

**ВЛИЯНИЕ РАСТЕНИЯ БОЯРЫШНИКА ПРИ ЛЕЧЕНИИ И ПРЕДОТВРАЩЕНИИ
ГИПЕРТОНИИ И ДРУГИХ БОЛЕЗНЕЙ**

Заведующий кафедрой Фармакология и клиническая фармакология Термезского филиала
Ташкентской медицинской академии

Махмараимов Шавкат Тухташевич, Алимова Наргиза Мирзоахмедовна

Студенты ТМАТФ:

**Химойиддинов Адхам Саидалиевич, Намозов Жасурбек Нарзуллаевич,
Улашов Шарофиддин Рустамшвич**

Аннотация: Средства на основе боярышника оказывают благоприятное воздействие на сердечно-сосудистую систему и на организм в целом. В народной медицине их рекомендуют принимать для того, чтобы снизить артериальное давление, нормализовать ритм сердечных сокращений, снизить уровень холестерина и усилить желчеотделение.

Ключевые слова: гипертония, лечение сердечно-сосудистой недостаточности, эффективность лечения боярышником, гипертензия.

Введение: Боярышник – это ягода, хорошо знакомая каждому человеку; кустарник или дерево семейства розовые. *Чаще всего используют боярышник при гипертонии.* Растительные средства эффективно снижают артериальное давление, устраняют тахикардию и укрепляют стенки сосудов. Благодаря насыщенному составу растение оказывает эффективное терапевтическое действие, наряду с сердечными гликозидами. Боярышник богат витаминами: В1, В2, РР, С, Е. Но больше всего в ягодах боярышника находится витамина В 9 (фолиевая кислота). Полезные свойства боярышника можно объяснить его составом: ягоды содержат обширный комплекс витаминов, а также множество биологически активных веществ. Он улучшает кровоснабжение, борется с неврологическими заболеваниями, помогает при мигрени, головокружении, проблемах со сном, нервозности. Но самая главная особенность боярышника – его влияние на сердечно-сосудистую систему и нормализация артериального давления. Ягода оказывает расширяющее действие на сосуды, помогает сердцу усваивать кислород и бороться с аритмией. Также он повышает иммунитет, выводит вредный холестерин и предотвращает образование бляшек, снимает отеки, снижает уровень сахара в крови. В боярышнике есть соединения, которые расширяют кровеносные сосуды и улучшают кровообращение, что может привести к снижению артериального давления. Кроме того, снижается уровень стресса и тревоги, что также может влиять на давление. Давление более активно понижают плоды, а сердечную мышцу лучше укрепляют цветки этого растения. Древняя медицина считала, что при приеме во внутрь плоды боярышника очень питательны, закрепляют, снижают возбуждение желчи и повышенное давление крови, успокаивают рвоту, укрепляют горячий желудок и печень, лечат истечение мочи по каплям, лечат застарелые болезни живота и понос. В народной медицине плоды боярышника применяют как средство от усталости, для улучшения работы мозга, при головной боли, головокружении, бронхиальной астме. Чай из сухих плодов и листьев боярышника пьют при болях в сердце, удушье, гипертонической болезни, желудочно-кишечных заболеваниях. В современной научной медицине боярышник применяют очень широко. Настой коры боярышника применяют как десенсибилизирующее средство при

аллергических заболеваниях. Плоды, цветы, листья боярышника, благодаря наличию фенольных соединений обладают антиоксидантными свойствами. Определены также иммуномодулирующие, противоаллергические, анти-мутагенные и противоопухолевые свойства боярышника. Очень широко боярышник применяется в кардиологической практике. Боярышник известное пищевое и лекарственное растение. С древности применяется как эффективное лекарственное средство. Древняя медицина считала, что при приёме во внутрь плоды боярышника очень питательны, закрепляют, снижают возбуждение желчи и повышенное давление крови, успокаивают рвоту, укрепляют горячий желудок и печень, лечат истечение мочи по каплям, лечат застарелые болезни живота и понос. В народной медицине и современной фармацевтике используются цветки и плоды боярышника. Растение может употребляться в виде чаев, настоек и отваров. К числу дополнительных полезных эффектов относятся: повышение кровенаполнения и снабжения кислородом всех органов, улучшение кровотока по коронарным сосудам (надёжная профилактика ишемической болезни сердца), нормализация липидного профиля (способствует снижению «плохого» холестерина – ТАГ, ЛПНП, ЛПОНП и повышению числа «полезных» холестеролов – ЛПВП). Растение нормализует психическое равновесие, способствует устранению проявлений страха и тревоги у людей в пожилом возрасте. Подобные эффекты являются надёжным средством профилактики развития гипертонических кризов и «неврогенных» скачков артериального давления. По данным исследований, боярышник рекомендован для лиц, страдающих гипертонической болезнью, которая сопровождается различными невротическими расстройствами: страх смерти или болезни, депрессия, подавленное настроение и т.п. При изучении свойств на лицах с генерализованными тревожными расстройствами наблюдалось снижение частоты обострений и приступов. По данным отдельных исследований частота данного симптомокомплекса среди больных кардиологического профиля достигает 50 %, замедляет ритм сокращений миокарда, увеличивая время на отдых и расслабление, повышает интенсивность метаболизма в кардиомиоцитах, предотвращает развитие тахиаритмий (экстрасистолия, синусовая тахикардия, фибрилляция или трепетание предсердий или желудочков). А также содержит массу витаминов (В2, В5, В6, В9, Е, А, аскорбиновая и никотиновая кислоты, Р), макро- и микроэлементы (бор, фтор, йод, железо, медь, марганец), множество дубильных веществ и пектины. Плоды рекомендуется употреблять только в составе комплексной терапии (с антигипертензивными медикаментами) на начальных этапах развития заболевания (ГБ I и II стадии). А также способствует понижению кровяного давления за счёт блокады кальциевых каналов гладкой мускулатуры сосудистой стенки. В результате все артерии среднего и крупного калибра в организме расширяются. За счёт данного эффекта также обеспечивается снижение активности сердца, в сосудистое русло попадает меньше крови. Описанные эффекты обеспечивают эффективность от высокого артериального давления, боярышник также обладает мочегонными свойствами, нормализует жировой и белковый обмен веществ. Научно доказано, что при систематическом употреблении растения в течение 2 недель наблюдается снижение атерогенных ЛПНП на 30 %, а число «полезных» липидов (ЛПВП) возрастает почти на 40 %. Многие полезные вещества, которые содержатся в листьях, ягодах и других частях боярышника, **обладают мощными антиоксидантными качествами.** Как известно, антиоксиданты способствуют

нейтрализации свободных радикалов — нестабильных молекул, которые могут образовываться в нашем организме во время течения естественных процессов жизнедеятельности и наносить вред тканям. Выработка свободных радикалов увеличивается при неправильном питании, а также влиянии ряда токсинов, например, содержащихся в загрязненном воздухе и сигаретном дыме. Употребление боярышника способствует уничтожению свободных радикалов, соответственно, **помогает предупредить многие проблемы со здоровьем и позволяет продлить молодость.** Обеспечить себе такую защиту при помощи изменения лишь привычного рациона питания очень сложно. Поэтому чтобы ощутить антиоксидантные свойства боярышника на собственной практике, стоит присмотреться к специализированным добавкам, которые имеют на 100% натуральный состав и содержат четко отмеренное количество активного вещества. На основании ряда исследований ученые пришли к выводу, что **питательные вещества, содержащиеся в боярышнике, обладают мощными противовоспалительными качествами,** поэтому могут принести ощутимую пользу здоровью человека. В частности, они помогают справиться с хроническим воспалением, которое, как известно, коррелируется со многими проблемами со здоровьем, в том числе, с диабетом 2 типа, астмой и некоторыми видами онкологии.

Проведенные эксперименты на мышах, имевших заболевание печени, показали, что **дополнительный прием экстракта ягод боярышника способствует значительному снижению уровня воспалительных соединений.** Испытание среди животных с астмой подтвердило эту информацию и показало, что такая добавка снимает воспаление в достаточной степени, чтобы существенно уменьшить проявления астмы. Поэтому препараты на основе боярышника могут принести пользу при терапии различных заболеваний, **связанных с острым или хроническим воспалительным процессом.** На сегодняшний день ученые продолжают изучать потенциал данного растения, чтобы определить, при каких именно состояниях оно может быть самым эффективным. Проведенные исследования подтверждают антигипертензивные свойства такого растения, которые **обусловлены его способностью расслаблять суженные кровеносные сосуды.** Благодаря этому боярышник действительно снижает давление.

Потенциальные антигипертензивные качества боярышника продолжают изучаться учеными в разных уголках мира. При этом пациенты с гипертонией могут попробовать использовать добавки с экстрактом данного растения **как один из методов контроля артериального давления.**

Несколько исследований показало, что **препараты на основе боярышника помогают снизить концентрацию вредных жиров в крови.** Как известно, основные липиды, которые всегда циркулируют в нашем кровотоке, - это холестерин и триглицериды. Если их концентрация находится в пределах нормы, они не наносят никакого вреда здоровью и, даже наоборот, приносят пользу человеку — принимают участие в синтезе гормонов и транспорте ряда питательных веществ.

Но несбалансированный уровень жиров, в особенности, повышение концентрации триглицеридов и снижение уровня ЛПВП (липопротеинов высокой плотности или «хорошего» холестерина) **приводит к развитию атеросклероза и формированию атеросклеротических бляшек в просвете кровеносных сосудов.** Если сосудистые

бляшки продолжают накапливаться, они способны полностью перекрыть кровеносный сосуд, что вызывает сердечный приступ или инсульт.

Один из экспериментов на мышах показал, что у особей, получавших разные дозы экстракта боярышника, была зафиксирована **более низкая концентрация общего холестерина и холестерина ЛПНП** (липопротеинов низкой плотности или «плохого» холестерина), а также более низкий уровень триглицеридов (на 28-47%) по сравнению с животными, которые не получали такую добавку. Другое испытание на мышах, которые получали питание с повышенным уровнем холестерина, показало, что **экстракт боярышника дает практически такой же эффект как симвастатин** (лекарство, которое прописывают для лечения атеросклероза). У особей, получавших такие средства, одинаково снизился уровень общего холестерина и триглицеридов, но добавка боярышника также привела к снижению концентрации ЛПНП. При этом стоит подчеркнуть, что БАДы с таким растением являются абсолютно натуральными. Они намного безопаснее для здоровья, чем химические медикаменты (тот же симвастатин), **имеют меньше противопоказаний и крайне редко вызывают нежелательные побочные эффекты.**

Вывод:

Таким образом, добавки с боярышником могут принести **огромную пользу людям, которые занимаются активной профилактикой или лечением атеросклероза**, а также тем, кто хочет сохранить свои сосуды чистыми и избежать сердечного приступа, а также инсульта.

Список литературы:

1. Данг Ю., Хао Л., Цао Дж., Сунь Ю., Цзэн К., Ву З., Пан Д. Молекулярная стыковка и моделирование синергетического эффекта между пептидами умами, глутаматом натрия и вкусовыми рецепторами T1R1/T1R3. *Пищевая хим.* 2019;271:697–706. doi: 10.1016/j.foodchem.2018.08.001.
2. Ван В., Чжоу С., Лю Ю. Характеристика и оценка вкуса умами: обзор. *TrAC — Анализ тенденций. хим.* 2020;127:115876. doi: 10.1016/j.trac.2020.115876.
3. Миранда А.М., Ингрэм М., Нуэссле Т.М., Санторико С.А., Гарно Н.Л. Факторы, влияющие на обнаружение бимодальной кисло-острой смеси и индивидуальное восприятие вкуса умами. *Качество еды. Предпочитать.* 2021; 89:104147. doi: 10.1016/j.foodqual.2020.104147.
4. Майна И.В., Уоркман А.Д., Коэн Н.А. Роль рецепторов горького и сладкого вкуса во врожденном иммунитете верхних дыхательных путей: последние достижения и будущие направления. *Мир Дж. Оториноларингол. — Хирургия головы и шеи.* 2018; 4:200–208. doi: 10.1016/j.wjorl.2018.07.003.
5. Бреслин П.А.С., Хуанг Л. Человеческий вкус: периферическая анатомия, вкусовая трансдукция и кодирование. *Адв. Ото-Рино-Ларингол.* 2006; 63:152–190. doi: 10.1159/000093760.