтан фитотерапияда оның функцияларын қолдау және емдеу үшін дәрілік өсімдіктер қолданылады.

Несеп-жыныс жүйесінің негізгі қызметтері

- Зәр шығару (бүйрек, зәр шығару жолдары)
 - Гениталдық функцияларды реттеу
 - Репродуктивті функциялар мен гормоналдық баланс
-

Несеп-жыныс жүйесінің аурулары

- Бүйрек және зәр шығару жолдарының қабынуы (пиелонефрит, цистит)
 - Несеп асты безінің аурулары (простатит, аденома)
 - Жыныс мүшелерінің инфекциялары мен қабынулары
 - Құрамындағы тастар мен тұздардың түзілуі
 - Жыныстық дисфункциялар
-

Фитотерапиядағы несеп-жыныс жүйесіне арналған өсімдіктердің әсері

- **Диуретикалық әсері** – зәр шығаруды жақсартады, бүйректі тазартады.
 - **Қабынуға қарсы әсері** – инфекциялар мен қабынуларды төмендетеді.
 - **Спазмолитикалық әсері** – зәр шығару жолдарының бұлшықеттерін босаңсытады.
 - **Антисептикалық қасиеттері** – бактериялардың өсуін тежейді.
 - **Гормоналдық балансты реттеу** – жыныстық функцияларды қолдайды.
-

Негізгі дәрілік өсімдіктер

- **Бидайық (*Equisetum arvense*)** – күшті диуретик, бүйрек және зәр шығару жолдарын тазартады.
- **Түймедақ (*Matricaria chamomilla*)** – қабынуға қарсы және спазмолитикалық әсері бар.

- **Қызыл бұршақ жапырағы (*Urtica dioica*)** – простатитті емдеуде қолданылады.
 - **Шалфей (*Salvia officinalis*)** – антисептикалық және қабынуға қарсы қасиеттері бар.
 - **Жусан (*Artemisia absinthium*)** – микробтарға қарсы және диуретиктік әсері бар.
 - **Боярышник (*Crataegus*)** – қан айналымын жақсартып, қуықтың жұмысын қолдайды.
-

Қолдану әдістері

- **Шайлар мен қайнатпалар** – күнделікті қолдану үшін.
 - **Тұнбалар** – концентрленген препараттар ретінде.
 - **Комплексті фитопрепараттар** – кешенді әсер беру үшін.
 - **Сыртқы қолдану** – кейбір жағдайларда компресс немесе ванна түрінде.
-

Қауіпсіздік және қарсы көрсеткіштер

- Жеке төзбеушілік кезінде қолданбау.
 - Жүктілік және емшек емізу кезінде дәрігер кеңесі қажет.
 - Кейбір диуретиктермен және дәрі-дәрмектермен біріктіруде сақтық қажет.
 - Дозаны асыра пайдаланбау керек, себебі шамадан тыс диуретиктік әсер ағзаның сусыздануына әкелуі мүмкін.
-

Қорытынды

Несеп-жыныс жүйесінің ауруларын емдеуде фитопрепараттар тиімді әрі қауіпсіз әдіс болып табылады. Дұрыс таңдалған өсімдіктер жүйке жүйесін тыныштандырып, қабынуды басып, ағзаны тазартады. Сонымен қатар, фитотерапия организмнің жалпы денсаулығын нығайтады және жанама әсерлердің аздығымен ерекшеленеді.

10-апта дәрісі

Тақырыбы: Жүйке жүйесіне әсер ететін фитопрепараттар

Кіріспе

Жүйке жүйесі — ағзаның барлық функцияларын реттейтін, сыртқы және ішкі ортадағы өзгерістерге жауап беретін күрделі жүйе. Жүйке жүйесінің бұзылыстары стресс, уайым, ұйқысыздық, депрессия және басқа да көптеген ауруларға әкелуі мүмкін. Фитотерапия жүйке жүйесін қолдау және қалпына келтіруде маңызды рөл атқарады.

Жүйке жүйесінің негізгі қызметтері

- Сезімталдық пен қозғалысты бақылау
 - Эмоцияларды реттеу
 - Ұйқы мен ояу режимін басқару
 - Жүйке қозуды және босаңсытуды қамтамасыз ету
-

Жүйке жүйесінің бұзылыстары

- Стресс және эмоционалдық күйзеліс
 - Ұйқының бұзылуы (ұйықтау қиындықтары, ұйқысыздық)
 - Қозу мен мазасыздық
 - Депрессия және көңіл-күйдің төмендеуі
 - Жүйке шаршауы және әлсіздігі
-

Жүйке жүйесіне әсер ететін фитопрепараттардың әсері

- **Седативтік әсері** – жүйке жүйесін тыныштандырады, стресс пен мазасыздықты азайтады.
 - **Ұйықтатқыш әсері** – ұйқыны жақсартады және ұйықтауды жеңілдетеді.
 - **Стимуляторлық әсері** – жүйкені қоздырып, зейін мен есте сақтауды арттырады.
 - **Нерв жасушаларын қорғайды** – антиоксиданттық қасиеттерімен жүйке тіндерін қорғайды.
-

Негізгі дәрілік өсімдіктер

- **Валериана тамыры (*Valeriana officinalis*)** – седативтік және ұйықтатқыш қасиеттері бар.
 - **Жылқы жалбырағы (*Melissa officinalis*)** – тыныштандырады, мазасыздықты төмендетеді.
 - **Жусан (*Artemisia absinthium*)** – жүйкені күшейтеді, стресске қарсы әсері бар.
 - **Пияз (*Allium cepa*)** – жүйке жасушаларын қорғайтын антиоксидант.
 - **Мүкжидек (*Vaccinium myrtillus*)** – ми қан айналымын жақсартады, когнитивті функцияларды қолдайды.
 - **Тұзды шөп (*Hypericum perforatum*)** – жеңіл деңгейдегі депрессияға қарсы әсері бар.
-

Қолдану әдістері

- **Шайлар мен тұнбалар** – күнделікті стресске қарсы қолдану үшін.
 - **Жақпа майлар мен компресстер** – жүйке тіндерін тыныштандыру мақсатында.
 - **Кешенді фитопрепараттар** – көп әсерлі препараттар түрінде.
 - **Ароматерапия** – кейбір өсімдіктердің эфир майлары арқылы тыныштандыру.
-

Қауіпсіздік және қарсы көрсеткіштер

- Кейбір өсімдіктер ұйқышылдықты күшейтеді, сондықтан көлік жүргізу және дәлдік қажет ететін жұмыстарда қолдану алдында сақ болу керек.
 - Жүктілік және бала емізу кезінде дәрігермен кеңес.
 - Қолданылатын дәрі-дәрмектермен араласқанда жанама әсерлер болуы мүмкін.
 - Тым ұзақ қолдану тәуелділік тудыруы ықтимал, сондықтан қолдану мерзімін сақтау қажет.
-

Қорытынды

Жүйке жүйесінің қалыпты жұмысын сақтау және бұзылыстарын емдеуде фитотерапияның орны ерекше. Табиғи фитопрепараттар ағзаны тыныштандырып, ұйқыны жақсартып, жүйке тіндерін қорғайды. Дегенмен, олардың қолдануында сақтық пен дәрігер кеңесі маңызды.

11-апта дәрісі

Тақырыбы: Иммунитетті нығайтатын фитопрепараттар

Кіріспе

Иммунитет — ағзаны сыртқы патогендерден қорғау жүйесі. Қазіргі өмір сүру жағдайлары, стресс, қоршаған ортаның ластануы иммундық жүйенің әлсіреуіне әкеледі. Фитотерапия иммунитетті нығайтуда тиімді құрал болып табылады.

Иммунитеттің түрлері

- **Туа біткен иммунитет** — ағзаға алғаш енген патогенге қарсы тұру қабілеті.
 - **Қалыптасқан иммунитет** — вакцинация немесе аурудан кейін қалыптасатын арнайы иммунитет.
-

Иммундық жүйенің негізгі элементтері

- Лимфа түйіндері
 - Ақ қан клеткалары (лейкоциттер)
 - Сүйек миы мен көкбауыр
 - Антиденелер
-

Иммунитетті нығайтуға арналған фитопрепараттардың әсері

- **Антиоксиданттық әсері** — бос радикалдарды залалсыздандыру арқылы жасушаларды қорғайды.
- **Иммуномодуляторлық қасиеттері** — иммундық жүйенің реакциясын реттейді.

- **Антивирустық және антибактериалдық әсері** — патогендерге қарсы күреседі.
 - **Қалпына келтіруші әсері** — ағзаның жалпы қорғанысын күшейтеді.
-

Негізгі дәрілік өсімдіктер

- **Эхинацея (Echinacea purpurea)** — иммунитетті көтереді, бактерияға қарсы әсері бар.
 - **Женьшень (Panax ginseng)** — жалпы тонус пен иммундық қорғанысты арттырады.
 - **Сарымсақ (Allium sativum)** — табиғи антибиотик ретінде әсер етеді.
 - **Ромашка (Matricaria chamomilla)** — қабынуға қарсы және тыныштандырғыш әсері бар.
 - **Родиола розовая (Rhodiola rosea)** — стресске төзімділікті арттырады және иммунитетті қолдайды.
 - **Шалфей (Salvia officinalis)** — антисептикалық қасиеті бар.
-

Қолдану тәсілдері

- **Шайлар мен тұнбалар** — күнделікті профилактикалық қолдану үшін.
- **Фитокомплекстер** — арнайы иммунитетті қолдау препараттары.
- **Мазьдар мен майлар** — жергілікті қолдану үшін, тері арқылы қорғаныс жүйесін күшейту мақсатында.

Қауіпсіздік шаралары

- Аллергиялық реакциялардың болуы мүмкіндігін ескеру.
- Тексерілмеген препараттарды қолданбау.
- Жүктілік және емізу кезеңінде дәрігер кеңесін алу.
- Дәрі-дәрмекпен өзара әрекеттесуін бақылау.

Қорытынды

Иммунитетті нығайту үшін фитопрепараттар – табиғи, қауіпсіз және тиімді тәсіл. Дұрыс таңдалған және қолданылған өсімдік өнімдері ағзаның қорғаныс күштерін арттырып, ауруларға төзімділікті жоғарылатады. Дегенмен, оларды қолданарда сақтық пен сараптамалық кеңес қажет.

12-апта дәрісі

Тақырыбы: Онкологиялық ауруларға арналған фитотерапия элементтері

Kipicne

Онкологиялық аурулар – қазіргі заманның ең күрделі және қауіпті ауруларының бірі. Бұл аурулар кезінде ағзаның қалыпты жасушалары бақылаусыз бөлініп, қатерлі ісік түзіледі. Онкологиялық емде фитотерапия – қосымша, қолдаушы терапия ретінде кеңінен қолданылады. Фитопрепараттар ағзаны қолдап, дәрі-дәрмектердің жанама әсерлерін азайтып, жалпы жағдайды жақсарты алады.

Онкологиялық аурулардың негізгі себептері

- Генетикалық факторлар
- Қоршаған ортаның зиянды әсері (уыттар, радиация, химиялық заттар)
- Қоректену және өмір салтының бұзылуы
- Вирустар мен бактериялардың қатысуы

Фитотерапияның онкологиялық емдегі рөлі

- **Антиоксиданттық қорғаныс:** қатерлі ісіктің дамуын тездететін бос радикалдарды бейтараптандыру.
- **Иммунитетті қолдау:** ағзаның табиғи қорғанысын күшейту.
- **Жанама әсерлерді жеңілдету:** химио- және радиотерапияның жағымсыз салдарын азайту.
- **Антипролиферативтік әсер:** қатерлі жасушалардың көбеюін тежейді.

Онкологияға қарсы танымал дәрілік өсімдіктер

- **Қызыл бұрыш (*Capsicum annuum*)** – капсаицин құрамында, ісік жасушаларына қарсы әсері бар.
- **Женьшень (*Panax ginseng*)** – ағзаның төзімділігін арттырады, токсиндерді жояды.
- **Аюшағы (*Arctium lappa*)** – ағзаны детоксикациялайды, иммундық жүйені қолдайды.

- **Мүкжидек (*Vaccinium myrtillus*)** – антиоксидант ретінде әрекет етеді, қан айналымын жақсартады.
- **Зардап шеккен жасушалардың өсуін тежейтін** басқа да өсімдіктер: имбирь, сарымсақ, куркума.

Онкологиялық емде фитопрепараттарды қолдану әдістері

- **Тұнбалар мен экстракттар:** ағзаны күшейту және токсиндерді шығаруға бағытталған.
- **Шайлар мен инфузиялар:** күнделікті қолдау үшін.
- **Диетаға қосымша ретінде:** онкологиялық науқастардың қоректенуін жақсарту мақсатында.
- **Жергілікті қолдану:** тері мен жараларға қарсы құралдар.

Улы және шартты улы өсімдіктер

Онкологияда кейбір токсинді өсімдіктер де қолданылады, бірақ олар өте сақтықпен және дозаны қатаң бақылаумен ғана пайдаланылады. Мысалы:

- **Беладонна (*Atropa belladonna*)** – күшті уытты, бірақ кейбір жағдайларда катерлі ісікке қарсы препараттардың құрамында болады.
- **Ақ немесе қара бұрыш (*Aconitum*)** – токсинді заттар құрамында, дәрігердің бақылауымен ғана қолданылады.

Қауіпсіздік және қарсы көрсеткіштер

- Фитопрепараттарды қолдану алдында міндетті түрде онколог маманмен кеңесу қажет.
- Өзін-өзі емдеуге жол берілмейді, себебі кейбір өсімдіктер химиотерапиямен өзара әрекеттесіп, әсерін төмендетуі немесе токсикалық әсерлерін арттыруы мүмкін.
- Дозаны сақтау және препараттарды дұрыс таңдау аса маңызды.

Қорытынды

Онкологиялық ауруларды емдеуде фитотерапия қосымша әдіс ретінде тиімді, алайда ол негізгі емнің орнын алмастыра алмайды. Табиғи өсімдіктерден алынған препараттар организмнің қорғаныс механизмдерін күшейтіп, химиялық дәрілердің жанама әсерін азайтуға көмектеседі. Дегенмен, олардың қауіпсіздігі мен тиімділігін қамтамасыз ету үшін кәсіби мамандардың бақылауы маңызды.

13-апта дәрісі

Тақырыбы: Дәрілік формалар: қайнатпа, тұнба, шай, жақпа май, сироп

Kipicne

Фитотерапияда дәрілік өсімдіктерді қолданудың негізгі тәсілдерінің бірі — олардан дәрілік формаларды дайындау. Дәрілік формалар өсімдіктердің тиімділігін арттыруға, қолданылуын жеңілдетуге және қауіпсіздігін қамтамасыз етуге арналған. Бұл дәрісімізде фитопрепараттардың ең кең таралған формалары — қайнатпа, тұнба, шай, жақпа май және сироп туралы толық мәлімет береміз.

1. Қайнатпа (Отвар)

- **Анықтамасы:** Қайнатпа — су мен дәрілік өсімдіктердің белгілі бір бөлігін ұзақ уақыт қайнату арқылы дайындалатын дәрілік форма.
 - **Дайындау әдісі:** Өсімдік шикізаты суға салынып, баяу отта 15-30 минут қайнатылады. Содан кейін тұндырылады және сүзгіден өтеді.
 - **Қолдану ерекшелігі:** Қайнатпа көбінесе қатты талшықты және қатты суда ерімейтін заттары бар өсімдіктер үшін қолайлы.
 - **Мысалы:** Қырықбуын, жусан, қарақат жапырағы қайнатпалары.
-

2. Тұнба (Настойка)

- **Анықтамасы:** Тұнба — дәрілік өсімдіктердің алкоголь немесе спирт негізінде ұзақ уақыт (әдетте 7-21 күн) тұндыру арқылы дайындалатын сұйық дәрілік форма.
 - **Дайындау әдісі:** Өсімдік шикізаты алкогольге салынған соң, қараңғы жерде белгілі температурада тұндырылады, араластырып отырады. Кейін сүзгіден өткізіледі.
 - **Қолдану ерекшелігі:** Алкогольдің арқасында белсенді заттар жақсы шығады, ұзақ уақыт сақталады.
 - **Мысалы:** Валериана, календула, эхинацея тұнбалары.
-

3. Шай

- **Анықтамасы:** Шай — өсімдік материалдарын ыстық суда тұндыру арқылы дайындалатын жеңіл дәрілік форма.
 - **Дайындау әдісі:** Дәрілік шөптер ыстық суға салынып, бірнеше минут тұндырылады. Әдетте тез дайындалады және қолдану ыңғайлы.
 - **Қолдану ерекшелігі:** Тұтынушылар арасында кең таралған, қауіпсіз және қолдануға жеңіл.
 - **Мысалы:** Жасыл шай, жалбыз, мята шайлары.
-

4. Жақпа май (Мазь)

- **Анықтамасы:** Жақпа май — өсімдік майлары мен дәрілік өсімдіктерден алынған сығындылардан дайындалатын сыртқы қолданылатын дәрілік форма.
 - **Дайындау әдісі:** Өсімдіктер майда тұндырылады немесе майлы экстракция жасалады, кейін қажетті консистенцияға жеткізіледі.
 - **Қолдану ерекшелігі:** Тері ауруларында, жараларды емдеуде және ауырсынуды азайтуда қолданылады.
 - **Мысалы:** Календуланың майы, эвкалипт жақпасы.
-

5. Сироп

- **Анықтамасы:** Сироп — дәрілік өсімдіктерден алынған сұйықтыққа қант немесе бал қосу арқылы дайындалатын тәтті дәрілік форма.
 - **Дайындау әдісі:** Тұнбалар немесе қайнатпалар қант ерітіндісімен араластырылады, бұл препараттың дәмін жақсартады және ұзақ сақтау үшін қолайлы болады.
 - **Қолдану ерекшелігі:** Балалар мен қарт адамдарға өте қолайлы, әсіресе тыныс алу жолдарының ауруларында жиі қолданылады.
 - **Мысалы:** Тимьян сиробы, таңқурай сиробы.
-

Дәрілік формаларды дайындаудағы маңызды факторлар

- Өсімдік шикізатының сапасы (тазалығы, дұрыс кептірілуі)
- Дайындау уақыты мен температурасы
- Сақтау шарттары (қараңғы, салқын жер)
- Дозалау мен қолдану әдістері

Қолдану және қауіпсіздік шаралары

- Әрбір дәрілік форма белгілі бір ауруларға және симптомдарға сәйкес таңдалады.
- Дозаны сақтау маңызды, әсіресе тұнба мен сироптарда спирт немесе қант мөлшерін есепке алу қажет.
- Аллергия және жеке төзімсіздікке назар аудару қажет.
- Балалар мен жүкті әйелдерге арналған арнайы нұсқауларды сақтау керек.

Қорытынды

Фитотерапияда дәрілік формаларды дұрыс дайындау мен қолдану — емдеудің тиімділігін қамтамасыз ететін негізгі фактор. Әр форма өзіндік ерекшеліктерге ие және белгілі бір жағдайларда қолданылады. Қайнатпа, тұнба, шай, жақпа май және сироп өсімдік белсенді заттарының ағзаға тиімді және қауіпсіз жетуін қамтамасыз етеді.

14-апта дәрісі

Тақырыбы: Заманауи фитотерапиялық өнімдер мен БАА (биологиялық активті қоспалар)

Kipicne

Қазіргі заманғы фитотерапия дамуымен бірге, фитопрепараттардың жаңа түрлері мен биологиялық активті қоспалар (БАА) кеңінен қолданылуда. Бұл дәрісте заманауи фитотерапиялық өнімдердің түрлері, олардың ерекшеліктері мен қолданылу аясы қарастырылады. Сонымен қатар БАА-ның маңызы мен фитопрепараттардан айырмашылықтары туралы талқылаймыз.

1. Заманауи фитотерапиялық өнімдер

- **Анықтамасы:** Бұл — дәрілік өсімдіктерден немесе олардың сығындыларынан дайындалған фармацевтикалық препараттар, заманауи технологиялармен өндірілген.
- **Формалары:** Капсулалар, таблеткалар, пасталар, сұйық экстрактар, гельдер, спрейлер және тағы басқа.
- **Артықшылықтары:**
 - Қолдану ыңғайлылығы (дәріханалық формалар)
 - Құрамындағы белсенді заттардың жоғары концентрациясы
 - Сақталу мерзімінің ұзақтығы
 - Стандартталған сапасы
- **Мысалы:** Эхинацея капсулалары, валериана таблеткалары, прополис спрейлері.

2. Биологиялық активті қоспалар (БАА)

- **Анықтамасы:** Табиғи компоненттерден (өсімдіктер, минералдар, дәрумендер) құралған тағамға қосылатын қоспалар, денсаулықты қолдауға бағытталған.
- **Құрамы:** Витаминдер, минералдар, аминқышқылдары, өсімдік экстрактілері.

- **Мақсаты:** Дененің қорғаныс функцияларын күшейту, метаболизмді жақсарту, иммунитетті арттыру.
- **Өндіріс ерекшеліктері:** БАА фармацевтикалық өнімдерге қарағанда жеңілдетілген реттеуге бағынады, дәрілік әсері шектеулі.
- **Қолдану:** Спортшыларда, қарттарда, балаларда қосымша ретінде жиі пайдаланылады.

3. БАА мен фитопрепараттардың айырмашылығы

Қасиеті	БАА	Фитопрепараттар
Заңды мәртебесі	Тағам қоспасы	Дәрілік препарат
Реттеу	Жеңілдетілген	Қатаң реттелген
Қолданылуы	Қосымша ретінде, профилактикаға арналған	Емдік мақсатта, нақты ауруларды емдеу
Құрамы	Табиғи қосындылар	Стандартталған белсенді заттар
Қауіпсіздік	Жоғары (жеке төзімділікке байланысты)	Дәрілік заттардан уыттылық болуы мүмкін

4. Заманауи фитопрепараттардың өндіріс технологиялары

- **Стандарттау:** Белсенді заттардың нақты мөлшерін қамтамасыз ету үшін химиялық және биологиялық сынақтар жүргізіледі.
- **Экстракция әдістері:** Суық және ыстық экстракция, спиртпен және басқа еріткіштермен жұмыс, суперкритикалық CO₂ экстракциясы.
- **Сақтау:** Қатпарлы қабықтар, ампулалар, қаптамалар арқылы белсенділігін ұзақ сақтау.
- **Қаптама:** Дозалау мен қолдануды жеңілдету үшін ыңғайлы және қауіпсіз.

5. Қазақстандағы фитотерапия өндірісі

- Қазақстанда дәстүрлі фитотерапия мен заманауи өндіріс үйлесімді дамуда.

- Мемлекеттік бағдарлама аясында отандық фитопрепараттардың сапасын арттыруға бағытталған зерттеулер жүргізілуде.
 - Жергілікті өсімдіктер ресурстарын пайдалану арқылы ұлттық фитопрепараттар нарығы кеңейіп келеді.
-

6. Фитотерапия мен БАА қолдануындағы негізгі қауіптер

- БАА-ның кейде дәрілік препараттарға балама ретінде қабылдануы дұрыс емес.
 - Дәрігердің кеңесінсіз ұзақ уақыт қолдану денсаулыққа зиян келтіруі мүмкін.
 - Құрамы мен сапасы бақылаусыз өнімдерден сақтану қажет.
-

Қорытынды

Заманауи фитотерапиялық өнімдер мен БАА денсаулықты қолдау мен емдеуде маңызды рөл атқарады. Дегенмен олардың ерекшеліктерін білу және дұрыс қолдану қажет. Фитопрепараттар емдік мақсатта қолданылса, БАА көбінесе профилактикалық қолдау ретінде пайдаланылады.

15-апта дәрісі

Тақырыбы: Фитотерапиядағы қауіпсіздік және уыттылық. Қарсы көрсеткіштер

Kipicne

Фитотерапияның тиімділігі мен кең таралуына қарамастан, дәрілік өсімдіктер мен фитопрепараттарды қолдануда қауіпсіздік мәселесі аса маңызды. Бұл дәрісте фитопрепараттардың уыттылығы, қарсы көрсеткіштері, жанама әсерлері және қауіпсіз қолдану әдістері қарастырылады.

1. Фитопрепараттардың уыттылығы (токсикология)

- **Уыттылық анықтамасы:** Организмге зиянды әсер ететін заттардың мөлшері мен қасиеттері.
 - **Токсикалық заттар:** Кейбір дәрілік өсімдіктерде алкалоидтар, гликозидтер, эфир майлары және басқа биологиялық белсенді заттар белгілі бір мөлшерден асқанда уытты болады.
 - **Уыттылық түрлері:**
 - **Жедел уыттылық:** Қысқа мерзімде жоғары дозада пайда болады.
 - **Созылмалы уыттылық:** Ұзақ уақыт аз мөлшерде қолданғанда.
 - **Мысалдар:** Аконит, беладонна, түймедақтың кейбір түрлері уытты болуы мүмкін.
-

2. Қарсы көрсеткіштер

- **Жеке төзімсіздік:** Аллергия немесе жеке реакциялар болған жағдайда қолдануға болмайды.
- **Жүктілік және лактация:** Көптеген фитопрепараттар жүкті әйелдерге және бала емізетін аналарға қарсы көрсетіледі.
- **Балалар мен қарттар:** Денсаулық жағдайына байланысты дозаны мұқият таңдау қажет.
- **Аурулардың кейбір түрлері:** Жүрек, бауыр, бүйрек аурулары кезінде кейбір өсімдіктерді қолдануға болмайды.

- **Дәрі-дәрмекпен өзара әрекеттесу:** Фитопрепараттар кейде рецептілік дәрілердің әсерін өзгерте алады.
-

3. Фитопрепараттардың қауіпсіз қолдану жолдары

- **Дозалау:** Рекомендацияланған мөлшерден аспау.
 - **Қолдану мерзімі:** Ұзақ уақыт қолданар алдында дәрігермен кеңесу.
 - **Дәрігердің кеңесі:** Аурудың түрі мен жағдайына қарай дұрыс таңдау.
 - **Өнімнің сапасы:** Тек сертификатталған және сенімді көздерден алынған өнімдерді пайдалану.
 - **Жеке ерекшеліктерді ескеру:** Жас, жыныс, ағза ерекшеліктері.
-

4. Жанама әсерлері және оларды алдын алу

- **Аллергиялық реакциялар:** Терінің қышуы, бөртпе, ісіну.
 - **Асқазан-ішек жолдарының бұзылуы:** Құсу, жүрек айну, диарея.
 - **Жүйке жүйесіне әсері:** Ұйқышылдық, бас ауыру, қозғыштық.
 - **Алдын алу шаралары:** Өнімнің құрамын мұқият тексеру, дәрігерге хабарлау.
-

5. Фитопрепараттардың табиғи өсу ортасы мен қауымдастығының маңызы

- Өсімдіктердің өсетін ортасы олардың химиялық құрамы мен белсенділігіне әсер етеді.
 - Қоршаған орта факторлары (климат, топырақ, су) өсімдіктердің сапасын анықтайды.
 - Дұрыс экологиялық жағдайда өсірілген дәрілік өсімдіктер қауіпсіз және тиімді болады.
-

Қорытынды

Фитотерапиядағы қауіпсіздік — бұл тек өнімнің сапасы емес, оның дұрыс таңдалуы, дозалануы және қолданылуы. Ұйыттылық пен қарсы көрсеткіштерді ескермеу денсаулыққа зиян келтіруі мүмкін. Сондықтан фитопрепараттарды қолдану барысында жауапкершілік пен медициналық кеңес өте маңызды.

