

Успокоительные средства

Дата публикации: 08.08.2013

Первоисточник: <http://ldzh.ru/content/uspokoitelnye-sredstva>

Какие бывают

Первым успокоительным средством, известным человечеству, был алкоголь. Однако побочный эффект в виде тяжелой зависимости заставил людей искать ему более безопасную альтернативу. Имеющиеся сейчас успокоительные (седативные) препараты делятся на две категории: растительного происхождения (валериана, пустырник) и синтетического (бензодиазепины, барбитураты). И если первые можно беспрепятственно купить в любой аптеке, то вторые крайне желательно принимать в соответствии с назначением врача, так как они способны вызвать серьезные побочные эффекты.

Но успокаивающее действие свойственно не только вышеперечисленным препаратам. Например, несмотря на то, что основное назначение димедрола антигистаминное, он также эффективен в качестве седативного средства.

Валериана, пустырник и проч.

Безусловно, самый популярный седативный препарат лекарственного происхождения — это валериана. Однако на данный момент нет достаточного количества исследований, свидетельствующих об эффективности валерианы и безопасных дозировках. Тем не менее установлено, что ее нужно с осторожностью принимать вместе с некоторыми синтетическими успокоительными, зверобоем и растением кава-кава. Также желательно не употреблять ее продолжительное время.

Другие растения, которые традиционно применяются в качестве успокоительных средств, — это пустырник, кава-кава, зверобой, страстоцвет (пассифлора) и травяные сборы (такие как «Ново-Пассит»).

Эффективность пустырника доказана не вполне, но все же свидетельства этому есть. Его экстракт крайне распространен как успокоительное средство, преимущественно в России. Важно знать, что принимать его во время беременности нельзя, так как он может спровоцировать выкидыш.

Несмотря на заметное успокаивающее действие, на данный момент кава-кава запрещена в нескольких странах (в том числе Германии, Швейцарии и Канаде), так как было установлено, что она является причиной болезни печени.

В отношении страстоцвета (пассифлоры) было проведено несколько небольших исследований, в некоторой степени установивших эффективность этого растения. Обычно оно используется в травяных сборах.

Действенность зверобоя тоже под вопросом, но специалисты склоняются к тому, что он все же эффективен. Однако его следует применять с осторожностью, так как он может влиять на действие других препаратов,

в частности, увеличивает риск наступления беременности при приеме оральных контрацептивов.

Так как эффективность всех этих средств остается под вопросом и нет соответствующих убедительных исследований, сложно сказать, какое из растений работает лучше остальных. Поэтому на данный момент установить это пациент может лишь опытным путем.

Синтетические средства

Сейчас в цивилизованных странах существует два основных вида препаратов, оказывающих успокаивающее действие: барбитураты (например, валокордин, корвалол) и бензодиазепины (в частности, седуксен, реланиум, лоразепам, диазепам). Препараты этих групп отличаются друг от друга продолжительностью действия, побочными эффектами и т. д. Некоторые из них в России продаются только по рецепту. В остальных случаях важно помнить, что в результате бесконтрольного применения у пациентов развивается зависимость от этих препаратов и/или привыкание к ним с потребностью увеличить дозу. Также, если резко прекратить прием такого средства после длительного использования, может возникнуть синдром отмены. Именно поэтому назначение подобных препаратов должен делать врач, который будет в дальнейшем корректировать дозировку.

Автор: Дарья Саркисян — шеф-редактор «Медпортал.ру»