

Warszawa, 10 lutego 2009 rok

## **Fitoterapia – pomocna w zwalczaniu bólu reumatycznego**

**Ból reumatyczny jest dolegliwością towarzyszącą niemal 10 milionom Polaków\*. Jego łagodzenie jest niezwykle ważne zarówno w procesie leczenia chorób reumatycznych, jak i w przypadku pomocy osobom cierpiącym z powodu fizycznego przeciążenia organizmu. Ulgę w bólu stawów mogą przynieść leki ziołowe.**

W okresie zimy kiedy temperatura jest niska, a także w okresie wiosennych roztopów kiedy wzrasta wilgotność powietrza, dolegliwości związane z chorobami reumatycznymi nasilają się. Ból, obrzęk, zaczerwienienie oraz sztywność stawów zmniejszająca zakres ruchu, mogą wskazywać na rozwijanie się choroby reumatycznej. Bardzo często ból w obrębie stawów pojawia się także w momencie ich przeciążenia. Dlatego tak ważna jest szybka i właściwa diagnoza.

Choroby reumatyczne dezorganizują codzienne życie pacjenta zarówno w sferze zawodowej jak i społecznej. Ból, uczucie zmęczenia oraz ograniczenie ruchu sprawiają, że pacjent zawęża kontakty towarzyskie, nie jest też w stanie spełnić wymagań pracy zawodowej. W konsekwencji, traci chęć do podejmowania nowych wyzwań i popada w depresję.

*„Doświadczając uporczywego bólu, pacjenci pragną natychmiastowej ulgi. Dlatego bez konsultacji sięgają po silne leki przeciwbólowe. Pragnę jednak podkreślić, że skuteczną i bezpieczną terapię może zaplanować jedynie lekarz. W przypadku chorób przewlekłych, jakimi niewątpliwie są schorzenia reumatyczne, warto zapytać go o możliwość stosowania przebadanych naukowo leków roślinnych, jako cennego uzupełnienia terapii. Preparaty roślinne sprawdzają się doskonale także w łagodzeniu bólu osób, które cierpią z powodu nadmiernego obciążenia stawów i niewłaściwej eksploatacji swojego organizmu. Badania kliniczne prowadzone w ośrodkach naukowych nad niektórymi substancjami pochodzenia naturalnego wskazują na ich działanie przeciwzapalne i przeciwbólowe na tyle silne, że możliwe jest obniżenie dawek tradycyjnych niesteroidowych leków przeciwzapalnych, a tym samym zwiększenie bezpieczeństwa terapii”. – mówi dr Małgorzata Horoszkiewicz-Hassan z Działu Informacji Naukowej Europlant PhytoPharm Sp. z o.o.*

Jedną z niezwykle cenionych roślin w terapii chorób reumatycznych jest Hakorośl rozesłana (*Harpagophytum procumbens*). Korzeń tej występującej na półpustynnych sawannach Afryki byliny, wykazuje silne działanie przeciwzapalne oraz przeciwbólowe. Właściwości te sprawiają, że wyciągi z korzenia hakorośli znajdują zastosowanie w leczeniu chorób zwyrodnieniowych stawów, stanach zapalnych ścięgien, a także w niespecyficznych bólach pleców oraz stanach zapalnych odcinka szyjnego i lędźwiowego kręgosłupa. Kształt rośliny, swym pokrojem przypomina łapę z pazurami, stąd też potoczna nazwa rośliny: „czarci (lub diabelski) pazur”. W wyniku licznych badań farmakologicznych i klinicznych udało się wyjaśnić mechanizm działania przeciwzapalnego tego surowca. Uważany jest za bezpieczny w terapii przewlekłej, do jakich z pewnością należy leczenie schorzeń reumatycznych. Korzeń hakorośli zyskał pozytywną opinię komitetów naukowych m.in. ESCOP i EMEA.

W Polsce bardziej znana jest Pokrzywa zwyczajna (*Urtica dioica*). To bylina, której liście oraz korzeń cenione są zarówno w medycynie jak i kosmetyce. W terapii chorób reumatycznych wykorzystuje się jej właściwości saluretyczne - surowiec zwiększa wydalanie z organizmu chlorków i mocznika oraz szkodliwych produktów przemiany materii oraz działanie przeciwobrzękowe. Zwiększenie wydalania z organizmu tych związków ma znaczenie w terapii tych chorób narządu ruchu które objawiają się podwyższonym poziomem kwasu moczowego we krwi oraz odkładanie złogów moczanych w stawach i tkankach okołostawowych.

\* w/g raportu „Nasze zdrowie, nasze dolegliwości”, Zakład Epidemiologii Chorób Reumatycznych Instytutu Reumatologii, 2002r.