

«Медична газета «Здоров'я України XXI сторіччя»<sup>©</sup>

## Редакційна колегія

- К.М. Амосова**, д.м.н., професор, член-кореспондент НАМН України
- О.Я. Бабак**, д.м.н., професор, завідувач кафедри внутрішньої медицини № 1 Харківського національного медичного університету
- Г.М. Бутенко**, д.м.н., професор, академік НАМН України, член-кореспондент НАН України і РАМН, директор ДУ «Інститут генетичної та регенеративної медицини НАМН України»
- Б.М. Венцківський**, д.м.н., професор, член-кореспондент НАМН України, завідувач кафедри акушерства і гінекології № 1 НМУ ім. О.О. Богомольця
- Ю.В. Вороненко**, д.м.н., професор, академік НАМН України, ректор НМАПО ім. П.Л. Шупика
- І.І. Горпинченко**, д.м.н., професор, директор Українського інституту сексології та андрології
- Ю.І. Губський**, д.м.н., професор, член-кореспондент НАМН України, завідувач кафедри паліативної та хоспісної медицини НМАПО ім. П.Л. Шупика
- Д.І. Заболотний**, д.м.н., професор, академік НАМН України, віце-президент НАМН України, директор ДУ «Інститут отоларингології ім. О.С. Коломійченка НАМН України»
- Д.Д. Іванов**, д.м.н., професор, завідувач кафедри нефрології та нирковозамісної терапії НМАПО ім. П.Л. Шупика
- В.М. Коваленко**, д.м.н., професор, академік НАМН України, віце-президент НАМН України, директор ДУ «ННЦ «Інститут кардіології ім. М.Д. Стражеска» НАМН України»
- В.В. Корпачев**, д.м.н., професор, завідувач відділу клінічної фармакології та фармакотерапії ендокринних захворювань ДУ «Інститут ендокринології та обміну речовин ім. В.П. Комісаренка НАМН України»
- В.Г. Майданник**, д.м.н., професор, академік НАМН України, завідувач кафедри педіатрії № 4 НМУ ім. О.О. Богомольця
- Б.М. Маньковський**, д.м.н., професор, член-кореспондент НАМН України, завідувач кафедри діабетології НМАПО ім. П.Л. Шупика
- Ю.М. Мостовой**, д.м.н., професор, завідувач кафедри пропедевтики внутрішньої медицини Вінницького національного медичного університету ім. М.І. Пирогова
- В.І. Паньків**, д.м.н., професор, завідувач відділу профілактики ендокринних захворювань Українського науково-практичного центру ендокринної хірургії, трансплантації ендокринних органів і тканин МОЗ України
- О.М. Пархоменко**, д.м.н., професор, член-кореспондент НАМН України, науковий керівник відділу реанімації та інтенсивної терапії ДУ «ННЦ «Інститут кардіології ім. М.Д. Стражеска» НАМН України»
- Н.В. Пасечнікова**, д.м.н., професор, член-кореспондент НАМН України, директор ДУ «Інститут очних хвороб і тканинної терапії ім. В.П. Філатова НАМН України»
- В.В. Поворознюк**, д.м.н., професор, керівник відділу клінічної фізіології та патології опорно-рухового апарату ДУ «Інститут геронтології ім. Д.Ф. Чеботарьова НАМН України», директор Українського науково-медичного центру проблем остеопорозу
- І.М. Трахтенберг**, д.м.н., професор, академік НАМН України, член-кореспондент НАН України, завідувач відділу токсикології ДУ «Інститут медицини праці НАМН України»
- М.Д. Тронько**, д.м.н., професор, академік НАМН України, член-кореспондент НАН України, віце-президент НАМН України, директор ДУ «Інститут ендокринології та обміну речовин ім. В.П. Комісаренка НАМН України»
- Ю.І. Фещенко**, д.м.н., професор, академік НАМН України, директор ДУ «Національний інститут фізіотерапії і пульмонології ім. Ф.Г. Яновського НАМН України»
- Н.В. Харченко**, д.м.н., професор, член-кореспондент НАМН України, завідувач кафедри гастроентерології, дієтології і ендоскопії НМАПО ім. П.Л. Шупика
- В.І. Цимбалюк**, д.м.н., професор, академік НАМН України, президент НАМН України, заступник директора ДУ «Інститут нейрохірургії ім. А.П. Ромоданова НАМН України»
- В.П. Черних**, д.ф.н., д.х.н., професор, член-кореспондент НАН України, ректор Національного фармацевтичного університету

## Засновник – Ігор Іванченко

ВИДАВЕЦЬ – ТОВ «МЕДИЧНА ГАЗЕТА «ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ 21 СТОРІЧЧЯ»

«Медична газета «Здоров'я України XXI сторіччя»<sup>©</sup>

Свідоцтво КВ № 15650-4122ПР від 03.09.2009.

Передплатний індекс: 35272

Представлена в базі даних «Наукова періодика України» та індексується Google Scholar

ГЕНЕРАЛЬНИЙ ДИРЕКТОР **Тетяна Черкасова**  
ДИРЕКТОР З РОЗВИТКУ **Людмила Жданова**  
ГОЛОВНИЙ РЕДАКТОР **Ельвіра Сабадаш**

## Контактні телефони

Редакція ..... +380 (44) 521-86-86

Відділ маркетингу ..... +380 (44) 521-86-93

Відділ передплати ..... +380 (44) 364-40-28

## Адреса для листів

03035, м. Київ, вул. Генерала Шаповала, 2.

E-mail: zu@health-ua.com; www.health-ua.com

Газету віддруковано у ПП «МАСТЕР ПРИНТ»,

м. Київ, вул. Генерала Шаповала, 10.

Підписано до друку 22.05.2019.

Замовлення № 22052019. Тираж 33 000 прим.

Редакція може публікувати матеріали, не поділяючи думку автора.

За достовірність фактів, цитат, імен, географічних назв та інших відомостей відповідають автори.

Передрук матеріалів можливий лише з дозволу редакції.

Рукописи не повертаються і не рецензуються.

Тираж з 15.08.2014 р. та 8700 електронних адрес (дата держреєстрації з 02.01.2012).

Стресс и способы  
его предотвращенияСтресс – это не то, что с вами случилось, а то, как вы это воспринимаете.  
Ганс Селье

**На протяжении последних нескольких десятилетий отмечается рост распространенности заболеваний, возникновение и прогрессирование которых провоцируется стрессом: тревога и беспокойство, агрессия и депрессия сопровождают любую повседневную деятельность современного человека.**

Основоположник понятия «стресс» Ганс Селье подчеркивал важность изменений со стороны сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, пищеварительного тракта, почек и эндокринной системы, происходящих на фоне хронического стресса. Ежедневные психоэмоциональные и социально-бытовые перегрузки, финансовые трудности и быстрый ритм жизни, семейные сложности и производственные неурядицы не только провоцируют возникновение стресса, но и содействуют появлению пагубных последствий – депрессии, артериальной гипертензии, кардиоваскулярной патологии, сахарного диабета 2 типа, мигрени, патологии пищеварительного тракта. Подчеркивая медико-социальную значимость стресса и его последствий, эксперты Организации Объединенных Наций определили стресс как «болезнь XX века», а представители Всемирной организации здравоохранения назвали его «всемирной эпидемией».

Только не волноваться!  
Но как?

Стремясь справиться с начальными проявлениями стресса, многие страждущие начинают пренебрегать выполнением должностных и семейных обязанностей, пытаются расслабиться, обгрызая ногти, употребляя алкогольные напитки, выкуривая несколько сигарет или самостоятельно принимая транквилизаторы. К сожалению, за медицинской помощью обращается один из трех пациентов, испытывающих начальные проявления стресса. При этом большинство посетителей врачебных кабинетов, понимая несостоятельность «народных средств» и необходимость проведения медикаментозной терапии, настаивают на назначении фитопрепаратов. Лучшим решением в данной ситуации может быть назначение адаптогена – вещества растительного происхождения, позволяющего организму противостоять воздействию неблагоприятных физических, химических и биологических факторов стресса посредством создания и усиления неспецифической резистентности.

Идеальные адаптогены –  
какие они?

Согласно требованиям Европейского агентства по лекарственным средствам (ЕМА), адаптоген должен:

- обеспечивать неспецифический ответ и повышать сопротивляемость к неблагоприятным физическим, химическим и биологическим воздействиям;
- обладать нормализующим действием, независимо от направления указанных выше патологических изменений;
- быть нетоксичным и как можно меньше нарушать функции организма;
- иметь эффект, выраженность которого зависит от глубины патологических изменений в организме.

Таким идеальным адаптогеном является экстракт Rosalin WS<sup>®</sup> 1375. По результатам доклинических исследований, данный экстракт обладает двойным механизмом антистрессового действия: с одной стороны, нормализует содержание гормонов стресса (эпинефрина, кортизола) в нервной системе, с другой – увеличивает запасы энергии в клетках. Эти особенности действия позволяют быстро купировать беспокойство и раздражение, нивелировать усталость, признаки эмоционального и физического истощения.

Эффективность действия экстракта Rosalin WS<sup>®</sup> 1375 доказана в ряде экспериментальных и клинических исследований. Пероральное введение экстракта Rosalin WS<sup>®</sup> 1375 активизирует синтез/ресинтез аденозинтрифосфата (АТФ) в митохондриях, стимулирует восстановление энергии, повышает выносливость и производительность, несмотря на продолжающееся воздействие стрессового фактора. Это утверждение подтвердили Alexander Panossian и Georg Wikman (2009). Они показали, что активация реакции на стресс сопровождается повышением экспрессии оксида азота, что существенно замедляет синтез АТФ.



Адаптогенное действие экстракта Rosalin WS<sup>®</sup> 1375 предотвращает стресс-индуцированный рост оксида азота и предупреждает снижение содержания АТФ.

Среди множества клинических испытаний, посвященных изучению эффективности и безопасности экстракта Rosalin WS<sup>®</sup> 1375, следует отметить открытое неслепое исследование с участием 101 пациента с симптомами хронической усталости как признаком стресса, в котором оценивали эффективность и безопасность Витанго (экстракт Rosalin WS<sup>®</sup> 1375) в стандартной дозе 2x200 мг. Продолжительность исследования составила 8 нед. Следующие переменные использовались для оценки эффективности: многомерная шкала оценки усталости – 20 (MFI-20), шкала функциональных нарушений трудоспособности Шихана, тест связи чисел, Питтсбургский индекс качества сна, опросник недавнего восприимчивого стресса (PSQ-R), шкала депрессии Бека (BDI-II), шкала общего клинического впечатления (CGI). Кроме того, были включены несколько параметров безопасности. В ходе исследования все вышеупомянутые переменные значительно улучшились (p < 0,01). Эти улучшения были достоверны уже на 7-й день и дополнительно повысились к моменту окончательного обследования по истечении 8 нед. Оценка Питтсбургского индекса качества сна еще раз подтвердила явное снижение симптомов усталости. Как следствие, например, увеличилась скорость когнитивных функций.

К концу исследования были установлены терапевтическая эффективность и также улучшение показателя CGI у 96% участников. Побочные явления при приеме экстракта Rosalin WS<sup>®</sup> 1375 были незначительными. Полученные результаты подтверждают эффективное воздействие Витанго (экстракта Rosalin WS<sup>®</sup> 1375) на все симптомы хронической усталости, связанной со стрессом, а также хорошую переносимость препарата.

Витанго: уверенно говоря  
астении и стрессу «Нет!»

В настоящее время на фармацевтическом рынке Украины представлен препарат Витанго (производитель – компания Dr. Willmar Schwabe Pharmaceuticals, Германия), одна таблетка которого содержит 200 мг экстракта Rosalin WS<sup>®</sup> 1375. Витанго (экстракт Rosalin WS<sup>®</sup> 1375) предназначен для коррекции и профилактики психических, физических симптомов стресса и переутомления. К преимуществам препарата можно отнести простую схему приема (1 таблетка 2 р/сут), быстрое наступление клинического эффекта, высокую результативность, хорошую переносимость, возможность длительного применения и отсутствие синдрома отмены. Немаловажными достоинствами Витанго (экстракта Rosalin WS<sup>®</sup> 1375) являются высокое немецкое качество производства и экономическая доступность. Витанго (экстракт Rosalin WS<sup>®</sup> 1375) – безопасный фитопрепарат, помогающий выстоять в ежедневной борьбе со стрессом, предотвратить развитие депрессии и других стресс-индуцированных заболеваний.

Витанго (экстракт Rosalin WS<sup>®</sup> 1375), словно истинный последователь французского физиолога Ганса Селье, поможет изменить восприятие стресса и действовать в стрессовой ситуации спокойно и непринужденно, принимая взвешенные и своевременные решения.

Подготовила **Лада Матвеева**