

Посоветуйтесь с доктором!

В Интернете можно найти большое количество рецептов и «верных» способов борьбы с самыми различными заболеваниями, опасными и трудно поддающимися лечению средствами современной медицины. Это касается и туберкулёза.

Беда, что не всегда эти рекомендации являются проверенными и грамотно написанными. Например, на одном из интернет-сайтов говорится, что «чеснок обладает АНТИБАКТЕРИЦИДНЫМИ свойствами». Если учесть, что бактерицидные свойства - это способность убивать бактерии, а приставка «анти-» означает отрицание, то получается полнейшая бессмыслица.

Бледность кожи и нежный румянец...

Туберкулёз (чахотка) - заболевание, существование которого исчисляется тысячелетиями. Болезнь была хорошо известна своей опасностью, заразностью. Однако лишь 1882 году немецким учёным Робертом Кохом был открыт возбудитель туберкулёза (палочка Коха, современное название - микобактерия туберкулёза – МБТ).

В настоящее время болеют туберкулёзом чаще люди молодого возраста, как впрочем, и во все времена. Это и Ф. Шопен, А.П.Чехов, И. Левитан, В.Г.Белинский. Коварная болезнь протекает на первоначальном этапе своего развития месяцами бессимптомно, затем появляются симптомы, которые в какой-то период, делают заболевшего привлекательным - стройность, за счёт снижения массы тела, бледность кожи и нежный румянец, оживлённый взгляд, может быть, даже возвышенно-эмоциональное восприятие жизни, за счёт интоксикации.

«Виртуозы чувствительности» - так в прежние годы характеризовали больных туберкулёзом. Ф Шопен создал именно в этот промежуток времени свои лучшие музыкальные произведения – насыщенные энергией «Этюды», чувственные «Вальсы». А.П.Чехов, будучи больным, совершил поездку на Сахалин, создал ряд произведений, в том числе и великолепный лирический рассказ «Цветы запоздалые» о судьбе, страданиях больной туберкулёзом. Да и вся жизнь А.П.Чехова - это пособие для врачей по фтизиатрии. Больной, исхудавший от болезни И. Левитан, пишет щемящие душу «пейзажи настроения».

Однако бесконечно долго это состояние продолжаться не может. Туберкулёз прогрессирует. Постепенно происходит ухудшение состояния, продолжающееся месяцами, а порой и годами. Подавленность, депрессия, нарастающая слабость, кашель, одышка, кровохарканье, кровотечение и смерть. Примером тому могут служить последние годы жизни А.П.Чехова в Ялте и в Германии, бесконечные кровотечения В.Г.Белинского, угасание И.Левитана, кровохарканье и смерть от туберкулёза Виолетты - героини оперы Джузеппе Верди «Травиата».

Туберкулёз долгое время был приговором, так как никакие средства не могли справиться с его возбудителем. Противотуберкулёзные препараты появились лишь в 1944 году - стрептомицин, затем в 50-е годы - изониазид, метазид, фтивазид, канамицин, пиразинамид, ПАСК, этионамид и протионамид, в

начале 70-х годов 20 века - этамбутол, рифампицин, позднее рифабутин, фторхинолоны, в начале нового столетия - теризидон, перхлозон, бедаквилин. Противотуберкулёзные препараты являются основными в лечении больных туберкулёзом, без их применения возможно лишь прогрессирование заболевания.

Советы от знахарей: расчет на неграмотных?

Издавна и до настоящего времени широко распространены народные рецепты, рекомендации по использованию в лечении больных туберкулёзом, прежде всего, жиров. И это в какой-то мере было оправданным. Больной действительно нуждается в усиленном питании. Народная медицина использует для этих целей барсучий, тюлений, медвежий, говяжий, овечий, бараний, собачий жир, свиное свежее сало, нутряной жир гусей, свиней.

До сих пор бытуют выражения: «жиры закупоривают все больные места в лёгких», «салом и жиром каверны, лёгкие заливают». Предлагались, да и до сих пор предлагаются, разные рецепты для улучшения вкуса жира – добавлять шоколад, какао, яблоки, лимоны или другие фрукты, овощи, яйца, коньяк. Указываются разные сроки приёма жиров, но не менее 3-9 месяцев. Некоторые рекомендации мало выполнимы, так как предполагают ежедневное закалывание барана, или свиньи, или гуся и использование сала, жира только свежезабитого животного.

В настоящее время нет необходимости использования перечисленных жиров. Разработаны диеты сбалансированного питания больных туберкулёзом, в том числе и с сопутствующими заболеваниями – сахарным диабетом, язвенной болезнью, гастритами, хроническими вирусными гепатитами, заболеваниями поджелудочной железы, сердечно-сосудистой системы и т. д.

Использование жиров требует тщательного обследования пациента. Следует помнить, что диета больного туберкулёзом должна быть разнообразной. Диета зависит от возраста пациента, его массы тела, формы туберкулёза, распространённости и фазы процесса, от клинико-лабораторных показателей, сопутствующих заболеваний и предполагает сбалансированное содержание жиров, белков, углеводов, микроэлементов, витаминов, клетчатки. Лечащий врач-фтизиатр даст совет по особенностям питания каждому конкретному больному.

Употребление в пищу большого количества жирной пищи – сала, жирных сортов мяса, жирной сметаны, молока- свыше 6%, сливок -20 – 30%, коровьего масла, жареной на масле, сале картошки, мяса, а также дополнительный приём какого-либо жира, **может нанести вред больному.** Прежде всего, может пострадать работа печени, поджелудочной железы, желудка, кишечника, мочевыделительной системы.

При этом хорошо известно, что при туберкулёзе лёгких, как следствие интоксикации, гипоксии – недостатка кислорода в тканях, нарушается деятельность почти всех органов и систем. Следует, отметить, что противотуберкулёзные препараты, попадая с током крови в разные органы, могут оказывать отрицательное воздействие на печень, поджелудочную железу и другие органы, поэтому прежде, чем самостоятельно начать лечение каким-либо жиром, обратитесь к своему врачу. Врач-фтизиатр формирует не только лечение противотуберкулёзными препаратами, но и лечение,

направленное на восстановление защитных сил организма, на восстановление изменённых функций органов.

Кровь северных оленей и алтайских маралов в народной медицине

Веками установленный, дошёл до нашего времени удивительный способ профилактики заболеваний, повышения защитных сил организма человека, бытующий у северных народов – оленеводов, охотников и горских народов, пить свежую кровь оленей, маралов, баранов, овец, телят. Широко распространён такой способ лечения в китайской, корейской, алтайской медицине. Особенно в отсутствии доступной официальной медицины, может быть, это и целесообразно.

Однако рассчитывать на то, что только такое лечение будет эффективным и излечит от туберкулёза, не стоит. Нет доказательных данных о результатах воздействия свежей крови оленей, маралов и других животных на возбудителя туберкулёза, на иммунитет больных туберкулёзом, на взаимодействие с противотуберкулёзными препаратами.

В настоящее время появились препараты, содержащие сухую кровь северных оленей, алтайских маралов – «Гемолен», препарат «Пантогематоген» на основе пантов и крови алтайского марала, обладающих иммуностимулирующим действием. Но применение этих препаратов в лечении больных туберкулёзом в настоящее время ещё не изучено.

Следует помнить, что употребление крови животных, особенно находящихся без ветеринарного надзора, может нанести больному туберкулёзом, непоправимый вред: возможно развитие аллергических реакций, паразитарных, инфекционных заболеваний. Услышав, прочитав про эти способы лечения, посоветуйтесь с лечащим врачом.



Чеснок в лечение больных туберкулёзом

До сих пор существуют настойчивые и необоснованные рекомендации по использованию чеснока в лечении больных туберкулёзом.

Конечно, целебные свойства чеснока известны давно. Известно, что врачи ещё в 3 веке до н.э. использовали его как лечебное средство, а во времена первой Мировой войны 1914 года его применяли для лечения ран. Полезные свойства чеснока бесчисленны. Прежде всего, терапевтические свойства чеснока связаны с серосодержащим веществом – аллицином, который придаёт ему своеобразный вкус и запах и обладает широким терапевтическим действием. В чесноке содержатся антиоксиданты – витамин

С, кверцетин, селен, которые помогают организму справиться с воспалением, стимулировать защитные силы организма. В настоящее время доказаны его антибактериальные, противовирусные, противогрибковые свойства, доказано его сосудорасширяющее действие, способность улучшать кровообращение, понижать уровень холестерина.

Использование 1-2 зубчиков чеснока в обед, ужин улучшает аппетит, улучшает вкусовые качества пищи. Чеснок может быть рекомендован в диетических дозах (1-2 крупных долек) в период гриппа, респираторных простудных заболеваний с целью профилактики развития этих болезней, в том числе и у больных туберкулёзом, а также будет полезен при гипертонической болезни, ишемической болезни сердца, при угрозе инсульта и в постинсультном периоде, с целью профилактики атеросклероза и при повышенном содержании холестерина в периферической крови, при некоторых осложнениях сахарного диабета.

Безусловно, чеснок заслуживает широкого применения, но! Его использование в количестве 90-150 граммов в день или одномоментное употребление 40 и более зубчиков скорее навредит, чем окажет помощь. Так что не стоит забывать и о возможной опасности чеснока для человека. Он может вызвать обострение заболеваний печени и желчевыводящих путей, почек, язвенной болезни желудка и 12- пёрстной кишки, гастрита, эпилепсии.

Известно, что чеснок содержит ядовитое вещество - сульфанилгидроксильный ион, проникающий в структуры центральной нервной системы (головной мозг). При этом могут появиться такие симптомы, как головная боль, рассеянность, невнимательность, заторможенность.

Чеснок может быть опасен! Прежде, чем употреблять его в большом количестве в пищу, следует посоветоваться с лечащим врачом. Только врач может правильно оценить состояние желудочно-кишечного тракта, печени, желчевыводящих путей, поджелудочной железы, почек пациента и дать соответствующие рекомендации.

Фитонциды (эфирные масла, обладающие антибактериальными, противовирусными свойствами) чеснока, слегка раздробленного и оставленного на столе, оказывают повреждающее действие на многие бактерии и вирусы, но на возбудителя туберкулёза не действуют.

Несколько лет назад в качестве БАД (биологически активной добавки) были предложены таблетки «Алисат», содержащие высушенные под вакуумом зубки чеснока. Это даёт возможность значительно уменьшить потребление свежего чеснока, теряющего свои лечебные свойства при контакте с кислородом воздуха. Нужно, однако, помнить, что **БАДы не являются лекарственными препаратами и используются только как вспомогательные средства.**

Использование яблок в лечении больных туберкулёзом

Вызывают недоумение советы по использованию яблок, пронизанных гвоздями. Можно предположить, что этот рецепт, якобы, следует использовать больным туберкулёзом при снижении гемоглобина, наличии анемии. Однако вряд ли гвозди могут быть полезны в этой ситуации.

Сами яблоки, да, конечно, полезны, ведь это витамины С, группы В и даже Е («витаминный коктейль»), а также клетчатка, пектины и микроэлементы (магний, фосфор, йод, медь, сера, никель, фтор, цинк, ванадий, сера, в том числе и железо). Кожура яблока содержит флавоноиды – антиоксиданты, обладающие противовоспалительным, противоотечным, детоксикационным действием. Яблоко следует употреблять с кожурой. Очень вкусен, полезен салат из яблок и моркови, протёртых на крупной тёрке. Можно в яблочно-морковную массу добавить зубчик чеснока (по вкусу, по желанию), можно – орешки – кедровые или грецкие, кешью, или просто семечки (семя подсолнечника), можно – изюм, курагу или чернослив. Украсить веточкой мяты или укропом, петрушкой.

Простые и разнообразные салаты на каждый день. Заправить можно сметаной или йогуртом, или любым растительным (подсолнечным, оливковым) маслом. Вы получите, помимо удовольствия, и витамины, и микроэлементы, и пектины, и клетчатку. Однако без использования специальных железосодержащих препаратов, достичь необходимого результата при анемии невозможно.

Рекомендации по использованию воды, содержащей гвозди, не выдерживают критики. Какое количество железа содержит такая вода? Каково его усвоение? Неизвестно. В давние времена, когда не было специальных железосодержащих препаратов, действительно врачи рекомендовали при малокровии и яблоки, и морковь, и воду с гвоздями.

В настоящее время существует целый ряд высокоэффективных железосодержащих препаратов, хорошо известных врачам. Имеются определённые показания, противопоказания к их использованию. С их помощью и с помощью диетических продуктов на фоне приёма противотуберкулёзных препаратов Вы быстро справитесь с анемией.

А действительно ли у Вас есть анемия? Посоветуйтесь с врачом. Может быть, просто можно обойтись простыми и «вкусными» рецептами.

Экзотические рецепты народной медицины

Настойкой восковой моли, красных дождевых червей, использование мочи здорового мальчика не старше восьми лет – эти экзотические рецепты существуют. В интернете Вы найдёте достаточно подробное их описание. Однако **доказательности воздействия** восковой моли, дождевых червей и мочи восьмилетнего мальчика **на микобактерию туберкулёза нет**. Нет данных об их взаимодействии с противотуберкулёзными препаратами, об их действии на отдельные органы, не разработаны противопоказания.

Не тратьте время на лечение неизвестными, может быть даже и небезопасными средствами, тогда, когда имеются препараты, обладающие бактериостатическим (задерживают рост МБТ) и бактерицидным (убивают МБТ) действием на возбудителя туберкулёза. Это хорошо известные, изученные противотуберкулёзные препараты.

Фитотерапия - лечение растениями

Безусловно, оправданно широкое применение фитотерапии, поскольку правильное её использование может оказать положительный эффект при целом ряде проявлениях туберкулёза – при кашле, плохом аппетите,

неустойчивом настроении, при сопутствующих туберкулёзу заболеваний. Однако **траволечением можно нанести себе вред!**

Травы, так же, как и лекарственные препараты, могут вызвать развитие аллергических, токсических реакций. Сборы, содержащие свыше 3-5 (до 10-19) составляющих, сомнительны по своему действию, так как при этом неизвестно дозирование, содержание лечебного вещества, взаимодействие между лечебными составляющими этих растений, их взаимодействие с противотуберкулёзными препаратами.

Научные работы по изучению противотуберкулёзных свойств лекарственных растений, таких как герань, мирт, мята, исландский мох, смола, зелёные и красные шишки, хвоя сосны, кедра, ели, можжевельника проводятся, но в настоящее время доказательных данных о бактериостатическом, бактерицидном действии на МБТ не получено. Тем не менее, лекарственные растения, препараты из них нашли широкое применение в пульмонологии и фтизиатрии как симптоматические, патогенетические средства.

Это растения, обладающие **муколитическими** (способны разжижать мокроту - семя аниса, подорожник, медунка, мать-и-мачеха, термопсис и др.) свойствами, **кровоостанавливающим** действием – крапива, кровохлёбка. Растениями, **улучшающими аппетит**, являются чеснок, лук, анис, тмин, базилик, полынь, **обладающими успокаивающим** действием - корень валерианы, пустырник, мята, мята лимонная. Существует группа препаратов, обладающих **адаптогенными** свойствами – китайский лимонник, жень-шень, аралия и т.д., использование которых целесообразно в лечении больных туберкулёзом с учётом ряда показаний. Но и здесь существуют противопоказания, поэтому посоветуйтесь с лечащим врачом.

Всем хорошо известен **шиповник** – «коктейль», богатый витаминами, микроэлементами, пектинами, эфирными маслами и другими ценными составляющими, что позволяет использовать шиповник при лечении многих заболеваний, в том числе и при туберкулёзе.

В народной медицине для лечения больных туберкулёзом достаточно часто упоминается **алоэ** – «это эффективное средство способно вылечить даже туберкулез в открытой форме», приводятся разные рецепты. При этом научно доказанных, научно обоснованных данных по воздействию алоэ на МБТ нет. Мало того, не в любую фазу развития туберкулёзного процесса можно использовать алоэ. Есть вероятность нанести вред организму при несвоевременном использовании этого растения, создать условия для обострения туберкулёза.

Луговой красный **клевер - трилистник** хорошо известен в народной медицине. Клевер считается в Китае «растением, дающим жизненные силы и продлевающим жизнь». Трилистник, как дающий жизнь, привлекающий удачу, благополучие является составляющим герба Северной Ирландии, символом Святой Троицы у славян. Хорошо известны медицине бактерицидное, антисептическое, отхаркивающее, потогонное, мочегонное, антисклеротическое действие красного клевера. У больных туберкулёзом трилистник - клевер может быть использован для ликвидации отдельных симптомов заболевания. При этом в официальной медицине имеются и более действенные препараты.

Природные факторы в помощь фтизиатрии

Нельзя обойти издавна известные методы природной терапии - это, прежде всего, **климатолечение**. Во все времена больные туберкулёзом стремились найти помощь у природы в горах, на море, просто в сельской местности. Чистый воздух деревни, леса, озёр, рек. Степной тёплый сухой воздух Поволжья в сочетании с кумысолечением, горный воздух Алтая, Крыма, Кавказа и Альп, морской воздух Чёрного и Средиземного морей.

Больные, порой уже в тяжёлом состоянии, меняли место жительства, годами жили в приморских городах, горных или степных поселениях. Примером такого лечения является длительное, круглогодичное проживание больного прогрессирующим туберкулёзом А.П.Чехова в Ялте. Но ни морской, ни горный воздух не смогли справиться с туберкулёзом, а может быть, даже сырой холодный климат зимнего Крыма, ухудшил его состояние. Переезд в Германию не принёс облегчения, и в 1904 году в возрасте 44 лет писатель умер.

Лишь в 20-х годах 20-го века появились первые противотуберкулёзные санатории, в которых облегчали состояние больных туберкулёзом, но излечить, к сожалению, не могли. Тогда не были известны лекарства, убивающие возбудителя туберкулёза.

В настоящее время большинство санаториев являются хорошо оснащёнными лечебными учреждениями, которые наряду с методами природной терапии используют противотуберкулёзные препараты, т. е. препараты, которые замедляют рост возбудителя туберкулёза (бактериостатический эффект) или убивают их (бактерицидный эффект). Большую часть времени бодрствования больной находится вне помещения. Прогулки, тренировки в соответствии с состоянием дыхательной, сердечно-сосудистой систем, дневной и ночной сон на открытых верандах, на берегу моря, водоёма. Дозированные водные процедуры и даже гелиотерапия под контролем врача. Купание в море, в бассейне, гребля – катание на лодках. Неотъемлемой частью климатолечения является фитотерапия – использование фитококтейлей под контролем врача.

Таким образом, комплексное лечение больного туберкулёзом предусматривает назначение проверенных противотуберкулёзных препаратов, которые воздействуют на возбудителя туберкулёза, а также обязательное использование вспомогательных средств, повышающих защитные силы организма, устраняющих некоторые симптомы заболевания, облегчающих состояние больного. Однако всё это назначается с учётом формы и фазы туберкулёзного процесса, сопутствующих заболеваний.

Не занимайтесь самолечением. Посоветуйтесь с доктором!

Татьяна Колпакова,
доктор медицинских наук, профессор, руководитель клинического сектора
Новосибирского НИИ туберкулеза