

# Место ароматерапии в лечении и профилактике острых респираторных заболеваний

С.В.Зайцева, А.К.Застрожина, Е.А.Бельская  
Московский государственный  
медико-стоматологический университет  
им. А.И.Евдокимова

В статье представлен краткий обзор литературы по вопросам использования ароматерапии в практике врача педиатра. Обсуждаются вопросы механизмов воздействия на организм человека эфирного масла. Приведены данные исследований эффективности и безопасности эфирных масел в лечении острых инфекционных заболеваний дыхательных путей у детей на примере масла «Дыши».

**Ключевые слова:** острые респираторные заболевания, дети, ароматерапия, эфирные масла, масло «Дыши».

## Aromatherapy in the Treatment and Prevention of Acute Respiratory Diseases

S.V.Zaitseva, A.K.Zastrozhina, E.A.Bel'skaya  
A.I.Evdokimov Moscow State Medicine and  
Dentistry University

The paper presents in brief the literature review on aromatherapy in pediatrics. It discusses mechanism of action of essential oil on humans. Data on effectiveness and safety of essential oil for the treatment of acute infectious respiratory diseases in children by the example of oil called «Dyshi».

**Keywords:** acute respiratory diseases, children, aromatherapy, essential oil, «Dyshi» oil.

Острые заболевания респираторного тракта (ОРЗ) остаются самыми частыми и распространенными инфекционными заболеваниями в детском возрасте. Причем наибольшая частота их приходится на возраст до 5 лет. Это обусловлено как определенными анатомо-физиологическими особенностями организма ребенка, так и тем, что именно на этот период приходится повышенная инфекционная нагрузка. Посещение ребенком детского коллектива увеличивает количество инфекций в несколько раз. В дошкольных учреждениях создаются благоприятные условия для массивного инфицирования верхних

дыхательных путей. Повторные эпизоды ОРЗ на первом году посещения детского учреждения регистрируются с частотой до 8–10 раз. В последующем кратность заболеваний уменьшается и на втором году посещения детского учреждения составляет 5–6 раз, а на третьем – 3–4 раза. Однако в группе детей с рекуррентными респираторными инфекциями повторные эпизоды ОРЗ, по данным ряда авторов, регистрируются практически ежемесячно [1, 2].

Под термином ОРЗ объединяют разнородные по этиологии и локализации поражения респираторного тракта. Среди причинных агентов могут быть вирусы, бактерии, атипичная микрофлора (микоплазма, хламидофилла, легионелла). Однако все они имеют сходную клиническую картину, которая обусловлена тропностью инфекционного фактора к эпителию дыхательных путей.

Наиболее часто этиологическим фактором ОРЗ являются вирусы. В этом случае, заболевание обозначают термином острое респираторно-вирусное заболевание. В настоящее время выделено не менее 5 различных групп вирусов (вирусы парагриппа, гриппа, аденовирусы, риновирусы, реовирусы и др.) и более 300 их подтипов. Из бактериальных возбудителей, вызывающих острые заболевания органов дыхания, доминирующая роль принадлежит пневмококкам и гемофильной палочке. Однако развитие бактериального процесса у детей может быть обусловлено и такими условно-патогенными микроорганизмами, как золотистый стафилококк, клебсиелла, представителями семейства кишечных палочек [3].

Инфекционные агенты, особенно вирусы, весьма контагиозны и передаются воздушно-капельным путем. Элиминация их значительно затрудняется при частых ОРЗ. Необходимо учитывать также особенности иммунного ответа детей с рекуррентными заболеваниями. У часто и длительно болеющего ребенка иммунная система характеризуется крайним напряжением процессов иммунного реагирования, недостаточностью резервных возможностей, что является результатом длительного и массивного антигенного воздействия на организм [4]. Это определяет персистенцию возбудителя, осложняет течение болезни, способствует длительному рецидивированию симптомов заболевания и формированию очагов хронической инфекции, особенно в носоглотке. Несмотря на то, что значительное число респираторных инфекций у детей протекает легко и не требует проведения серьезных лечебных мероприятий, многие из них отвлекают родителей от их трудовой деятельности, а такие проявления, как высокая температура у ребенка и кашель, являются причиной частого обращения к врачам.

Таким образом, существуют определенные особенности инфекционного фактора, такие как высокая контагиозность и быстрая изменчивость антигенных свойств вирусов, узкая специфичность действия большинства химиопрепаратов и выработка резистентности к ним, «ускользание» от иммунного ответа (грипп) и снижение эффективности вакцинопрофилактики. С другой стороны, особенности иммунного ответа детей и популяционное снижение иммунной защиты определяют высокую восприимчивость к инфекциям и частые ОРЗ. Все это диктует необходимость поиска не только новых методов терапии ОРЗ, но и эффективных методов профилак-

Сведения об авторе:

Зайцева Светлана Владимировна – к.м.н., доцент, кафедра педиатрии МГМСУ им. А.И.Евдокимова

# Дыши®

## Включи силу природы!

### НАТУРАЛЬНЫЕ ПРОДУКТЫ ДЛЯ ЗАЩИТЫ В СЕЗОН ПРОСТУД

## Масло Дыши

Композиция натуральных эфирных масел

- Эффективно в проведении профилактики простудных заболеваний в организованных детских коллективах<sup>1,2</sup>.
- Снижает частоту и тяжесть осложнений простудных заболеваний<sup>3</sup>.
- Оказывает антибактериальное действие<sup>1</sup>.
- Способствует развитию местного иммунного ответа<sup>2</sup>.

## Безопасность и удобство применения

- Необходимо только вдыхать пары эфирных масел, не требуется закапывание или впрыскивание в носовую полость.
- Не вызывает привыкания.
- Не раздражает и не сушит слизистую носа, обладает низкой реактогенностью.



Рекомендуйте в «сезон простуд»



ОДОБРЕНО  
объединением  
ЛОР-педиатров



С 3-х месяцев

## Согревающий гель Дыши для детей

Композиция из пяти эфирных масел, левоментола и барсучьего жира

- Для профилактики простуды после переохлаждения и при первых ее симптомах, в том числе при кашле.
- Эфирные масла геля обладают противовирусными свойствами, оказывают противовоспалительное и обезболивающее действие.
- Барсучий жир активизирует кровообращение и оказывает согревающее действие.
- Выпускается в удобных флаконах с дозаторами.



НОВИНКА



С 1 года

<sup>1</sup> Килина А.В., Колесникова М.Б. Эффективность применения эфирных масел в профилактике острых респираторных заболеваний у дошкольников в организованных коллективах // Вестник оториноларингологии. – 2011. – № 5.

<sup>2</sup> Красавина Н.А., Биянов А.Н., Старцева С.Е. Использование ингаляций эфирными маслами в реабилитации детей с повторными заболеваниями // Лечащий врач. – 2011. – Октябрь. – № 9.

<sup>3</sup> Петрушина А.Д., Никогосян А.С., Кайб И.Д., Мальченко Л.А., Ушакова С.А. Опыт использования ингаляций эфирными маслами для профилактики и в комплексной терапии острых респираторных заболеваний у детей // Практикум-Мед. – 2011. – № 2.



www.akvion.ru

Подробная информация на сайте [масло-дыши.рф](http://масло-дыши.рф)

© 2011-2014 АКВИОН. Все права защищены. Не является лекарством. Реклама.

тики инфекционных болезней в детских коллективах.

В настоящее время активно рекомендуются индивидуальные способы профилактики ОРЗ у детей. Среди них можно отметить правильный образ жизни пациентов (закаливание, рациональное питание), вакцинопрофилактику, витаминотерапию, гигиенические мероприятия (поддержание определенного температурного режима помещений, проветривание, влажные уборки, мытье рук). Однако как показывает практика, этих мероприятий недостаточно. Они позволяют охватить лишь 5% населения [4]. Остальные члены коллектива не получают адекватной противоинфекционной защиты.

Именно поэтому перспективным методом групповой терапии и профилактики ОРЗ в коллективах представляется групповая ароматерапия. Ароматерапия – это ингаляционное воздействие натуральных эфирных масел, обладающих противомикробными и противовирусными свойствами. Вдыхание паров таких масел оказывает бактерицидное, противовоспалительное и антисептическое воздействие, улучшает качественный состав микрофлоры верхних дыхательных путей и их проходимость, повышает местный иммунитет [5].

Ароматерапия — древнейшее искусство лечения с использованием ароматов растений. Оно зародилось вместе с появлением на нашей планете человека. Элементы душистых растений найдены в мотивах декоративных рисунков первобытных пещерных людей. В Египте широкое использование благовоний не раз являлось причиной кровавых войн, которые фараоны предпринимали для обладания новыми эфирными маслами. Археологи обнаружили флаконы с благовониями во многих древнеегипетских гробницах. Так, в гробнице Тутанхамона найдены ароматические вещества, состоящие на 90% из животного мирра и на 10% из масел, балзамов и смол. Балзам, мирра и ладан упоминались также и в Ветхом Завете.

Термин «ароматерапия» (дословно – использование запаха в качестве лекарства) впервые ввел в обиход французский химик доктор Рене М. Гаттефоссе в 1928 г. Рене занимался исследованием эфирных масел как потенциальных составляющих косметики. Однако наблюдения привели его к оценке не только антисептических свойств масел. Однажды, работая в лаборатории, Гаттефоссе сильно обжег руку и тут же погрузил ее в лавандовое масло. Ожог зажил очень быстро, без нагноения. В результате Гаттефоссе удалось выяснить, что эфирные масла обладают не только антимикробным, но и репаративным действием [5].

В настоящее время установлено, что эфирные масла – это летучие жидкие смеси органических веществ, вырабатываемые растениями и определяющие их приятный запах. Выделение растениями ароматических веществ является физиологической реакцией, характерной для всех живых организмов. Именно они служат для растений защитой от поражения грибами, вирусами, бактериями, вредителями, для привлечения насекомых-опылителей. Каждый вид эфирных масел имеет свой, характерный только для него компонентный состав. Так, в эфирном масле герани определено около 300 компонентов, в эфирных маслах розы, бергамота, лимона, мандарина, апельсина — около 500 компонентов в каждом. На долю многих компонентов приходится одна десятая, сотая и даже тысячная процента, но некоторые из них играют определенную роль в формировании запаха и биологической активности [5].

Современная ароматерапия является методом лечения с применением натуральных эфирных масел, вводимых в организм через дыхательные пути (обонянием, вдыханием, ингаляцией) или через кожу (массаж, ванна, компресс). Эти два пути воздействия на организм наиболее оптимальны при ароматерапии. Во время ванны или массажа масла попадают в организм через кожу, а также в виде ингаляций через слизистую дыхательных путей, в то же время кожа впитывает масло из воздуха при ингаляции. В обоих случаях компоненты масел поступают в организм в природной, неизменной форме. Применение масел внутрь вызывает действие на них ферментов пищеварительной системы, в результате чего происходит изменение химического состава, а следовательно, и свойств масла [5].

С другой стороны, эфирные масла могут служить прекрасными транспортными средствами и для других лекарственных веществ, помогая им проникать в различные органы и ткани человека, обеспечивая достаточный, а главное, точно направленный терапевтический эффект. Эфирные масла легко проникают через кожные покровы и быстро включаются в системный кровоток. Так, скипидар, эфирные масла сосны, пихты, ели проходят через кожу за 20 мин, эвкалиптовое масло – за 20–40 мин, масло мяты, лаванды, герани, кориандра – за 60–100 мин. Благодаря большой проникающей способности эфирных масел при местном применении достигается их лечебное воздействие на внутренние органы [6–8]. Данное свойство эфирных масел широко используется в педиатрической практике при создании наружных гелей.

В педиатрической практике имеется ряд преимуществ введения эфирных масел. Среди них безопасность и удобство применения, возможность использования детьми разных возрастных групп. Физиологичное введение путем вдыхания с воздухом способствует возможности непосредственного антисептического и противовоспалительного действия эфирного масла на слизистую оболочку респираторного тракта в коллективах.

Исследование биологической активности и возможности использования эфирных масел в лечебных целях широко проводилось в лаборатории Крымского НИИ им. И.М.Сеченова. В ходе исследований было установлено, что эфирные масла и их компоненты легко проходят через эпителий капилляров, они свободно преодолевают плаценту. С помощью транспортных молекул-носителей, находящихся в биологических мембранах, молекулы ароматических веществ проникают через клеточные мембраны и взаимодействуют с рецепторами внутриклеточных биологических комплексов. Они взаимодействуют с ферментной, эндокринной, иммунной и другими системами [8].

Многие компоненты эфирных масел являются либо исходными продуктами образования биологически активных веществ, либо промежуточными продуктами на пути их биосинтеза. Они входят в состав ферментных систем, стероидных гормонов, витаминов D, E, K, антиоксидантов. Совместное действие компонентов эфирных масел намного эффективнее, чем действие каждого из них в отдельности [5–7].

Существенным представляется способность эфирных масел оказывать выраженное антиоксидантное действие, сравнимое по активности с такими антиоксидантами, как ионол и токоферол. Установлено противовоспалительное действие эфирных масел. Основными механизмами противовоспалительного



действия являются способность эфирных масел снижать сосудистую проницаемость и стабилизировать мембраны клеток, а также их противорадикальная активность [8].

Однако наибольшее значение эфирных масел во все времена определялось их противоинфекционным действием. Так, благодаря надежному антимикробному действию эфирные масла в Древнем Вавилоне специально добавляли в строительные материалы, из которых воздвигались храмы. При этом противомикробные свойства лимонного, кедрового и миррового масел обеспечивали дезинфекцию в помещении храма. В средние века нормандские завоеватели имели обычай усыпать пол в жилищах пахучими растениями для предупреждения инфекционных болезней. С этой же целью крестовосцы в походах носили высушенные эфиромасличные растения [5].

Современные исследования подтвердили высокую антисептическую активность эфирных масел, которая обусловлена, прежде всего, наличием фитонцидов. Среди них могут быть как летучие, так и нелетучие вещества. Так, например, сосна, можжевельники постоянно вырабатывают в хвое летучие фитонциды. Испаряясь, они создают особый, характерный для хвойных лесов аромат и противоинфекционный эффект.

Действие фитонцидов распространяется практически на все группы микроорганизмов. Эфирные масла способны подавлять развитие грамположительных и грамотрицательных микроорганизмов, многих видов грибов, простейших, обладают антивирусной активностью. Установлено, что масло лаванды угнетает рост туберкулезных бактерий [5–8].

Противоинфекционная активность эфирных масел сочетается с их практически полной безвредностью для организма человека, что принципиально отличает их от современных антибактериальных препаратов. Существенно, что антисептическая способность эфирных масел не уменьшается со временем, а у микроорганизмов к ним практически не развивается резистентность. Это связано с тем, что антибиотическое действие эфирных масел на микробы обусловлено разрушением цитоплазматической (периферической) мембраны и уменьшением активности аэробного дыхания, что приводит к уменьшению выделения энергии, необходимой для синтеза различных органических соединений [5, 8]. Таким образом, модифицируя экологическую обстановку, эфирные масла не дают возможности микроорганизмам создать собственные механизмы защиты и адаптироваться к агрессивному агенту. В настоящее время установлено, что эфирные масла усиливают проникновение антибиотиков через клеточные мембраны организма человека и тем самым дают возможность снизить дозы препаратов при тяжелых заболеваниях [7].

Таким образом, такие особенности эфирных масел, как противовоспалительное и антисептическое действие, способность улучшать качественный состав микрофлоры верхних дыхательных путей и их проходимость, повышать местный иммунитет, могут стать эффективным и безопасным методом для профилактики и лечения ОРЗ в детских коллективах.

Особую ценность представляют эфирные масла для санации воздуха в местах скопления людей в периоды вспышек вирусного гриппа и острых респираторных вирусных инфекций (ОРВИ). Известно, что люди, живущие в лесных районах, по сравнению с горожанами в 2–4 раза реже болеют ОРВИ, гриппом и ангинами. Это можно объяснить постоянным очищением воздуха в лесу эфирными масла-

ми, содержащими большое количество фитонцидов [5].

Именно поэтому в настоящее время все больше внимания при лечении ОРЗ в педиатрии уделяется применению препаратов, содержащих эфирные масла. Среди них обращает внимание продукция российского производителя ЗАО Аквион – масло «Дыши». Использование его в целях профилактики и лечения ОРЗ в детских коллективах является перспективным направлением. На российском рынке данная продукция представлена несколькими формами. Среди них наиболее известное и клинически исследованное масло «Дыши».

Масло «Дыши» является многокомпонентной композицией 6 натуральных эфирных масел (мятное (без ментола) масло, эвкалиптовое масло, каепутовое масло, винтергриновое масло, можжевельное масло и гвоздичное масло) и левоментола растительного происхождения [9]. Данный состав обладает множеством полезных свойств для лечения и профилактики ОРЗ.

Так, входящее в масло «Дыши» мятное (без ментола) масло (*Oleum menthae*), обладает антибактериальным, противовоспалительным, болеутоляющим, тонизирующим и облегчающим носовое дыхание действием. Как сильный антисептик оно применяется при инфекциях верхних дыхательных путей и носоглотки, хорошо воздействует при головной боли, простуде, лихорадке [9].

Другой компонент масла «Дыши» – эвкалиптовое масло (*Oleum eucalypti*) оказывает жаропонижающее, противовоспалительное и иммуномодулирующее действие. Оно обладает противовирусной, в том числе против вирусов герпеса и гриппа, активностью. При распылении в закрытых помещениях угнетает жизнедеятельность болезнетворных бактерий. Получают его из листьев и молодых веток растущего преимущественно в Австралии вечнозеленого эвкалиптового дерева (*Eucalyptus globulus*) семейства миртовых. Эвкалиптовое масло является одним из самых популярных компонентов отхаркивающих и антисептических препаратов [5, 6, 9].

Входящее в состав комплексного масла «Дыши» каепутовое масло (*Oleum cajuputi*) одно из самых популярных средств для лечения простудных заболеваний. Используется в качестве антисептика. Каепутовое масло получают из свежих почек и листьев каепута (*Melaleuca leucadendron*). Это высокое вечнозеленое дерево семейства миртовых (эвкалиптовых), с густой листвой и белыми цветами, гибкий ствол которого покрыт белой корой. В Малайзии его называют «каджу-пути», что означает «белое дерево». Эфирное масло каепута обладает свежим терпким травянистым ароматом. Оказывает противовоспалительное и тонизирующее действие [5, 6, 9].

Винтергриновое масло (*Oleum wintergreen*) в составе масла «Дыши» уменьшает выраженность воспалительных процессов органов дыхания и обладает болеутоляющим эффектом. Основным компонентом данного масла является метилсалициловая кислота. Это масло получено из листьев гаультерии лежачей (*Gaultheria procumbens*), растения из семейства вересковых, с ползучим стеблем, прямыми побегам, кожистыми листочками и пониклыми белыми цветами, которые дают сочные алые ягоды.

Еще один компонент масла «Дыши» – можжевельное масло (*Oleum juniperi*) получают из свежих или слегка подсушенных темных ягод можжевельника обыкновенного (*Juniperus communis*). Хвоя можжевельника не имеет себе равных по бактери-

цидным свойствам. Один гектар можжевельного леса за сутки способен оздоровить воздух целого города. Поэтому в Средней Азии, например, повязки, пропитанные можжевельным эфирным маслом, накладывали на свежие и гноящиеся раны, а также стерилизовали им кетгут – нити, которыми эти раны зашивали. А у североамериканских индейцев существовал оригинальный способ излечения больных туберкулезом – их поселяли в зарослях можжевельника до полного выздоровления [5, 6, 9].

Гвоздичное масло (*Oleum caryophylli*) получают из цветочных бутонов вечнозеленого гвоздичного дерева (*Eugenia caryophyllata*) семейства миртовых, которое во время цветения образует пахучие цветочные почки (бутоны). Как только они приобретают розоватую окраску, их срывают и сушат на солнце. Полученные «гвоздички» очень похожи на мелкие гвозди, отсюда, вероятно, и их русское название. Они с древних времен служат лекарством и бактерицидным средством, а также пряностью и ароматическим компонентом при производстве парфюмерных изделий и косметических продуктов. Эфирное масло гвоздики легкое, текучее, с сильным пряным запахом и жгучим вкусом. Используется в качестве антисептика, благодаря своей высокой антибактериальной и противовирусной активности, при профилактике гриппа и ОРВИ во время эпидемий этих воздушно-капельных инфекций [5, 6, 9].

Левоментол (*Levomenthol*), входящий в состав масла Дыши, оказывает антибактериальное, противовоспалительное, болеутоляющее действие [9].

Таким образом, комплексный препарат «Дыши» с подобранными в определенной концентрации эфирными маслами с успехом применяется для лечения и профилактики острых респираторных заболеваний. Его целебные свойства, эффективность и безопасность в терапии и профилактике ОРЗ у детей в разных возрастных группах продемонстрирована в исследованиях российских педиатрических клиник.

Так, исследования А.Д.Петрушиной и соавт. показали эффективность композиции натуральных эфирных масел «Дыши» при инфекционных заболеваниях полости носа. В ходе исследования было установлено, что применение масла «Дыши» уменьшает продолжительность ОРВИ и способствует быстрому исчезновению заложенности носа. По данным авторов, применение этой композиции для профилактики респираторных инфекций снизило число случаев ОРВИ на 65%, а у часто болеющих детей при первых признаках заболевания позволило существенно облегчить его течение и предотвратить развитие осложнений [10].

По данным Л.П.Гребовой с соавт. использование композиции натуральных эфирных масел «Дыши» в условиях организованного детского коллектива было также эффективно и безопасно. Проведенная авторами сравнительная оценка заболеваемости ОРВИ среди детей, не получавших и получавших композицию натуральных эфирных масел «Дыши» в качестве средства профилактики ОРВИ, выявила у последних снижение числа случаев ОРВИ в 3,1 раза, более легкое течение заболеваний, сокращение в 3 раза количества пропущенных по причине болезни учебных дней. Авторы считают, что использование бесконтактного ингаляционного метода профилактики и лечения ОРВИ эфирными маслами «Дыши» является успешным методом профилактики ОРЗ в детских коллективах [11].

Исследования терапевтической эффективности и безопасности масла «Дыши» при ОРЗ в дошкольных детских коллективах было проведено и Н.А.Черной

с соавт. Они доказали клиническую эффективность применения композиции масла «Дыши» для оздоровления детей с патологией носоглотки и частыми ОРЗ в условиях детского дошкольного образовательного учреждения. По данным авторов, ароматерапия с использованием композиции эфирных масел «Дыши» – эффективный метод оздоровления, способствующий снижению кратности и длительности случаев ОРЗ (индекс острой заболеваемости и средняя длительность случая заболеваемости снизились в 2,2 и 3,4 раза соответственно по сравнению с данными за аналогичный период предшествующего года), в 5 раз реже наблюдалось осложненное течение ОРЗ. По мнению авторов, композиция эфирных масел «Дыши» обладает хорошей переносимостью, оказывает значимое благоприятное влияние не только на состояние верхних отделов дыхательных путей, но и на гармонизацию психических функций, качество жизни и адаптивный статус ребенка [12].

Подтверждением клинической эффективности и безопасности масла «Дыши» являются исследования Е.Ю.Радиг и соавт. Они установили эффективность и безопасность масла «Дыши» в терапии острого инфекционного ринита у детей и подростков. На фоне монотерапии с применением масла «Дыши» наблюдалось снижение отека слизистой оболочки полости носа, улучшение носового дыхания, уменьшение гиперемии слизистой оболочки полости носа и количества выделений. Таким образом, масло «Дыши» обладает достаточной эффективностью при острых инфекционных ринитах у детей и одновременно лишено отрицательных свойств сосудосуживающих препаратов, вводимых в виде капель или спреев в носовую полость. Масло «Дыши» рекомендуется применять при лечении детей с ринитом на фоне ОРЗ в качестве монотерапии и в составе комплексной терапии [13].

Таким образом, использование эфирного масла «Дыши» в комплексной терапии ОРЗ показало хорошую эффективность у детей разного возраста. В ходе исследования было установлено, что масло «Дыши» хорошо переносится детьми, удобно в применении, не инвазивно, безопасно. Побочные реакции и нежелательные эффекты при его применении не регистрировались. Применение масла «Дыши» позволило добиться уменьшения продолжительности острого респираторного заболевания и показало хорошую эффективность в комплексной терапии острых респираторных заболеваний у детей разного возраста. Масло «Дыши», имеющее высокий профиль безопасности и эффективности, может стать препаратом выбора для профилактики и в комплексной терапии повторных респираторных заболеваний у детей [14, 15].

В настоящее время существует несколько форм выпуска многокомпонентного препарата «Дыши». Так, кроме масла «Дыши» для ингаляций существует и форма в виде спрея. Состав и свойства спрея «Дыши» аналогичны маслу «Дыши». Данная форма отличается только способом применения. Она используется для распыления в помещении, где находится пациент. Достаточно 4–5 нажатий на памп-спрей. Спрей может распыляться на шторы, окружающую мебель. Для детей можно использовать спрей на шарф и одежду перед выходом из дома. Спрей может применяться для профилактики ОРЗ у детей с 3-х месяцев. Для этого достаточно 3–4 нажатий на памп-спрей в детской комнате (можно нанести на шторы или детскую игрушку). Таким образом, данная форма удобна в использовании для профилактики ОРЗ.

Кроме того, в линейке «Дыши» появились и новые препараты: согревающий гель для детей «Дыши» и разогревающий гель-крем «Дыши» для взрослых.

Согревающий гель для детей «Дыши» содержит барсучий жир, растительный компонент левоментол и 5 эфирных масел (мятное масло, эвкалиптовое масло, лавандовое масло, терпентиновое масло, пихтовое масло).

В состав геля введено лавандовое масло, которое выделяют из цветущих соцветий лаванды узколистной. Масло лаванды оказывает антисептическое, противомикробное и противовоспалительное действие. При вдыхании паров облегчает носовое дыхание. При местном применении лавандового масла оно свободно проникает через кожу в межклеточную жидкость, лимфу и кровь, усиливая при этом микроциркуляцию в тканях, уменьшая отек, разжижая мокроту и улучшая ее эвакуацию.

Еще один компонент согревающего геля для детей – терпентиновое масло получают из очищенного скипидара. При растирании оно легко проникает сквозь верхние слои кожи и воздействует на нервные окончания, оказывая разогревающее действие. Также терпентиновое масло оказывает антисептическое, отвлекающее, раздражающее, обезболивающее действие, чем объясняется его применение при простудных заболеваниях и переохлаждении. Совместно с левоментолом действует как раздражающее средство, повышая интенсивность кровообращения, усиливая приток крови к месту нанесения и ускоряя течение обменных процессов. Все это способствует интенсивному распаду и выведению из организма медиаторов воспаления и боли, и улучшению общего самочувствия.

Пихтовое масло, входящее в состав согревающего геля «Дыши» получают из хвои и молодых побегов. В его составе около 35 активных веществ, которые обладают противовоспалительным, бактерицидным и противовирусным действием. Также масло пихты благотворно влияет на центральную нервную систему, хорошо расслабляет мышцы, снимает усталость и нормализует сон. А наличие в пихтовом масле фитонцидов позволяет использовать его пары в сезон простуд для уменьшения риска заболеваний.

В нашей стране барсучий жир у детей традиционно применяют для растирания груди и спины. При таком использовании барсучий жир активизирует кровотоки в месте нанесения. В результате улучшается теплообмен как в коже, так и в более глубоких тканях, что стимулирует обменно-трофические процессы, направленные на уменьшение воспаления в поврежденных тканях и органах.

Согревающий гель «Дыши» применяется для лечения и профилактики ОРЗ у детей с 1 года, особенно полезно применять его в ситуациях, когда необходимо улучшить теплообмен в детском организме. Многокомпонентная композиция эфирных масел согревающего геля «Дыши» наносится непосредственно на кожу грудной клетки ребенка, ею растирают стопы. Данная форма оказывает как местное разогревающее действие, так и антисептическое, противовоспалительное действие непосредственно на слизистые дыхательных путей за счет ингаляционного воздействия летучих компонентов эфирного масла.

Существует также разогревающий гель-крем «Дыши» для взрослых. В его состав входят, как и в согревающий гель, 5 эфирных масел (мятное масло, эвкалиптовое масло, лавандовое масло, терпентиновое масло, пихтовое масло), левоментол растительного происхождения, а также экстракт красного

перца.

Экстракт красного перца содержит активное вещество капсаицин, которое и обуславливает его полезные свойства. Капсаицин применяется местно. Одно из его главных свойств – обезболивание, капсаицин блокирует передачу сигнала о боли по нервным волокнам. Второе, не менее важное действие капсаицина, – разогревающее. При местном применении экстракта красного перца капсаицин активизирует кровообращение в месте нанесения, что приводит к повышению температуры кожи, изменению теплообмена, стимуляции кровотока в более глубоких слоях и тканях. При растирании экстрактом красного перца области спины и груди улучшается работа бронхов и стимулируется выведение из них мокроты.

Компоненты геля-крема «Дыши» при нанесении на кожу оказывают местнораздражающее, отвлекающее и разогревающее действие. Данная форма применяется в ситуациях, когда необходимо прогревание отдельных областей тела и является средством профилактики и лечения ОРЗ в терапевтической практике.

Таким образом, линейка препаратов «Дыши» российского производителя ЗАО Аквион представлена в формах, адаптированных для применения в разных возрастных группах пациентов. Широкая направленность компонентов эфирных масел позволяет использовать данную серию как для лечения ОРЗ, так и в целях групповой профилактики инфекций в период эпидемического подъема.

Анализ клинических исследований, проведенных в российских педиатрических клиниках, показал, что ароматерапия с применением линейки препаратов «Дыши» российского производителя для профилактики респираторных инфекций приводит к снижению числа случаев ОРЗ на 65%, а использование их у часто болеющих детей при первых признаках заболевания позволяет существенно облегчить течение и предотвратить развитие осложнений [14, 15]. Применение масла «Дыши» в комплексной терапии ОРЗ сокращает длительность заболевания в 3,4 раза. Кроме того, применение композиции натуральных эфирных масел «Дыши» доказало свою эффективность в лечении острого инфекционного ринита у детей. Поэтому масло «Дыши» может быть рекомендовано для профилактики и в комплексной терапии острых респираторных заболеваний у детей разных возрастов как в домашних, так и в амбулаторных условиях.

#### Литература

1. Намазова Л. С., Ботвиньева В. В., Торшхоева Р. М. и др. Лечение и профилактика острых респираторных инфекций у часто болеющих детей, проживающих в мегаполисах. Детские инфекции. 2007; 2: 49–52.
2. Рапопорт И. К., Котомина Е. В. и др. Заболеваемость по результатам профилактических медицинских осмотров детей дошкольного и младшего школьного возраста, посещающих образовательные учреждения Южного административного округа Москвы. Российский вестник перинатологии и педиатрии. 2005; 1: 5–8.
3. Союз педиатров России, Международный Фонд охраны здоровья матери и ребенка. Научно-практическая программа «Острые респираторные заболевания у детей. Лечение и профилактика». М.: 2002;3.
4. Романцов М.Г., Ершов Ф.И. Часто болеющие дети: современная фармакотерапия. Руководство для врачей. М.: Издательская группа «ГЭОТАР-Медиа», 2006.
5. Солдатченко С, Кашенко Г. Ф., Пίδαев А. В. Ароматерапия. Профилактика и лечение заболеваний эфирными маслами. Издание второе, исправленное и дополненное. Симферополь, «Таври-



да», 2002.

6. Николаевский В.В. Ароматерапия. Справочник. Медицина. 2000; 331.

7. Николаевский В.В. Тихомиров А.А., Еременко А.Е., Говорун М.И. Профилактика респираторных заболеваний летучими растительными веществами. Информационное письмо РПК. Иммунология и аллергология. К.: 1989.

8. Тихомиров А.А., Ярош А.М. Особенности использования эфирных масел в лечебно-профилактических целях. Часопис. Фитотерапия. 2008; 1: 18–21.

9. Инструкция к препарату: <http://maslo-dishi.ru/about/sogrevayushchiy-gel-dlya-detey/composition/>

10. Петрушина А.Д., Никогосян А.С., Кайб И.Д. Использование ингаляций эфирными маслами в комплексной терапии и для профилактики ОРВИ у детей. Вопросы современной педиатрии. 2012; 11: 9 (2): 114–7

11. Гребова Л.П., Бесараб Г.А., Лобанова Е.И. Профилактика и комплексная терапия ОРВИ, эффективность ингаляционного воз-

действия натуральных эфирных масел. Cons. Med. Болезни органов дыхания. 2013; 1.

12. Черная Н.Л., Шубина Е.В., Ганузина Г.С., Плишкань И.В., Скробин Ю.Д. Опыт использования ароматерапии для оздоровления детей в условиях детского дошкольного учреждения. Педиатрия. 2012; 3: 84–90.

13. Радциг Е.Ю., Ермилова Н.В., Сапаева Н.В., Богомилский М.Р. Альтернатива топическим деконгестантам при симптоматическом лечении острого ринита у детей. Вопросы современной педиатрии. 2007; 6: 5: 92–95.

14. Локшина Э.Э. Современные возможности ингаляционной терапии эфирными маслами в комплексном лечении и профилактике острых респираторных заболеваний у детей. Практика педиатра. 2012; 83–6.

15. Зайцева О.В., Локшина Э.Э. Новые подходы в терапии рецидивирующих респираторных инфекций у детей. Consilium medicum, приложение Педиатрия. 2009; 4: 20–24.