

STIMULAREA REZERVELOR FUNCȚIONALE A ORGANISMULUI UMAN PRIN REMEDIILE FITOTERAPEUTICE

Valentin AȘEVȘCHI, Cristina RACU

Universitatea de Studii Politice și Economice Europene „Constantin Stere”

Aurelia CRIVOI, Iurie BACALOV, Elena CHIRIȚA, Ana MĂRJINEANU

Universitatea de Stat din Moldova

Lidia COJOCARI

Universitatea de Stat din Tiraspol

Abstract: The herbs influence on a number of ductless glands exerting an po-lyglandular action. With adaptogen medicinal herbs acting on the endocrine system activation, it is possible to influence the nonspecific reaction of the body and to coordinate the metabolism. The herbs contain a complex of vitamins and trace elements in an optimal combination for the body, normalize the intestinal microflora, increase the removal from the body of toxic substances and metabolites, normalize the nervous and endocrine system activity, increase the energy metabolism and work ability. In phytoterapy are used herbal products, for which is characteristic low toxicity, lack of cumulative properties and adverse effects.

Introducere

Efectele benefice ale medicamentelor pentru sănătate sunt incontestabile și de aceea omul a recurs la ajutorul lor din cele mai îndepărtate timpuri. Generația actuală a creat un număr enorm de medicamente noi, iar apariția celor ce recurg la aceste mijloace este infinit, mai mare decât în trecut, deși nici un fel de abuz de medicamente nu poate să suplinească carențele ale factorilor naturali de mediu, ale modului de viață recunoscut sanogen al omului [2-5].

Amploarea fără precedent al chimiei de sinteză a permis introducerea în terapeutică a unor substanțe cu structuri chimice necunoscute pînă acum cîțiva ani, dar și cu acțiuni principale și secundare insuficient lămurite. Introducerea în arsenalul terapeutic al unor substanțe insuficient cercetate *in vitro* și *in vivo* a făcut ca, în scurt timp, să apară accidente medicamentoase dintre cele mai severe, cu urmări grave pentru bolnavul respectiv sau pentru urmași [5].

În epoca noastră, medicamentele devin componente curente ale factorilor de mediu datorită beneficiului de asistență medicală pentru toți bolnavii, dar și unei false credințe, din ce în ce mai răspândite, că sănătatea se întreține cu mijloace artificiale, mai ales în condițiile dificultăților de asigurare a unor factori corespunzători de igienă, mulți oameni devenind astfel farmacodependenți.

Plantele medicinale utilizate de medicina populară au intrat în arsenalul de mijloace întrebuințate în prezent în practica terapeutică. Din 100 de mii de medicamente folosite în medicina mondială, preparatele din plante constituie mai mult de 30%. Realizările contemporane a științei și tehnicii deschid în fața fitoterapiei noi posibilități. Datorită dezvoltării fitochimiei, farmacologiei, perfecționării tehnicii de laborator, cercetătorii descoperă în plante noi proprietăți terapeutice, depistează efectul terapeutic al complexelor din ele. În legătură cu aceasta, pentru tratarea majorității bolilor pot fi folosite mijloace medicale de proveniență naturală [8-10].

În căutarea noilor metode de tratament deseori medicii și fiziologii apelează la metodele medicinei populare. Preparatele din plante medicinale reproduc efectele

terapiei chimice, îmbunătățesc absorbția glucozei de către țesuturi. Plantele medicinale îmbunătățesc procesul de aprovizionare a țesuturilor cu oxigen, elimină surplusul de glucoză și săruri din organism cu urină, măresc imunitatea organismului [3-4-5]. Plantele ce conțin microelemente, zinc și crom, stimulează procesele de sinteză a hormonilor și contribuie la normalizarea interacțiunii cu receptorii țesuturilor. De obicei, plantele medicinale și preparatele din ele au acțiune polivalentă, ceea ce permite în același timp de a rezolva cîteva probleme cu un risc minim a complicațiilor cu caracter toxic și alergic [2].

Reieșind din aceasta evidențierea unor noi aspecte a activității fiziologice a extraselor din plante medicinale, studiul unor noi mecanisme biochimice și acțiunea lor asupra organismului sunt actuale și au perspectiva de a lărgi arsenalul de mijloace folosite în tratamentul diferitor stări patologice. După structura chimică preparatele vegetale sunt asemănătoare cu hormonii scoarței suprarenalelor, hipofizei, gonadelor, substanțe complexe și necesare organismului. Iată de ce mijloacele vegetale, spre deosebire de majoritatea celor sintetice nu sunt respinse de organism, ci din contra se înscriu armonios în legăturile biologice dereglate.

Plantele medicinale influențează asupra unui șir de glande endocrine exercitând o acțiune poliglandulară. Cu ajutorul plantelor medicinale adaptogene ce acționează activator asupra sistemului endocrin, este posibil de a influența asupra reacției nespecifice a organismului și de a coordona metabolismul [5]. Ca urmare a folosirii plantelor medicinale are loc normalizarea metabolismului și a nivelului de colesterol în sînge, se accelerează eliminarea din organism a metaboliților toxici, ceea ce inhibă evoluția multor patologii. Fitoterapia rațională contribuie la restabilirea metabolismului dereglat, normalizează activitatea sistemului nervos, îmbunătățește circuitul coronar al inimii și al creierului [10].

Actualmente în Republica Moldova se observă o creștere nu numai a maladiilor ci și a numărului

de bolnavi. Acțiunea medicației sintetice deseori este urmată de reacții alergice și alte efecte adverse, de unde și poate rezultă apariția complicațiilor la bolnavi. Avantajul întrebunțării plantelor medicinale este lipsa efectelor secundare, deoarece sunt preparate biologic pure, de asemenea, sunt ușor de pregătit și nu necesită cheltuieli mari. Combinarea mai multor plante cu efecte terapeutice identice sau apropiate, numite plante adjuvante măresc eficacitatea, se intercondiționează, acționând în aceeași direcție asigurând superioritatea acțiunii terapeutice.

În literatura de specialitate sunt date numeroase exemple din care rezultă că prin practicarea simultană a tratamentului medical cu cel al fitoterapiei pot fi amplificate căile de vindecare a afecțiunilor.

Plantele medicinale conțin un complex de vitamine și microelemente [11] într-o combinație optimală pentru organism, normalizează microflora intestinală, metabolismul, majorează eliminarea din organism a substanțelor toxice și metaboliților, normalizează activitatea sistemului nervos și endocrin, măresc metabolismul energetic și capacitatea de muncă.

În prezent se observă o creștere vertiginoasă a numărului de cazuri a patologiilor alergice, proceselor cronice de lungă durată și natură neinfecțioasă, diabet zaharat, nevroze. Administrarea preparatelor sintetice este însoțită de efecte negative și ca urmare pentru tratarea patologiilor de tipul celor menționate bolnavii și medicii recurg tot mai frecvent la medicina populară [6]. În fitoterapie sunt folosite preparate din plante medicinale pentru care este caracteristic toxicitate scăzută, lipsa proprietăților cumulative și, ca regulă, lipsa efectelor adverse. Multe plante ce conțin substanțe cu un grad înalt de bioaccesibilitate și asimilare, dau un efect colagog, sedativ și tonic, îmbogățesc organismul cu vitamine, microelemente, influențează benefic nu numai asupra metabolismului și măresc capacitatea de rezistență a organismului, ceea ce este foarte important în maladiile cu evoluție cronică [12].

Bioterapie cu varză. Virtuțile terapeutice ale verzei sunt cunoscute din antichitate, aceasta fiind considerată la un moment dat un adevărat panaceu universal. Calitățile sale sînt de necontestat pentru că varza poate fi folosită cu succes în prevenirea și tratarea unui număr extrem de mare de boli. Varza conține fier, tanin, sulf, săruri de potasiu, amidon, sodiu, iod, cupru, siliciu, glucide, vitaminele A, B1, B2, C, PP, U, precum și provitamina A. Ea este remineralizantă, revitalizantă, nutritivă. Ajută în lupta împotriva scorbutului, a diabetului zaharat, a anemiei. De asemenea, varza are proprietăți dezinfectante. Este de preferat să fie consumată în stare crudă, pentru a i se păstra intacte proprietățile [1]. Principala indicație terapeutică a verzei este ulcerul gastric. Orice bolnav de ulcer trebuie să știe că va avea numai de câștigat dacă va bea în fiecare zi suc de varză crudă. Diabetul zaharat poate fi ameliorat cu ajutorul verzei - s-a dovedit că varza conține o substanță care scade nivelul glicemiei. Datorită fierului conținut de varză, anemia poate fi combătută cu ajutorul acestui aliment. Varza albă conține vitamina U, supranumită și factor antiulceros. Specialiștii susțin că tratamentul

împotriva ulcerului gastroduodenal cu ajutorul acestei vitamine este de-a dreptul spectaculos [2].

Varza se utilizează atât intern, cât și extern. Cea mai importantă proprietate a sa este de dezintoxicare, avînd o afinitate deosebită pentru toxine, pe care le atrage și le elimină, contribuind la curățarea organismului de „deșeurile” ce întrețin boala. Totodată, asigură și o cicatrizare perfectă, fiind de neînlocuit în tratarea unor răni.

Păpădia o plantă care are niște efecte detoxifiante cu totul excepționale. Primăvară devreme, papadia conține în frunzele și în tulpină să substanțe amare, enzime și fitohormoni care fac adevărate minuni pentru ficatul obosit și încărcat de toxine. Această plantă are darul de a relansa activitatea ficatului, de a stimula puternic regenerarea celulelor hepatice și de a favoriza eliminarea toxinelor din acest organ extrem de important. Mai mult, frunzele proaspete de păpădie stimulează secreția de bilă și, important, favorizează evacuarea acesteia. Nu în ultimul rînd, păpădia are darul de a stimula peristaltismul întregului tub digestiv, fiind de un mare ajutor pentru persoanele cu digestia slăbită sau lenesă. Printre afecțiunile care se agravează la ieșirea din iarnă și care sunt eliminate cu ajutorul tratamentului cu frunze de păpădie proaspătă enumerăm: diskinezia biliară (fierea lenesă), dispepsia, hepatitele de toate felurile, icterul, constipația atonă, îndigestia. Este un adjuvant valoros în cazurile de microlitiază biliară, precum și în ciroză hepatică.

Urzică - este una din cele mai vechi și mai utilizate plante medicinale de pe glob, avînd o multitudine de întrebunțări terapeutice. Frunzele urzicii au cea mai mare putere terapeutică primăvară, imediat după răsărire, cînd rezervele de substanțe vindecătoare acumulate în anul trecut sunt puse în mișcare de primele valuri de căldură [12]. Fiind extrem de bogat în clorofilă, sucul de urzică este un excelent purificator pentru sînge. Acest preparat de primăvară anihilează radicalii liberi, stimulează procesele de hematopoeză, stimulează procesul de producere a elementelor figurate ale sîngelui. Cura cu suc de urzică se recomandă în mod special în anemie, atît în cea feriprivă, cît și în formele auto-imune sau în cele în care apar modificări morfologice ale hematiilor. De asemenea, este recomandată în tulburările de coagulare ale sîngelui, ca adjuvant în hemoragiile interne, precum și pentru sechelele posthemoragice. Studii recente arată că sucul proaspăt de urzică are efecte foarte bune în tratarea diferitelor forme de leucemie.

Cura cu grâu verde - pentru colon și stomac. Sucul obținut din grâu verde este o adevărată colecție de vitamine, enzime și minerale, cu efecte benefice asupra întregului organism, dar mai ales asupra tubului digestiv.

El are o acțiune reparatoare, favorizând regenerarea epiteliilor lezate de felurile boli, calmînd durerile, cicatrizînd leziunile și normalizînd procesele digestive. Cura cu grâu verde este recomandată într-o multitudine de afecțiuni digestive specifice primăverii. În cazurile de gastrită hiperacidă și de ulcer, în măsura în care sucul de grâu este tolerat, are o acțiune calmantă, favorizează cicatrizarea și regenerarea țesuturilor afectate de boală. În colita de putrefacție, care apare sau se agravează

invariabil la sfârșitul iernii, din cauza consumului exagerat de proteine, cura cu suc de grâu verde ajută la modificarea florei și favorizează eliminarea reziduurilor din colon. În multe cazuri de enterită sau de colon iritabil, cura cu mlădițe de grâu are efecte calmante și determină vindecarea gradată a acestor afecțiuni.

Cura cu ridichi - pentru aparatul renourinar. Rădăcinile de un roșu viu și strălucitor ale ridichilor sunt un adevărat elixir pentru rinichi. „De vina” sunt substanțele antiinfecțioase și diuretice pe care această legumă de primăvară le conține din belșug.

Ridichile de lună conțin substanțe cu un puternic efect antibiotic, care ajută la vindecarea rapidă a feluritelor infecții care afectează rinichii, vezica și caile urinare. Apoi, aceste rădăcini au un efect diuretic intens, favorizând eliminarea apei din corp prin urinare, au o acțiune antiinflamatoare asupra rinichilor și asupra prostatei. Cura cu ridichi este în mod special indicată persoanelor care rețin apa în organism, care suferă de nefrită, pielonefrită ori cistită cronică. Este un real ajutor celor care au pietre sau nisip la rinichi, întrucât anumite principii active conținute de ridichi favorizează mărunțirea calculilor urinari și eliminarea lor [3-4-5]. Curele de ridichi previn formarea unor noi calculi în cazul persoanelor care au recurs la operație sau la alte forme de tratament pentru eliminarea lor. O altă recomandare a acestui tratament este pentru bolnavii cronici de prostată, întrucât are efecte antiinflamatoare și ajută la controlul sfincterelor urinare.

Cura cu leurdă - pentru inimă și vasele de sânge. Cura cu leurdă este un panaceu pentru întregul aparat cardiovascular. Studiile făcute în Germania și Austria au pus în evidență efectele excepționale ale acestei plante, pentru anihilarea radicalilor liberi din sânge, pentru împiedicarea formării cheagurilor de sânge, pentru menținerea elasticității vaselor de sânge și reglarea tensiunii arteriale. Are efecte reglatoare asupra ritmului cardiac și este un tonic bun pentru muschiul inimii, fiind considerat de către comunitatea științifică una din cele mai bune plante din lume pentru afecțiunile cardiovasculare.

Flebita, tromboflebita și trombozele sunt prompt eliminate cu ajutorul acestei plante, care are puternice efecte antiinflamatoare vasculare, fluidifiante sanguine și anti-agregante plachetare [7-8-9]. Hipertensiunea, ateroscleroza și ischemia cardiacă, asociate cu valori ridicate ale colesterolului, sunt puternic combătute de această cură, pentru că leurdă conține adenozină, o substanță care conform unor studii recente efectuate în Germania, are un rol esențial în reducerea colesterolului, în împiedicarea formării trombilor, în scăderea tensiunii arteriale.

Cura cu hrean - pentru aparatul respirator. Hreanul vindecă o multitudine de afecțiuni respiratorii care se agravează la început de primăvară, când organismul este extrem de sensibil la felurile infecții. Folosită intern, rădăcina de hrean este un excelent antibiotic, stimulează capacitatea naturală de apărare a organismului în fața infecțiilor respiratorii, ajută la eliminarea secrețiilor patologice din arborele bronșic și plămâni. De asemenea, combate accesele de tuse, inclusiv de tuse convulsivă. Extern, este un incalzitor și un drenor redutabil, stimulând foarte puternic procesele de eliminare a secrețiilor de pe caile respiratorii și având efecte antiinfecțioase directe.

Remediile fitoterapeutice sunt binevenite pentru organismul uman prin stimularea rezervelor funcționale, a imunității, a rezistenței față de factorii nefavorabili ai mediului.

Bibliografie:

1. Bacalov Iu., Enachi T., Crivoi A. *Diabetul aloxanic*. Chișinău, CEP USM, 2007, p.47.
2. Bacalov Iu., Crivoi A. *Fitoterapia dereglărilor metabolice*. Chișinău, CEP USM, 2009, p.178.
3. Babyak M., Jiang W. et. al. *Mental stress-induced myocardial ischemia and cardiac events*. Journal of the American Medical Association, 1996, 275: 1651-6
4. Crivoi A. *Vitaminologie*. Chișinău, CEP USM, 2005, p.200.
5. Crivoi A. *Ecologie Umană*. Chișinău, CEP USM, 2005, p.550.
6. Crivoi A., Bacalov Iu., Cojocari L. *Homologia și folosirea rațională a rezervelor funcționale*. Chișinău, CEP USM, 2010.
7. Duca M., Crivoi A., Dencicov L., Calac E.. *Biologie*. Krim, Chișinău, 2008, p.135.
8. Melnic B., Crivoi A. *Practicum la Fiziologia omului și animalelor*. // Ed. „Știința”. Chișinău, 1993, p. 250.
9. Melnic B., Crivoi A., Hefco V. *Fiziologia omului și animalelor*. // Ed. „Știința”. Chișinău, 1993, p. 656.
10. Melnic B., Crivoi A. *Obiectivele fiziologice și repercusiunile stresului profesional*. // Analele științifice ale USM. // Seria „Științe reale”. Chișinău, 1997, p. 204.
11. Melnic B., Crivoi A. *Obiectivele psihofiziologice ale emotivității, moralei și comportării*. Chișinău, Ed. USM, 2003, p. 9-15, 54-58.
12. Melnic B., Crivoi A. *Probleme actuale de fiziologie a sistemului nervos central*. Editura USM, Chișinău, 1996, p. 15-17.