

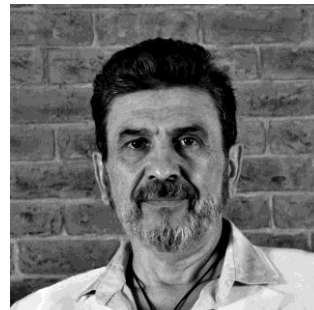
ОПЫТ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ И ПЕРСПЕКТИВЫ ПРИМЕНЕНИЯ МЕТОДОВ ТРАДИЦИОННОЙ КИТАЙСКОЙ МЕДИЦИНЫ И ФИТОПРЕПАРАТОВ НА ОСНОВЕ ГРИБА ЛИНЧЖИ В ЛЕЧЕБНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММАХ ДЛЯ РАБОТНИКОВ ДОБЫВАЮЩИХ ОТРАСЛЕЙ В УСЛОВИЯХ СЕВЕРА



Воронцов

Николай Валентинович

кандидат медицинских наук,
зав. кабинетом рефлексотерапии в
Лечебно-реабилитационном Центре
Министерства обороны РФ,
доцент школы натуропатии Сицилии
и Юга Италии, г. Калтаниссетта



Иваненко

Сергей Иванович

кандидат технических наук
президент холдинга "Мир долголетия",
Россия, президент компании "Worldwide
Medical Assistance", Швейцария, г. Цуг

ОПЫТ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ И ПЕРСПЕКТИВЫ ПРИМЕНЕНИЯ МЕТОДОВ И СРЕДСТВ ТРАДИЦИОННОЙ КИТАЙСКОЙ МЕДИЦИНЫ В ЛЕЧЕБНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММАХ ДЛЯ РАБОТНИКОВ ДОБЫВАЮЩИХ ОТРАСЛЕЙ В УСЛОВИЯХ СЕВЕРА

Experience and prospective of Traditional Chinese Medicine methods
for recreation of Mining Employees health in the North

Резюме

В условиях постоянного воздействия климато-географических, антропогенных и социальных факторов организм работников добывающих отраслей на Севере подвергается экологическому стрессу с увеличением риска развития ряда заболеваний, объединяемых в такое понятие как дисрегуляторная патология. В высоких широтах формируется особый полярный тип метаболизма с усилением липидного обмена, что наряду с воздействием промышленных химических токсикантов ведет к оксидантному стрессу с повышением атерогенности липидов.

В таких условиях для сохранения здоровья и работоспособности необходимо активировать защитные силы организма, с тем, чтобы повысить стрессоустойчивость и иммунитет, уменьшить оксидантный стресс, причем соблюдая экологичность подхода к лечению, что оказывается возможным при использовании средств ТКМ - фитопрепаратов с антиоксидантными свойствами, акупунктуры, массажа и физиотерапевтических факторов.

Разработанная на основе методов ТКМ и принципов активационной терапии пяти-ступенчатая программа реабилитации показала свою эффективность для восстановления здоровья работников добывающих отраслей на Севере России.

Ключевые слова: акупунктура, рефлексотерапия, традиционная китайская медицина, активационная терапия, реабилитация

Existing under constant influence of climatic and geographical, as well as industrial factors, the mining employees of the North experience ecological fatigue, which increases the risk of different forms of diseases usually called as disregulatory pathology. High latitudes have formed the polar metabolic type with intensive fats metabolism and along with influence of different chemical toxins this cause intensive processes of free-radical oxidation and high atherogenicity of lipoprotein fractions. In this condition the primary task is to activate the physical and mental reserves, of increase immunological resistance of the organism as well as decrease oxidation stress by use of ecologically pure natural antioxidant supplements of TCM, acupuncture and other physiotherapy methods.

Highly efficient five-stage closed-cycle system of prolonged individual route to recovery, which was worked out on basis of TCM methods and activation-therapy approach, was increasingly applied for recreation of organized mining-employee collectives in the North of Russia

Введение

Адаптация организма человека к комплексу климатогеографических факторов Севера

Промышленное освоение труднодоступных районов страны вызвало появление новых форм организации труда и поставило задачу их научного обоснования и медицинского обеспечения. [1] Проблема проживания и работы на Крайнем Севере сложна и далека еще от своего окончательного решения, поскольку охватывает такие жизненно важные вопросы как адаптация и выживание в экстремальных условиях, сохранение здоровья, социальные и иные аспекты. На Севере организм человека подвергается воздействию тяжелых климатических, социальных, экологических и антропогенных факторов. Выживание здесь возможно только при напряжении адаптационных возможностей организма, а полиморфизм дезадаптационных синдромов у населения северных районов широк и характеризуется как большим числом специфических северных болезней, так и своеобразием их клинического течения. [2]

Особые режим и условия экспедиционно-вахтового труда противоречат нормальному протеканию физиологических процессов, особенно у приезжих лиц по сравнению с местными, приводят к перенапряжению адаптационных реакций и формированию специфической патологии - простудные заболевания, заболевания сердечно-сосудистой системы и др., в связи с чем возникает необходимость изменения структуры медицинского обеспечения и организация сети профилактических центров. [3]

Состояние хронического напряжения, в котором находится организм человека на Севере, приводит к тому, что по данным профилактических осмотров преобладающее место в структуре заболеваемости занимают болезни сердечно-сосудистой системы (гипертоническая болезнь, нейроциркуляторная дистония), заболевания органов дыхания (хронические бронхиты, бронхиальная астма) а также болезни органов опоры и движения (остеохондроз, остеоартроз). Указанные нарушения здоровья достаточно устойчивы, и сохраняются даже при возвращении «на материк». Так при обследовании состояния здоровья «потоков обратной миграции северян» была отмечена частая встречаемость пограничных значений артериального давления, меньшие, ниже «биологически целесообразных», волевические индексы дыхания и кровообращения, пониженная дыхательная эффективность в сравнении с представителями средней полосы России. [4]

Регулярные перемещения работников вахт со сменой климатических и социально-производственных условий приводят к напряжению и перестройке адаптационно-регуляторных систем организма. В результате нарушения существующих в организме взаимосвязей и пространственно-временной регуляции функций на ранних этапах адаптации наблюдается нарушение временной координации физиологических процессов снижение работоспособности и резистентности к действию экстремальных факторов и инфекциям. При длительности вахт от 2 месяцев и более может наблюдаться, описанный В.П. Казначеевым «синдром психоэмоционального напряжения» с нарушениями сна, головными болями, с тревожно-депрессивными и астеническими проявлениями. [5]

Возможно состояние десинхроноза предвещает развитие на Севере данного синдрома, а в обычной жизни современного человека то, что принято называть синдромом хронической усталости. Эффективность применения рефлексотерапии в клинике при лечении подобного рода расстройств известна и определяется в частности тем, что рефлексотерапия индуцирует универсальные биологические механизмы адаптации, что проявляется в изменении эмоционального и

поведенческого реагирования, в оптимизации сенсомоторной деятельности, функций сердечно-сосудистой системы и нервно-мышечного аппарата. [6]

Устойчивая адаптация организма человека к комплексу климатогеографических факторов Севера может сопровождаться состоянием «экологического утомления» с повышением риска развития донозологических и нозологических форм заболеваний. В таких условиях насущной задачей становится как повышение иммунологической резистентности, так и активация физических и психических резервов организма, что может быть решено, в частности методами ТКМ.

Особенности обмена веществ на Севере

При перемещении человека в иные климато-географические условия происходит перестройка гомеостаза, прежде всего обмена веществ. В высоких широтах формируется «полярный метаболический тип», для которого характерно переключение энергетического обмена с углеводного на липидный с повышением атерогенности липидов. Хронический стресс сопровождается значительными изменениями липидного спектра крови и его гормональной регуляции, что, в частности, усугубляет развитие патологического процесса в дыхательной системе. Так, у больных ХНЗЛ происходит перераспределение липидных фракций в сторону повышения атерогенности из-за угнетения активности липопротеидлипазы, обусловленного нарушением функции легких в отношении синтеза гепарина. Поскольку наряду с воздействием климатогеографических факторов, организм рабочих добывающих отраслей, подвержен действию химических токсикантов, что сопровождается интенсификацией процессов свободнорадикального окисления, возникает необходимость обеспечения «экологичности» реабилитационно-восстановительного лечения (РВЛ), с уменьшением роли медикаментозной терапии и заменой синтетических фарм-препаратов натуральными средствами, в частности фитопрепаратами из арсенала ТКМ. В то же время было показано, что даже при иглорефлексотерапии, направленной на регуляцию вегетативной нервной системы в 31,3 % случаев наблюдается нормализация липидного обмена. [7]

При активизации процессов перекисного окисления липидов, возрастает потребность в витаминах: для некоторых водорастворимых витаминов выше, чем в средних широтах. В свою очередь дефицит витаминов, микроэлементов и омега-3 ненасыщенных жирных кислот наряду с избыточным потреблением легко усвояемых углеводов также приводит к росту сердечно-сосудистой и эндокринной патологии. Возникает необходимость разработки адекватных рационов питания с широким применением фитоадаптогенов. [8]

Выделены пять приоритетных направлений для улучшения метаболической адаптации: повышение калорийности рациона (с соотношением белки-15%, жиры -35%, углеводы 50%), круглогодичный прием поливитаминных препаратов, прежде всего антиоксидантной группы, прием специальных минеральных препаратов для восполнения дефицитных для Север кальция, цинка и меди, использование пищевых сорбентов для уменьшения вреда от присутствия в среде тяжелых металлов, радионуклидов и продуктов нефте- и газопереработки, а также прием нутрицевтиков, содержащих природные адаптогены. [9]

Таким образом в современной северной медицине труда предусмотрено использование особых нутрицевтиков с адаптогенными, антирадикальными и геропротективными свойствами, а также тех, которые способствуют ускорению выведения радионуклидов и токсических продуктов.

Китайские лечебные грибы для медицины труда на Севере

Население северных районов европейской части России и Сибири издавна использовало грибы, в особенности гриб чагу для лечения и профилактики. А с 1955 года препараты гриба входят в отечественную фармакопею в качестве тонизирующего, противоопухолевого и желудочно-кишечного средства.

Рассмотрим в какой степени можно соотнести лечебные свойства и показания к применению препаратов Линчжи (или Рейши – японское название, или *Ganoderma Lucidum* – лат.), с особенностями структуры заболеваемости на Севере и с задачами, которые приходится решать медицине труда.

В древних лечебниках указывается, что 5 оттенкам вкуса гриба Линчжи (горький, сладкий, острый, соленый и кислый) соответствует благотворное влияние на все пять органов (сердце, селезенка, легкие, почки и печень).

Влияние Линчжи на нарушение липидного обмена связано со способностью тритерпеновых ганодеровых кислот гриба снижать у людей группы риска уровень триглицеридов и липопротеидов низкой плотности в плазме крови на 68-74 % и активно ингибировать синтез

холестерина. Антигипертензивное действие препаратов гриба обусловлено тем, что тритерпены гриба блокируют действие ангиотензин-превращающего фермента, благодаря чему у 65% пациентов с гипертонической болезнью нормализуется артериальное давление. Антигипоксическое действие на миокард обусловлено высоким содержанием в Линчжи органического германия, а кардиотоническое действие с уменьшением проявлений сердечной недостаточности и улучшением реологии крови связано с присутствием в плодовых телах гриба нуклеотида аденозина. Активные вещества гриба влияют на деятельность ЦНС через воздействие на рецепторы эндорфинов, оказывают противовоспалительное действие и обладают выраженной антиноцицептивной активностью. Схожими адаптогенными, антигипоксическими, иммунорегулирующими, противовоспалительными, восстанавливающими функции барьерных органов и нормализующими обмен веществ свойствами обладают и препараты гриба Кордицепс – второго знаменитого препарата ТКМ. [10]

Любопытно, что «отец китайского грибного проекта Линчжи» - профессор Zhi-Bin Lin еще в 1974, на заре «китайской грибной революции» начинал свои исследования иммуномодулирующего и адаптогенного действия препаратов гриба Линчжи именно на экспериментальной модели холодового и эмоционального стресса.

В азиатских странах именно Линчжи с давних пор является важной составной частью Fu-Zeng-терапии, которую по праву можно считать аналогом иммунотерапии в понимании европейской медицины. В рамках такой терапии, наряду с Линчжи пациентам прописывают такие лекарственные травы как Астрагал, Лигустикум, Женьшень, Кодонопсис, Атрактилоидес и др., что повышает эффективность лечения. [11] С действием специфических тритерпеноидов - ганодеровых кислот, особой ненасыщенной жирной кислоты, серы и белков гриба Линчжи связывают лечебный эффект от применения препаратов гриба Линчжи при аутоиммунных заболеваниях (ревматизм, склеродермия, системная красная волчанка), а также при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.

В последние годы наблюдается возрастающий интерес к использованию препаратов китайских грибов в клинике, в частности в онкологии. Так, в трудах 3го Международного конгресса по ТКМ содержатся три сообщения зарубежных онкологов на эту тему. [12]

Не случайно история использования этих лекарственных средств окружена легендами, они признаны «стратегическим лекарственным ресурсом КНР» и входят в арсенал экстремальной медицины, в особенности в условиях высокогорья. При сопоставлении лечебных свойств препаратов данных грибов со структурой заболеваемости на Севере кажется, что они предназначены самой природой для решения насущных задач охраны труда на Севере

Патогенетические механизмы развития характерных для Севера заболеваний в сопоставлении в кругом У-син

можно представить следующим образом:

1. Вследствие «экологического утомления» - срыв механизмов адаптации с развитием так называемой «дисрегуляторной патологии» - миофасциальные синдромы, нейроциркуляторная дистония, другие функциональные нарушения – (Дерево-Ветер-Кислый вкус).
2. Прогрессирование гипертонической болезни, других заболеваний сердечно-сосудистой системы с развитием проявлений метаболического синдрома (Огонь- Жар-Горький вкус)
3. Нарушение регуляции на уровне клеточных мембран - дислипидемия, метаболическое ожирение, алкоголизм, усугубление проявлений метаболического синдрома (Земля-Сырость-Сладкий вкус)
4. Вследствие длительного сочетанного стресса ослабление иммунитета и хроническое течение заболеваний, в частности ХНЗЛ (Металл-Сухость-Острый вкус).
5. Прогрессирование заболеваний дегенеративной природы, в частности, хронических болезней опорно-двигательного аппарата (Вода-Холод-Соленый вкус).

Принципы активационной терапии позволяют обеспечить требование «экологичности» РВЛ, с использованием средств и методов ТКМ.

Как было отмечено, одним из оснований для обращения к системным и экологическим по своей сути доктринам и методам традиционной китайской медицины (ТКМ) является вышеуказанное требование «экологичности» реабилитационно-восстановительного лечения (РВЛ) на Севере.

Однако при этом возникает трудность в «наведении мостов» между ТКМ и «доказательной медициной». На наш взгляд достичь лучшего взаимопонимания можно при сравнении понятий ТКМ и принципов современной активационной терапии, которая сегодня является одним из наиболее перспективных направлений восстановительной медицины.

Активационная терапия, в основании которой лежит учение Г. Селье, была разработана отечественными исследователями Гаркави Л.Х и соавт. еще в 80-е годы. Данная терапия используется как для коррекции нарушений адаптации, так и для лечения тяжелых соматических, в том числе и онкологических заболеваний, сегодня эффективно используется при проведении РВЛ, что, в частности, позволяет повысить эффективность лечения и снизить осложнения при проведении реабилитационных мероприятий в 2,4 раза, с уменьшением сроков лечения на санаторно-курортном этапе до 10-12 дней. [13]

Все пять основополагающих принципов активационной терапии реализуются при проведении этапного РВЛ, разработанного специалистами холдинга «Мир Долголетия» на основе средств и методов ТКМ:

1. *Принцип неспецифической активации* нейроэндокринных, иммунологических и местных механизмов с целью повышения общей реактивности, что обозначается как реакция стойкой и повышенной активации.
2. Все виды рефлексотерапии (акупунктура, прогревание, электро-, фармако-, лазеропунктура, точечный массаж) сопровождаются неспецифической реакцией активации, особенно при сочетании ее с диетой- и фитотерапией.
3. *Принцип оптимальности и индивидуализации лечебных воздействий*, с использованием малых доз и физических факторов малой интенсивности, что позволяет получить эффект гармонизации-оптимизации при регуляции функций организма, то есть так называемый системно-регулирующий эффект.
4. Локальные воздействия физических факторов наряду с щадящим и уравновешенным действием фитопрепаратов ТКМ также позволяют реализовать данный принцип терапии.
5. *Принцип биоритмологической регуляции* (суточной, месячной, сезонной) для обеспечения индивидуальности лечения и улучшения адаптации. В том, что касается биоритмологической синхронизации лечебных воздействий, ТКМ также принадлежит признанное первенство.
6. *Принцип сочетанности лечебных факторов*, с воздействием на различные саногенные системы, благодаря чему достигается сложение и потенцирование лечебных эффектов.
7. Данный принцип в ТКМ обеспечивается сочетанием методов рефлексотерапии с фитотерапией, с лечебной гимнастикой и методами психической саморегуляции
8. *Принцип индивидуализации* применения программ РВЛ в зависимости от уровня функциональных резервов организма и «текущего состояния» реализуется благодаря тому, что каждая лечебная процедура в ТКМ предваряется процедурой диагностической (пульсовая диагностика, осмотр и т.д.)

Практическое применение 5-и этапной системы «долгосрочного индивидуального маршрута оздоровления»

С учетом особенностей патогенеза заболеваемости на Севере, на основе методов ТКМ специалистами холдинга разработана 5-и этапная система «долгосрочного индивидуального маршрута оздоровления» в ходе проведения которой лечебно-профилактические мероприятия распределяются следующим образом:

На 1-ом этапе решается задача купирования острых состояний. Мероприятия проводятся в непосредственной близости к рабочему месту, например, на компрессорных станциях (КС). Как показывает наш опыт работы, особенно актуальным является лечение миофасциальных болей или неспецифического мышечного болевого дисфункционального синдрома, характеризующегося появлением триггерных точек и отраженных болей. Использование в комплексе: глубокой акупрессуры и акупунктуры в сочетании с электро-, тепло- и светолечением позволяет быстро восстановить работоспособность. Так за период с 2004-2005 наши медицинские бригады «быстрого реагирования» в составе врача ТКМ и 2-3 массажистов сумели оказать эффективную помощь более чем 500 работникам добывающих отраслей (Ухта, КС-3, КС-6, КС-8). Эффективность лечения при этом достигала 92%, а продолжительность ремиссии до года была отмечена в 65% случаях.

На 2-ом этапе проводится лечение хронических заболеваний, как на базе лечебно-профилактических учреждений на Севере, так и на базе клиники «Мир долголетия» в Москве. и

На данном более эффективно применяются фармакопунктура и фитотерапия. На протяжении двух лет пролечено более 1000 пациентов с хроническими заболеваниями опорно-двигательного аппарата, дыхательной и сердечно-сосудистой систем, с постинсультными состояниями и др.

3-ий этап – это повышение иммунологической резистентности с активацией как физических, так и психических резервов организма. Эта задача успешно решается в условиях санаторно-курортного лечения, где лечебные мероприятия предыдущих этапов дополняются бальнеологическими природными факторами, закаливающими процедурами, лечебной физкультурой с элементами аутотренинга, восточной и дыхательной гимнастики, а также элементами косметологии, эстетической медицины. В течении двух лет на базе санаториев «Ямал» и «Витязь» на Черноморском побережье, где постоянно работают от 10 до 20 наших специалистов, нами пролечено 1750 человек.

4-ый этап - этап «эстетической медицины». Лечение проводится на базе клиник ТКМ за рубежом, а также на курортах юга Китая. Основными лечебными факторами на данном этапе являются этнические СПА, с элементами восточной гимнастики тайцзицюань, занятия ци-гун, а также методы и средства Аюрведы. На юге Китая, где в течение 3 лет эффективно работает, наш Центр восстановительного лечения, в эффективности ТКМ, смогли убедиться более 1200 пациентов из РФ.

5-ый этап, который мы обозначаем как «психотерапевтический СПА», предусматривает посещения особых «энергетических» мест Востока, духовных и религиозных центров, прежде всего даосских и буддистских, таких как монастырь в Шаолине в провинции Хенань, даосские монастыри в Сучжоу или конфуцианский центр Куфу в провинции Шаньдонг. В результате 10 - 15 дневных программ обучения релаксации и медитации наблюдается не только улучшение эмоционального фона, но и повышение стрессоустойчивости.

Выводы

В условиях глобального экологического кризиса, в котором оказалась наша техногенная цивилизация, кажется вполне уместным обращение к системным - холистическим, то есть экологическим по своей сути доктринам традиционной китайской медицины (ТКМ).

Многолетний опыт сотрудничества с медициной Газпрома и разработанная нами на основе методов традиционной китайской медицины 5-этапная система «долгосрочного индивидуального маршрута оздоровления» может быть эффективным инструментом рекреации организованных коллективов работников добывающих отраслей на Севере.

Препараты из грибов Линчжи и Кордицепса, могут быть рекомендованы к широкому применению как в экстремальных условиях Севера так и на всех этапах РВЛ. На основании опыта использования трех сертифицированных нами препаратов Линчжи у более чем 4700 пациентов, мы полагаем, что данные препараты могут быть рекомендованы к более широкому применению не только в условиях Севера, но и в рамках лечебно-профилактических мероприятий для работников организационно-управленческого звена. Это позволит снизить заболеваемость, повысить работоспособность и качество жизни сотрудников.

Литература

1. Карамова Л.М., Валеева Х.Г., Думкина Г.З., Чурмантаева С.Х. Совершенствование медицинской помощи нефтяникам, работающим в Сибири. С.105. тезисы докладов . -Международный симпозиум Ямал-95 «Труд и здоровье на Севере, 5-7 сентября, Новый Уренгой, Ямало-Ненецкий автономный округ, Россия
2. Потапов А.И., Устюшин Б.В., Ястребов Г.Г. Физиолого-гигиенические проблемы оптимизации условий жизнедеятельности человека на Крайнем Севере. С. 62, тезисы докладов . - Международный симпозиум Ямал-95 «Труд и здоровье на Севере, 5-7 сентября, Новый Уренгой, Ямало-Ненецкий автономный округ, Россия
3. Матюхин В.А. Физиологические аспекты биоритмологии перемещений человека. Хронобиология и хрономедицина. – Тюмень 1982.-С.62-63
4. Соловьева С.В., Болотнова Т.В., Силаев Е.В., Панин С.В. Программа функционального обследования при проведении мониторинга здоровья населения Тюменской области. С . 420-421, Материалы III Международной конференции по восстановительной медицине (реабилитологии). Москва, 6-8 декабря 2000 г

5. Агаджанян Н.А., Ефимов А.И., Хрущев В.Л., Куцов Г.М. Хронофизиологические аспекты адаптации человека к условиям арктического Заполярья С 144-157.-Хронобиология и хрономедицина. Под ред.Ф.И Комарова. –М.: Медицина, 1989, 400 с
6. Василенко А.М. Основные принципы адаптогенного действия рефлексотерапии. С 167-210
7. Вачаева Н.Н., Кручинина О.Г. Изменение липидного обмена у больных ХНЗЛ при лечении традиционными и нетрадиционными методами в условиях промышленного Заполярья. С 18.,Материалы 1го Международного научного конгресса «Традиционная медицина и питание: теоретические и практические аспекты». Москва, 26-29 июля,1994.
8. Панин Л.Е. Питание и гомеостаз человека в условиях Сибири и Севера. С 289-290., Материалы 1го Международного научного конгресса «Традиционная медицина и питание: теоретические и практические аспекты». Москва, 26-29 июля,1994.
9. Тутельян В.А. Питание и здоровье на Севере: приоритетные направления. С.64. тезисы докладов . -Международный симпозиум Ямал-95 «Труд и здоровье на Севере, 5-7 сентября, Новый Уренгой, Ямало-Ненецкий автономный округ, Россия
10. Верещагина Е.И., Киншта Д.Н., Лечебные свойства грибов. Под ред. Новосибирск, 2009, 28 с
11. Brucato Sharon, China's Cancer Solution (What the Chinese know about Reishi Mushroom that could save American lives),7 Day Health Publishing, Hacienda Heights, California, USA, 2005, С.171
12. Shoudong Wang, Shaofu Yi, Dongquing Liu, Zhihong Yang. –US Traditional Chinese Medicine Integrative Oncology Center. "Chinese Ganoderma Lucidum Essence"(CGLE) Applied to Integrative Oncology in USA for Ten Years. Proceedings of the 3-rd International Congress of Tradicional Medicine, Toronto,Canada , 2006 p. 360-368
13. Лядов К.В., Маневский А.П., Преображенский В.Н. Активационная терапия – новое направление восстановительной медицины лиц опасных профессий. С 18-19. Материалы III Международной конференции по восстановительной медицине (реабилитологии). Москва, 6-8 декабря 2000 г