



ФАРМАЦИЯ КАЗАХСТАНА



2020

7-8



**НАЦИОНАЛЬНЫЙ
ЦЕНТР ЭКСПЕРТИЗЫ**
лекарственных средств и медицинских изделий

ФАРМАЦИЯ КАЗАХСТАНА

НАУЧНЫЙ И ИНФОРМАЦИОННО-АНАЛИТИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

Ежемесячное издание для работников органов управления здравоохранением, в том числе фармацевцией, врачей, провизоров, фармацевтов и широкого круга специалистов, работающих в сфере обращения лекарственных средств, изделий медицинского назначения и медицинской техники, сотрудников медицинских вузов и колледжей.

Журнал входит в Перечень изданий, рекомендуемых Комитетом по контролю в сфере образования и науки Министерства образования и науки Республики Казахстан для публикации результатов научной деятельности, индексируется в РИНЦ.

ОСНОВНЫЕ РАЗДЕЛЫ:

- Законы и нормативные правовые документы, регламентирующие сферу обращения лекарственных средств.
- Актуальная информация о лицензировании, регистрации, сертификации и стандартизации лекарственных средств, оперативные материалы Фармакологического и Фармакопейного центров Минздрава РК.
- Анализ фармацевтического рынка республики и стран СНГ, тенденций и проблем его развития.
- Новости медицины и фармации, клинической фармакологии, поиск, исследования и эксперименты в области разработки и создания новых эффективных медицинских препаратов, в том числе отечественного производства.
- Мнение специалистов и экспертов о лекарственных препаратах, презентация фармацевтических и медицинских компаний и их продукции, а также широкое освещение практической деятельности аптечных организаций и медицинских центров.
- Материалы по истории медицины и фармации республики.
- Консультации специалистов по вопросам, касающимся фармации, регистрации и перерегистрации лекарственных средств, медицинской техники и изделий медицинского назначения.

ПОДПИСКА НА 2021 ГОД

Регион: **город**

1 месяц – 768,30

3 месяца – 2 304,90

6 месяцев – 4 609,80

12 месяцев – 9 219,60

Регион: **район/село**

1 месяц – 772,60

3 месяца – 2 317,80

6 месяцев – 4 635,60

12 месяцев – 9 271,20



ТАРИФЫ НА РАЗМЕЩЕНИЕ РЕКЛАМЫ:

Полноцветная обложка
(20,5x27,9 см, А4 формат) – 70 350 тенге.

Полноцветный вкладыш
(20,5x27,9 см, А4 формат) – 64 630 тенге.

При размещении рекламного модуля необходимо наличие разрешения на рекламу.

Оформить подписку на журнал можно в любом отделении связи АО «Казпочта», в головном офисе РГП на ПХВ «Национальный центр экспертизы лекарственных средств и медицинских изделий» в г. Нур-Султан, редакции (территориальный филиал НЦЭЛС в г. Алматы), отделениях почтовых операторов – ТОО «Эврика-Пресс», ТОО «Агентство «Евразия Пресс» (в том числе для подписчиков из Российской Федерации).

По вопросам подписки, публикаций и размещения рекламных материалов обращаться по телефонам:

 +7 (727) 273 03 73, +7 (747) 373 16 17

 pharmkaz@dari.kz

 www.pharmkaz.kz

Подписной индекс издания: 75888

Қазақстан Республикасының Мемлекеттік фармакопеясының
қазақ және орыс тіліндегі III томы жарыққа шықты



Вышел в свет III том Государственной фармакопеи
Республики Казахстан на казахском и русском языках

Pharmkaz.kz – это достоверная информация о рынке лекарств и медицинских изделий, состоянии фармацевтического рынка Казахстана и других стран, нормативные правовые акты МЗ РК, данные о побочных действиях лекарственных средств и медицинских изделий, рекомендации специалистов, публикация результатов научных исследований казахстанских и зарубежных ученых в области фармации, клинической фармакологии и практической медицины, обсуждение фармакопейных статей, новости фармацевтических компаний, электронные версии журнала «Фармация Казахстана».



ПРАВИЛЬНОЕ ПРИМЕНЕНИЕ БИОЛОГИЧЕСКИХ ДОБАВОК И ЛЕКАРСТВЕННЫХ ТРАВ

Различные виды биологических добавок и сборы лекарственных трав – на пике популярности в качестве средств, укрепляющих иммунитет, что особенно важно в нынешних условиях, когда ежедневно каждый человек может заразиться ко-вирусом.



Однако биологические активные препараты, растительные сборы, фиточаи и лекарственные травы не нужно причислять к лекарственным средствам. Все это используют в качестве дополнительного источника витаминов, минералов, аминокислот, чтобы пополнить их нехватку в организме.

Бесспорно, эта тема является очень важной в наше время, когда рынок насыщен синтетическими продуктами или, в лучшем случае, продуктами с ГМО.

Весьма поучительна в связи с этим история Джима Маккентса, пятидесятилетнего американца, который пострадал от приема некачественной пищи, а точнее, напитка. Джим – приверженец здорового образа жизни, противник никотина и алкоголя, ежедневно совершал многокилометровые пробежки, старался максимально сбалансировать рацион питания.

В последнее время он начал пить зеленый чай, как напиток, содержащий антиоксиданты, в качестве профилактического средства от заболеваний сердечно-сосудистой системы. У него не было особой уверенности в 100-процентной пользе зеленого чая, но и вреда никакого напиток принести не мог, так как произведен из растительных веществ, без химикатов и консервантов. Так думал Джим, пока в один прекрасный день (выпускной вечер своего сына) вдруг не почувствовал себя плохо. Жена обратила внимание, что его кожа пожелтела, поэтому Джима срочно госпитализировали.

Результаты анализов и характерная желтизна кожи показали, что у него начались проблемы с печенью. Маккентсу сообщили, что нужна срочная операция по трансплантации печени, так как его собственная печень разрушена. Донорский орган нашелся довольно быстро, и на следующий день мужчине прооперировали.

Прошло 4 года после операции. Последствия отказа родной печени дают знать о себе и сей день. Джим испытывает постоянные боли в области печени, с тру-

дом передвигается и постоянно принимает лекарства.

Семья решила подать заявление в суд на компанию Vitacost, выпускающую капсулы, от которых печень мужчины отказалась работать. Зеленый чай в капсулах производства Vitacost можно найти в свободной продаже в аптеках многих стран. Для его приобретения не нужен рецепт, так как чай причислен к категории пищевых добавок, поэтому освобожден от сертификации. Кроме этого, в инструкции по применению чая не содержится информации о противопоказаниях и побочных эффектах.

По мнению экспертов, случай, произошедший с Джимом Маккентсом, можно отнести к довольно редким, но в медицине подобная реакция печени на зеленый чай известна. Согласно статистике, ежегодно около 80 случаев заболеваний печени или почек по всему миру происходит именно в результате регулярного употребления зеленого чая, причем, неважно, каких сортов.

Причина этого побочного эффекта также известна специалистам: она не просто в употреблении чая, а употреблении его в чрезмерных количествах. Разумное употребление напитка не принесет вреда организму. Печень отрицательно реагирует на катехин, который считают потенциально токсичным ингредиентом зеленого чая (EGCG, эпигаллокатехин-3-галлат), когда он поступает в организм в больших количествах.

Герберг Бонковски, профессор медицинского факультета Уэйк Форест в Северной Каролине, утверждает, что умеренное потребление зеленого чая ничем не грозит организму. Профессор изучает биодобавки и их действие на организм человека уже более 20 лет. Особенно рискуют на любители напитка, которые принимают его в гранулированной форме, то есть в капсулах, где экстракт имеет максимальную концентрацию.

Обычно женщины, стремящиеся похудеть, сокращают количество потребляемой пищи и налегают на зеленый чай. Голодный организм «набрасывается» на кате-

хины и усваивает их гораздо больше, чем это усвоение происходило бы на сытый желудок, что и подтвердили опыты на животных.

В результате, основную нагрузку принимает на себя печень, как орган, очищающий организм от вредных веществ. Отказ работы этого органа происходит в тот момент, когда чрезмерная концентрация катехина разрушает клетки печени, и она уже не в состоянии справиться с большим количеством EGCG, что и произошло в случае с Джимом.

ВРЕДНЫ ЛИ БИОДОБАВКИ?

На этот вопрос нельзя ответить однозначно, так как существуют некоторые условия, которые необходимо учитывать, приобретая их. В первую очередь, важен фактор надежности производителя. Биодобавки от надежного производителя, который известен на рынке и его продукция проверена на безопасность для здоровья людей, где есть инструкция с указанием побочных эффектов и показаний к применению, пользуются спросом, так как не опасны для употребления.

Доктор У. Картер (Университет Ноттингема): «Неверно утверждение, что биодобавки могут навредить здоровью. Если в погоне за изящной фигурой женщины начинают бесконтрольно принимать БАДы, то они рискуют своим здоровьем. Поначалу лишние ингредиенты будут выводиться из организма, но постепенно токсины станут разрушать печень, которая будет ослаблена чрезмерным поступлением этих токсинов в организм».

Если добавки содержат одинаковые ингредиенты в своем составе, то это означает, что передозировка в этом случае неизбежна. Любителям зеленого чая необходимо помнить, что биодобавки могут быть полезны для одних людей и наносить вред другим».

При наличии потенциального риска от приема биодобавок есть и польза, следовательно, необходимо знать, в чем она заключается.

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ И НЕОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ ВИТАМИНЫ

Существуют биодобавки, которые известны специалистам, как универсальные и полезные. Так, Британская национальная служба здравоохранения рекомендует принимать фолиевую кислоту (витамин В9) тем женщинам, которые желают в ближайшей перспективе забеременеть. Также витамин В9 полезен для женщин со сроком беременности до 12 недель, так как способствует предотвращению некоторых врожденных болезней у детей.

Витамин D рекомендуется принимать младенцам, детям от 1 до 4 лет и людям, которым не хватает солнечного света. Это касается тех, кто редко выходит на свежий воздух. Витамин D полезен любому человеку: недостаток его приводит к деформации костной системы, заболеванию детей рахитом, остеопорозу – заболеванию костной ткани у взрослых.

Витамин К вводится детям в виде инъекций в течение первых суток с момента рождения. Витамин предотвращает внутренние кровотечения, способствует укре-

плению стенок сосудов, улучшает свертываемость крови, способствует формированию костной ткани, служит профилактикой остеопороза.

ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ И БИОДОБАВКИ

Доктор Джейкобс придерживается мнения, что биодобавки показаны к применению людям, соблюдающим строгую диету и аллергикам. Вегетарианцам рекомендуется прием продуктов, содержащих витамин В12.

Необходимо контролировать применение биодобавок и витаминов, так как многие из них не обладают универсальным действием, способным оказывать полноценное оздоравливающее воздействие на организм человека.

Специалисты NHS утверждают, и их мнение вызывает доверие, что самое главное – правильно организовать питание. Оно должно быть сбалансированным, упорядоченным, состоять из натуральных продуктов. В этом случае отпадает надобность в дополнительном приеме пищевых добавок, так как в натуральных продуктах питания содержатся все необходимые витамины и минералы.

О пользе рыбьего жира для человека многие слышали, но употреблять его в жидком виде не могут, в основном, из-за запаха и вкуса. Зато очень популярен рыбий жир в капсулах, который можно принимать регулярно. Ученые пришли к выводу, что польза таких капсул для сердца очень преувеличена, как и для улучшения работы сердца или мозга.

С. Дженнингс, глава компании Berry Ottaway & Associates Ltd: «Диетология – наука, развивающаяся постоянно, в которой регулярно совершаются открытия. Пищевые биодобавки, как продукты, задействованные в диетологии, не могут быть абсолютно полезными для всех».

От индивидуальных особенностей каждого человека зависит, как организм отреагирует на добавку. Прежде чем ее принимать, необходимо получить консультацию у врача или у диетолога, соблюдать периодичность и длительность ее приема, следовать показаниям к применению, описанным в инструкции.

КАК ПРАВИЛЬНО ВЫБИРАТЬ ПИЩЕВЫЕ ДОБАВКИ

Принимать или нет биологически активные добавки, а если принимать, то какие именно? Эти и другие проблемы каждый человек должен решать с помощью специалистов. Чтобы сделать правильный выбор, необходима объективная информация об основных правилах выбора биодобавок. Нужно помнить следующее:

- Приобретать биодобавки только у надежных поставщиков, так как продукция должна пройти проверку качества на безопасность для здоровья человека.
- Познакомиться с результатами клинических испытаний, которые были проведены с образцами добавок.
- Внимательно изучить свойства той или иной биодобавки.
- Учесть противопоказания, побочные эффекты, соблюдать меры предосторожности при приеме БАДов.
- Следовать рекомендациям по дозированию и периодичности приема.

• Убедиться, что ингредиенты, входящие в состав добавки, не вызовут аллергической реакции или побочных эффектов.

ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ, СПОСОБНЫЕ ПРИНЕСТИ ВРЕД

Широко распространено мнение, что употребление растений с лечебными свойствами совершенно безопасно. К сожалению, это далеко не так. Некоторые из них либо бесполезны, либо вредны для здоровья, либо токсичны.

Гинкго билоба. Тропическое растение, листья которого содержат более сорока биологически активных веществ. Препараты с гинкго уменьшают вязкость крови, повышают эластичность сосудистой стенки, оказывают тонизирующее и омолаживающее действие. Их применяют при атеросклерозе, сбоях сердечного ритма, бронхиальной астме, снижении памяти, зрения и слуха, особенно в пожилом возрасте.

Гинкго билоба считается незаменимым средством для профилактики острых сосудистых нарушений (инсультов и инфарктов миокарда).

Однако препараты с гинкго билоба нельзя принимать вместе с целым рядом лекарств (особенно опасна комбинация с антикоагулянтами и противосудорожными средствами). При превышении дозировки они могут провоцировать кровотечения. Гинкго запрещается употреблять при беременности и в период подготовки к хирургическим операциям.

Крапива. Широко распространенное съедобное и целебное растение. Оно оказывает желчегонный, кровоостанавливающий, антисептический и противокашлевой эффект, применяется для лечения многих болезней, как средство, укрепляющее волосы и усиливающее их рост. Однако крапива повышает тонус гладкой мускулатуры, поэтому крайне опасна для беременных и людей со злокачественными опухолями репродуктивных органов.

Женьшень. Одно из растений, оказывающих тонизирующий и иммуностимулирующий эффект. Препараты с женьшенем нормализуют обмен веществ, помогают при гипотонии, ожирении, на начальных стадиях сахарного диабета, укрепляют зрение, улучшают мужское репродуктивное здоровье. Однако прием женьшеня может отрицательно сказаться на состоянии гипертоников, а также людей, страдающих нарушениями сердечного ритма, эпилепсией, бессонницей и повышенной возбудимостью. Средство не рекомендовано для детей до 12 лет. Вещества, которыми богат женьшень, снижают вязкость крови. Он несовместим с большинством лекарств.

Донник. Растение обладает уникальным набором свойств, позволяющим использовать его при лечении множества недугов. Препараты с содержанием в составе донника считаются мощными антисептиками. Они снимают боль, улучшают состав крови, помогают при простудах и бронхите, стабилизируют нервную систему, ослабляют приступы астмы, улучшают работу сердца и состояние сосудов. Донник применяют для нормализации гормонального фона у женщин в период мено-

паузы и при нарушениях менструального цикла, а также для усиления лактации у кормящих мам.

Использование препаратов донника имеет и противопоказания. Их нельзя употреблять при гипертонии и пониженной свертываемости крови. У беременных прием донника может спровоцировать кровотечение. При нарушениях дозировки возможно отравление, проявляющееся тошнотой, рвотой, поносом, головокружением, учащенным сердцебиением, сонливостью. Не исключены и аллергические реакции, чаще в виде кожных высыпаний.

Чеснок. Содержит активный компонент, называемый аллицин, который увеличивает выработку организмом полезного оксида азота, что, в свою очередь, способствует расширению кровеносных сосудов. Когда дело доходит до снижения артериального давления, то чеснок действительно препятствует процессу.

В мета-обзоре, опубликованном в 2016 году в специализированном *Journal of Nutrition*, авторы изучили 50-летние контролируемые испытания с участием почти тысячи человек и пришли к выводу, что чеснок снижает систолическое и диастолическое артериальное давление в среднем на 8,7 и 6,1 мм рт. ст. Чеснок может существенно снизить общий холестерин и холестерин ЛПНП. Однако тысячелетия назад даосы поняли, что растения подсемейства луковых вредны для человека. Помимо чеснока в их списке вредных растений лук-порей, лук скорода и зеленый лук. Они заметили, что лук наносит вред легким, чеснок – сердцу, лук-порей – селезенке, лук скорода – печени, а зеленый лук – почкам.

Употребляя чеснок, человек чувствует ухудшение самочувствия, испытывает возбуждение, беспокойство и агрессию, начинается изжога. Вред чеснока – это одна из позиций, причем научно доказанных. Чеснок негативно влияет на работу мозга, желудочно-кишечного тракта, может спровоцировать ботулизм и кровотечения, вызывает аллергию и действует раздражающе на кожу.

ВЫВОДЫ

Эксперты в области естественного здоровья предлагают не злоупотреблять суперфудами, биологически активными добавками, лечебными травами, а также антибиотиками и любыми другими лекарственными препаратами. Назначать их или не назначать – прерогатива лечащего врача или врача узкой специализации.

Необходимо как можно быстрее отказаться от продуктов с высокой степенью переработки, рафинированного сахара и сладких напитков и заменить нездоровые транс- и гидрогенизированные жиры полезными. То есть следует организовать свое питание таким образом, чтобы в рационе содержалось достаточное количество натуральных витаминов, минералов, жиров и прочих веществ, необходимых человеку для сохранения здоровья не долгие годы.

Редакционная статья
(с использованием публикаций
наших зарубежных авторов)