

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ФИТОТЕРАПИИ В РАННЕМ ДЕТСКОМ ВОЗРАСТЕ

Хасанова Г.Р.-ассистент кафедры

фармакогнозии и фармацевтической технологии.

Самаркандского Государственного медицинского университета

Студентки 2 курса Юнусова Ш.

Рафикова Шахзода Вахобовна,

Алибоева Шахзода Улугбековна,

Мамаюсупова Зухра Бехзодовна.

факультета биотехнологии ,инженеринг и фармации

Аннотация: В статье рассмотрены особенности применения фитотерапии у детей раннего возраста. Показано, что фитотерапия, благодаря мягкому действию и высокой безопасности, является эффективным направлением профилактики и лечения наиболее распространённых заболеваний детского возраста. Проведён анализ рационального использования лекарственных растений при патологиях пищеварительной и дыхательной систем. Отмечены преимущества природных средств по сравнению с синтетическими препаратами, а также даны рекомендации по их дозированию и комбинированию. Сделан вывод о необходимости индивидуального подхода и профессиональных знаний врача при назначении фитотерапии детям.

Ключевые слова: фитотерапия, дети, лекарственные растения, лечение, профилактика, ромашка, мелисса, фенхель, эхинацея, педиатрия.

Annotation: The article discusses the features of the use of phytotherapy in young children. It has been shown that phytotherapy, due to its mild action and high safety, is an effective direction for the prevention and treatment of the most common childhood diseases. The analysis of the rational use of medicinal plants in diseases of the digestive and respiratory systems is carried out. The advantages of natural remedies in comparison with synthetic drugs are noted, and recommendations on their dosage and combination are given. The conclusion is made about the need for an individual

approach and professional knowledge of the doctor when prescribing phytotherapy to children.

Keywords: phytotherapy, children, medicinal plants, treatment, prevention, chamomile, lemon balm, fennel, echinacea, pediatrics.

Цель исследования: Изучить особенности применения фитотерапии у детей раннего возраста, определить безопасные и эффективные лекарственные растения, а также принципы их рационального использования в педиатрической практике.

Материалы и методы исследования: Для достижения цели исследования проведён анализ отечественных и зарубежных источников по вопросам фитотерапии в педиатрии, рассмотрены данные клинических наблюдений и практического опыта педиатров. Используются аналитический, сравнительный и системный методы исследования, позволяющие обобщить современные подходы к фитотерапии детского возраста и оценить её преимущества перед традиционными медикаментозными средствами.

Результаты и обсуждение: Ранний детский возраст отличается особой чувствительностью к воздействию лекарственных средств. Иммунная и ферментативная системы ребёнка ещё не полностью сформированы, поэтому использование растительных препаратов имеет значительные преимущества. Природные средства мягко воздействуют на организм, обладают широким спектром терапевтического действия и, как правило, не вызывают токсических или аллергических реакций при правильном применении. Большинство фитопрепаратов имеют комбинированное действие — противовоспалительное, спазмолитическое, седативное, ветрогонное и общеукрепляющее. Это делает их особенно ценными при лечении функциональных нарушений и хронических заболеваний. В то же время существует ряд ограничений: не допускается использование спиртовых настоек, эфирных масел с раздражающим действием

и растений, содержащих сильнодействующие вещества (например, полынь, пижма, зверобой, кора дуба).

Основные принципы фитотерапии в детской практике:

1. Индивидуальный подход к назначению

Одним из ключевых принципов фитотерапии у детей является индивидуализация лечения. Подбор лекарственных растений должен осуществляться с учётом возраста, физиологических особенностей ребёнка, характера заболевания, а также индивидуальной чувствительности к компонентам растения. Например, ромашка аптечная и Melissa лекарственная хорошо переносятся младшими детьми, а мята перечная или зверобой — применяются преимущественно в подростковом возрасте.

Кроме того, при выборе растительного средства важно учитывать не только основное заболевание, но и сопутствующие патологии (например, склонность к аллергии, дисбактериозу, гастриту и т.д.).

2. Безопасность и дозирование

Дозы лекарственных растений для детей должны быть значительно ниже, чем для взрослых, и строго соответствовать возрасту. Наиболее безопасными считаются водные формы препаратов — чай, настои, отвары. Нежелательно применять спиртовые настойки и эфирные масла в чистом виде, поскольку они могут вызвать раздражение слизистых оболочек и токсические реакции.

При расчёте дозы часто используют правило Фриде или метод Кларка, где доза рассчитывается пропорционально массе тела или возрасту ребёнка. Например, для детей до 1 года дозы составляют 1/10–1/8 взрослой дозы, от 3 до 7 лет — 1/4–1/3, а от 7 до 14 лет — 1/2 взрослой дозы.

3. Минимизация компонентов в составе сбора

Детям не рекомендуется назначать сложные многокомпонентные сборы. Оптимально использовать 2–3 лекарственных растения, действие которых

дополняет друг друга. Это снижает риск лекарственных взаимодействий и повышает переносимость терапии.

Например, при простудных заболеваниях целесообразно сочетать липовый цвет (потогонное действие) с малиной (жаропонижающее) и шиповником (витаминное средство).

4. Системность и длительность терапии

Фитотерапия у детей должна проводиться курсовыми циклами. Для острых заболеваний курс составляет 5–10 дней, при хронических — от 2 до 4 недель с последующими перерывами. При хронических заболеваниях органов дыхания, пищеварения и мочевыделительной системы целесообразно назначать профилактические курсы в периоды сезонных обострений (осень, весна).

Эффективность фитотерапии проявляется постепенно, поэтому важно соблюдать регулярность приёма препаратов. Прерывание курса снижает лечебный эффект и может привести к рецидиву заболевания.

5. Контроль эффективности и переносимости

Во время лечения фитопрепаратами необходимо регулярно контролировать общее состояние ребёнка, динамику симптомов и возможные побочные реакции. Даже натуральные препараты могут вызывать аллергические проявления (сыпь, зуд, расстройство пищеварения), поэтому родителям и врачу следует быть внимательными к первым признакам непереносимости.

При длительном применении рекомендуется менять состав сбора каждые 2–3 месяца, чтобы избежать привыкания организма к действующим веществам.

6. Использование фитотерапии как части комплексного лечения

Фитотерапия не исключает, а дополняет традиционное медикаментозное лечение.

Растительные препараты усиливают действие фармакологических средств, способствуют снижению доз синтетических лекарств, уменьшают их побочные

эффекты.

Например, при бронхитах фитопрепараты (алтей, подорожник, мать-и-мачеха) применяются совместно с отхаркивающими средствами, при гастритах — с антацидами, при неврозах — с седативными средствами лёгкого действия.

7. Принцип научной обоснованности

Назначение фитотерапии должно опираться на данные доказательной медицины и фармакологических исследований. Необходимо учитывать фармакодинамику и фармакокинетику действующих веществ, возможные взаимодействия с другими препаратами и противопоказания.

Современные стандарты требуют, чтобы растительные средства имели официальную регистрацию и доказанную клиническую эффективность (например, эхинацея, ромашка, шалфей, липа, фенхель).

8. Образовательная и профилактическая роль

Фитотерапия имеет большое значение для формирования у детей и родителей культуры здорового образа жизни. Регулярное использование растительных чаёв, настоев, витаминизированных отваров способствует укреплению иммунитета, профилактике авитаминозов и простудных заболеваний. Таким образом, фитотерапия выполняет не только лечебную, но и воспитательную функцию, формируя у детей понимание ценности природных средств.

Фитотерапия при заболеваниях пищеварительной системы.

При гастритах и воспалительных заболеваниях ЖКТ эффективны настои ромашки аптечной, обладающие спазмолитическим и антисептическим действием. Для снятия нервных спазмов и улучшения сна показаны настои Melissa.

В младенческом возрасте широкое применение имеет фенхель — мягкое ветрогонное и отхаркивающее средство, помогающее при метеоризме и коликах.

При диарее эффективны отвары плодов черники, содержащие дубильные вещества и пектины.

Фитотерапия при заболеваниях дыхательной системы.

При сухом кашле используют слизесодержащие растения (алтей, мать-и-мачеха, подорожник, семена льна), а при влажном — отхаркивающие (фиалка, анис, фенхель). В период простудных заболеваний показаны потогонные средства — цветки липы. Для укрепления иммунитета и профилактики инфекций применяются препараты эхинацеи пурпурной, стимулирующие естественную защиту организма.

Выводы: Фитотерапия является безопасным и эффективным методом профилактики и лечения заболеваний у детей раннего возраста.

Применение растительных средств способствует активации защитных механизмов организма, снижает лекарственную нагрузку и риск побочных эффектов.

Назначение фитотерапии требует индивидуального подхода, знания свойств растений и строгого соблюдения дозировок.

Использование фитопрепаратов позволяет повысить качество медицинской помощи в педиатрии и укрепить здоровье ребёнка без избыточного медикаментозного воздействия.

Список литературы

Основные

Агапова, Н. А. Фитотерапия в педиатрии: современные подходы и перспективы / Н. А. Агапова // *Педиатрия. Журнал им. Г. Н. Сперанского*. — 2021. — Т. 100, № 4. — С. 75–82.

Степанова, И. И. Растительные лекарственные препараты в практике педиатра / И. И. Степанова, О. П. Казакова // *Вопросы современной педиатрии*. — 2020. — Т. 19, № 5. — С. 53–59.

Тихонова, Е. В. Рациональное применение фитотерапии у детей раннего возраста / Е. В. Тихонова // *Российский вестник перинатологии и педиатрии*. — 2022. — Т. 67, № 3. — С. 45–50.

Киселева, Т. Л. Фитотерапия: руководство для врачей / под ред. Т. Л. Киселевой. — М.: ГЭОТАР-Медиа, 2020. — 512 с.

Дополнительная литература

1.Хасанова, Г. Р., & Ботиров, Х. Т. (2025). НАШ ДОЛГ—СОХРАНИТЬ И ЗАЩИЩАТЬ РАСТИТЕЛЬНЫЙ МИР. ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ, 79(1), 35-38.

2.Хасанова, Г. Р., & Ходжаева, Ж. К. (2025). РЕВЕНЬ ТАНГУТСКИЙ—RHEUM TANGUTICUM. ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ, 79(1), 39-45.

3.Rakhmatullaevna, K. G., Abdumutalibovich, X. D., & Faxriddinovich, X. U. (2025). WILD PLANTS AS AN OBJECT OF STUDY, LIFE SAFETY, USE IN MEDICINE AND INDUSTRY. *Modern education and development*, 18(4), 111-121.

4.Хасанова, Г. Р., Тошпулатов, Ш. Ш., Расулов, К. Г., & Мамиров, Д. У. (2025). КОРИАНДР ПОСЕВНОЙ—CORIANDRUM SATIVUM L. *Modern education and development*, 18(4), 80-92.

5.Хасанова, Г. Р., Беканов, Б. С., Бахитов, Ш. Т., & Ходжаева, Ж. К. (2025). ЛЕЧЕБНЫЕ СВОЙСТВА КАЛАНХОЭ. *Modern education and development*, 18(4), 93-110.

6.Raxmatullayevna, X. G., Ko'chimova, F. S., Jumaboyeva, S. E., & Xushvaqtovich, Q. D. (2025). SARIQ PARPIGUL-GENTIAN LUTEA L. *Modern education and development*, 18(4), 69-79.

7.Хасанова, Г. Р., Рахманова, Н. И., & Иззатуллаева, С. Т. (2025) ОБЛЕПИХА КРУШИНОВИДНАЯ—HIPPOPHAE RHAMNOIDES L. *Ta'lim innovatsiyasi va integratsiyasi*, 38(1), 164-174. Хасанова, Г. Р., Рахманова, Н. И., & Сатторов, Ш. И. (2025).

8.OG'IZDAN BADOBO'Y HID KELISHI. *Ta'lim innovatsiyasi va*

9.Хасанова, Г. Р., Магрипова, Д. Ф., & Алибоева, Ш. У. (2025). РОЛЬ ЛИМОНА В ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА. ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ, 80(1), 26-32.Хасанова, Г. Р. (2025).

10.ХИМИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ В КОРНЕВИЩАХ И КОРНЯХ ДЕВЯСИЛ ВЫСОКИЙ-INULA HELENIUM L., ПРОИЗРАСТАЮЩЕГО НА ТЕРРИТОРИИ СРЕДНИЙ АЗИИ. ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ, 79(3), 157-164..

11.Mustafayevich, O. S., & Raxmatullayevna, X. G. (2025). STUDY OF THE EFFECTS OF EXTERNAL CONDITIONS ON THE PERFORMANCE OF THE" TPG-SN4" METHANE DETECTOR. Research Focus, 4(6), 32-

12.Шукуров, А. А., Дониёрова, Р. П., & Хасанова, Г. Р. (2025). КАРДАМОН НАСТОЯЩИЙ-ELETTARIA CARDAMOMUM. ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ, 80(1), 33-38. 36.integratsiyasi, 18(5), 46-55.

13.Хасанова, Г. Р., Магрипова, Д. Ф., & Алибоева, Ш. У. (2025). РОЛЬ ЛИМОНА В ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА. ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ, 80(1), 26-32.