



## **ВИЧ и нетрадиционная медицина.**

Большинство врачей могут согласиться с тем, что методы нетрадиционной медицины могут помочь людям, живущим с ВИЧ, поддерживать хорошее здоровье. При этом здесь важно подчеркнуть, что эти методы не могут заменить «классическое» лечение (антиретровирусную терапию), так как не влияют на ВИЧ, а могут лишь улучшить общее самочувствие.

Подробнее о некоторых методах нетрадиционной медицины:



## **Травы и растительные добавки**

При лечении травами обычно используются эхинацея пурпурная, чеснок, ромашка, китайские травы и др.

***Нежелательно использовать*** травы, которые оказывают влияние на клеточный иммунитет. К таким травам относятся эхинацея пурпурная, элеутерококк, кошачий коготь и другие. Здесь важно внимательно читать в инструкциях по применению механизм действия растительных препаратов и не принимать те, которые воздействуют на Т-лимфоциты.

Особенно опасен зверобой. В 2000 году были обнародованы результаты первого исследования<sup>1</sup>, в котором изучалось взаимодействие зверобоя с антиретровирусными препаратами. Ученые показали, что зверобой, вступая во взаимодействие с антиретровирусными препаратами, снижает их концентрацию и эффективность, что в дальнейшем может привести к развитию устойчивости вируса к этим препаратам.

Также необходимо отметить и о наличии данных, что пищевые добавки на основе чеснока также снижают эффективность антиретровирусных препаратов<sup>2</sup>. Спектр заболеваний, для борьбы с которыми используется это растение, простирается от банального насморка до атеросклероза. Однако нет данных, что чеснок,

принимаемый в приготовленной пище, взаимодействует с антиретровирусными препаратами.

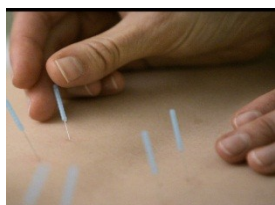
Прежде чем принимать какие-либо растительные добавки, проконсультируйтесь с врачом-инфекционистом. Также помните, что растительные добавки могут иметь побочные эффекты, поэтому Вы не должны превышать рекомендуемую дозу.



## Гомеопатия

21 августа 2009 года Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) высказалась против применения гомеопатии при лечении ВИЧ-инфекции, туберкулеза, малярии и других заболеваний<sup>3</sup>. Руководители отделов ВОЗ по проблемам различных заболеваний сошлись во мнении, что использование гомеопатии не имеет доказательной базы, а в тех случаях, когда применяется в качестве альтернативы основному лечению, оно *несет реальную угрозу здоровью и жизни людей*. На основании этого ВОЗ сделала официальное заявление о недопустимости рекламы и применении гомеопатии при лечении серьезных заболеваний, тем самым впервые открыто и однозначно продемонстрировав свою позицию в отношении этого вида лечения.

**ВНИМАНИЕ!** Если же Вы все же решите принимать гомеопатические препараты обязательно проконсультируйтесь с врачом-инфекционистом, так как в их состав могут входить вещества, влияющие на иммунную систему!



**Акупунктура (иглоукалывание, иглорефлексотерапия) и акупрессура (точечный пальцевый массаж)**



Эти методы лечения состоят в воздействии на особые биологически активные точки на теле человека специальными тонкими

металлическими иглами или нажатием пальца или кисти руки. В основе механизма лечебного эффекта от воздействия лежат сложные рефлекторные физиологические процессы. Считается, что эти точки (их примерно 1000) находятся на энергетических меридианах, по которым циркулирует «ци» («жизненная энергия»). После воздействия на них устраняются возникающие энергетические блоки, восстанавливается нормальное движение «ци» – основа крепкого здоровья и долголетия.

Многие люди, живущие с ВИЧ, указывали, что акупунктура помогла им улучшить общее энергетическое состояние, справиться с побочными эффектами антиретровирусной терапии. Некоторые люди применяли акупунктуру для того, чтобы справиться с желудочными расстройствами и диареей, вызванной приемом лекарств. Другие указывали, что акупунктура помогала снизить боли, вызываемые невропатией<sup>4</sup>.

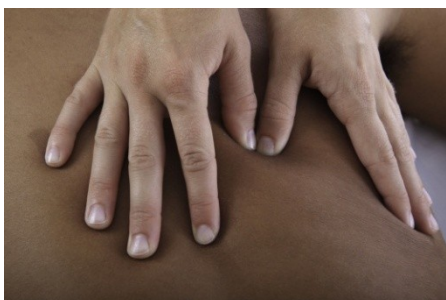
**ВНИМАНИЕ!** Убедитесь, что врач обладает достаточной квалификацией и использует специальные одноразовые стерильные иглы!



### **Ароматерапия**

Ароматерапия – использование эфирных масел для улучшения эмоционального или физического состояния человека. Эфирные масла или вдыхают, или втирают в кожу; они применяются при различных болях, для улучшения настроения и расслабления и др. Например, масло лаванды может применяться при стрессе и усталости, а также при кожных раздражениях. Масло мяты перечной, как полагают, улучшает кровообращение и снимает головные боли<sup>5</sup>.

**ВНИМАНИЕ!** Не существует серьезных доказательств положительного влияния ароматерапии на иммунную систему. Некоторые масла являются токсичными, так что лучше, если их подберет квалифицированный специалист.



## **Массаж**

Очень простой и наиболее популярный метод. Прекрасно подходит для снятия стресса и улучшения общего самочувствия, а также может иметь положительное влияние на иммунную систему<sup>6</sup>.

### **ЛИТЕРАТУРА:**

<sup>1</sup>Piscitelli SC, Burstein AH, Chaitt D, Alfaro RM, Falloon J. Indinavir concentrations and St John's wort. *Lancet* 2000;355:547-8.

<sup>2</sup>Piscitelli SC, Burstein AH, Welden N, Gallicano KD, Falloon J. The effect of garlic supplements on the pharmacokinetics of saquinavir. *Clin Infect Dis* 2002;34:234-8.

<sup>3</sup>Homeopathy not a cure, says WHO – BBC NEWS, 20.08.2009.

<sup>4</sup><http://www.aidsinfonet.org> Fact Sheet Number 703 CHINESE ACUPUNCTURE (May 21, 2012).

<sup>5</sup><http://www.thebody.com/Wellness> Strategies «Part of A Practical Guide to Complementary Therapies for People Living With HIV» (From Canadian AIDS Treatment Information Exchange 2004).

<sup>6</sup>Hillier SL, Louw Q, Morris L, Uwimana J, Statham S. Centre for Allied Health Evidence, University of South Australia (City East), North Terrace, Adelaide, SA, Australia. Massage therapy for people with HIV/AIDS. *Cochrane Database Syst Rev.* 2010 Jan 20; (1):CD007502. doi: 10.1002/14651858.CD007502.pub2.

Заведующий отделением  
профилактики ВИЧ/СПИД

П.Н.Юровский