

# СЕДАРИСТОН:

## стать спокойным, оставайся активным

Перефразировав известный рекламный слоган, можно с уверенностью сказать: ты – не ты, когда раздражен, обеспокоен или агрессивен. Даже самый интеллигентный и воспитанный человек с трудом контролирует свои эмоции в общественном транспорте в час пик, на 3-м часу пребывания в очереди к доктору или бесконечной пробке на Московском мосту, при просмотре новостей о событиях в «приграничных» Харькове, Одессе, Херсоне или Днепропетровске...

### Вегетативная дисфункция: фабрика эмоций

Не секрет, что особенно активно стрессовые факторы воздействуют на всех жителей нашей страны в течение последних 2 лет. Такая дополнительная стрессовая нагрузка ухудшает и без того напряженное состояние как трудоспособной части населения, так и пожилых лиц. Актуальность психоэмоциональных нарушений велика для людей любого возраста – слишком много стрессогенных факторов присутствует в жизни у большинства из нас: как работающих лиц, так и пенсионеров.

Проявления стресса, требующие использования седативных комплексов, чрезвычайно разнообразны и имеют неспецифический характер. В зависимости от того, активность какого отдела нервной системы доминирует, симптомы могут быть разными. У кого-то возникает повышенная утомляемость, общая слабость, а у кого-то – раздражительность, плааксивость, обидчивость. Реакция на стресс может проявляться тревожностью, страхами, нарушением цикла «сон – бодрствование», ухудшением памяти, снижением работоспособности, потерей интереса к жизни, нарушением терморегуляции (ощущением зябкости, потливости), головокружениями, головной болью, дискомфортом со стороны сердечно-сосудистой и пищеварительной систем и др. В ряде случаев такие нарушения могут осложняться вегетативными кризисами (panic-атаками).

Часто дисфункция нервной системы, развивающаяся в результате хронического стресса, имитирует заболевания сердечно-сосудистой системы (проявляется учащением/замедлением сердечного ритма; бледность или гиперемия кожных покровов; изменением артериального давления; дискомфортом или ноющей/колоющей/пульсирующей болью в области сердца, не связанными с физической нагрузкой).

К дыхательным проявлениям относят ощущение нехватки воздуха и «комка в горле», затрудненный вдох, учащенное дыхание и др. Гастроинтестинальные симптомы, дискомфорт в области солнечного сплетения, повышенная тревога в преддверии ответственных событий и синдром раздраженного кишечника также рассматриваются как расстройства, связанные со стрессом и изменением эмоционального фона.

Поразительно, но даже такие интимные проблемы, как анорексия, снижение либидо и эректильная дисфункция, в ряде случаев успешно купируются седативной терапией.

Препараты седативного действия чаще всего назначают терапевты, семейные врачи, неврологи, гинекологи, психиатры, кардиологи. Но в подавляющем большинстве случаев пациент самостоятельно устанавливает себе «диагноз» и идет в аптеку. Соответственно, квалифицированная помощь в решении подобных проблем ложится на плечи провизора.

### «Мы выбираем, нам назначают»

С учетом различных дозировок и лекарственных форм в украинских аптеках представлено более 100 седативных и снотворных средств. Такой широкий спектр предложений формирует существующий высокий спрос.

По данным исследований, рекомендация фармацевтического работника является одним из решающих факторов в пользу покупки того или иного седативного лекарственного средства. В основном за советом к провизору обращаются люди в возрасте 30-40 лет (21,3%), у которых в силу высокой профессиональной занятости не всегда есть время для визита к врачу.

По данным опроса потребителей седативных препаратов, основным критерием выбора оказалась безопасность применения (48,7-87,4% в зависимости от возрастной категории). Наибольшей популярностью (на уровне 80-90%) пользуются растительные седативные препараты (по данным исследования Т.И. Кабаковой). Подтверждением этому служит анализ ТОП-10 наиболее часто покупаемых в Украине препаратов в категории N05C (за 11 мес 2015 г.). Все они являются растительными, причем 8 продуктов содержат валериану.

### «Тихий час» отменяется

Валериана – седативное средство, известное не одному поколению врачей и пациентов. Экстракт валерианы снижает возбудимость ЦНС. Препараты на основе данного растения улучшают качество сна и ускоряют засыпание (без промедления). Кроме того, они проявляют мягкое спазмолитическое действие, облегчая абдоминальные проявления стресса (синдром раздраженного кишечника). Средства на основе валерианы помогают при бессоннице, нервном возбуждении, неврозах, тахикардии, тревожных состояниях; улучшают функционирование желудочно-кишечного тракта.

Особенность применения препаратов валерианы – появление сонливости. Такой эффект может затруднять выполнение повседневных задач, ведь внимательность и способность действовать важна всегда, будь то переход дороги или прогулка с малышом по городу. Особенно опасно замедление реакции для лиц с высокой профессиональной нагрузкой, водителей и сотрудников, работающих с высокоточными механизмами. Таким образом, быть спокойным и в то же время оставаться активным необходимо всем и всегда. Как же этого достичь?

! Демонстрировать отменную работоспособность, сохраняя при этом «жемчужное» спокойствие, – вот девиз жителя XXI века, будь то сотрудник офиса, консультант в магазине электроники или водитель такси. С этой задачей «на отлично» справляется растительный препарат СЕДАРИСТОН в виде капсул (комбинация валерианы и зверобоя) производства немецкой компании esparma ГмБХ.

В комбинации сухие экстракты зверобоя и валерианы взаимно дополняют и усиливают терапевтический эффект друг друга. Доказано, что совместное применение указанных растений сопровождается спазмолитическим и седативным влиянием, улучшает настроение и облегчает засыпание. Активирующее действие зверобоя нейтрализует сонливость, вызываемую валерианой, и позволяет пациентам избавиться от нервного возбуждения, раздражительности, нарушения концентрации внимания, вегетативных нарушений и др., сохранив привычную повседневную активность. Установлено, что экстракт зверобоя оказывает стимулирующее действие и стабилизирует настроение. Он признан эффективным и безопасным природным антидепрессантом, обладающим противотревожным и тонизирующими свойствами. В клинической практике выполнено более 20 плацебо-контролированных исследований с участием пациентов, страдающих депрессивными синдромами. В этих работах оценивались эффективность и безопасность зверобоя. Полученные данные свидетельствуют о выраженном антидепрессивном и противостressовом действии растения.

! СЕДАРИСТОН не влияет на скорость реакции и может рекомендоваться провизорами как прекрасный вариант седативной терапии для водителей, арсенал которой, как известно, на сегодня чрезвычайно ограничен.

СЕДАРИСТОН капсулы возвращают спокойствие, самообладание и уверенность; нормализует настроение; оказывает активизирующее действие; устраняет беспокойство, вызванное стрессом; улучшает концентрацию внимания и умственную работоспособность; облегчает проявления вегетативной дисфункции у подростков.

Круг людей, которым рекомендуется СЕДАРИСТОН, чрезвычайно широк. Препарат подходит взрослым и детям старше 12 лет; студентам, работающим активным людям и пожилым пациентам; автомобилистам и пользователям общественного транспорта.

Рекомендуемая схема приема – 4 капсулы в сутки (по 2 капсулы 2 р/сут) до еды, запивая достаточным количеством жидкости. Эффект препарата заметен уже в первые дни приема. Об этом Вам не преминут сказать Ваши близкие или коллеги, ведь настроение улучшается, а раздражительность улетучивается. А вот для того чтобы закрепить достигнутый результат, СЕДАРИСТОН необходимо принимать не меньше 3-4 нед.

**Ключ к ответу на вопрос, как победить стресс и уменьшить его разрушительные последствия, часто кроется в простых вещах: ценить то, что имеешь; чаще благодарить себя за различные достижения; переключать внимание; разграничивать важные и второстепенные задачи; корректировать возникшие нарушения с помощью эффективных и безопасных препаратов.**

Широкие возможности открывает применение растительного лекарственного препарата СЕДАРИСТОН капсулы (esparma ГмБХ): такая терапия позволяет эффективно контролировать эмоциональный фон при минимальном риске сонливости, нарушений внимания и замедления реакции.

И хотя специфика работы провизоров такова, что на опрос и подробную консультацию посетителей порой не остается ни времени, ни сил, избавить пациента от ряда сложностей и разочарований и привлечь в свою сеть постоянного клиента можно с помощью довольно простой стратегии. Задайте себе всего один вопрос: «Нужна ли кому-нибудь сонливость после приема седативных средств?». Отрицательный ответ – это безоговорочный ориентир, чтобы рекомендовать всем, кто пришел в аптеку за седативным препаратом, именно СЕДАРИСТОН капсулы. Ведь обеспечить и спокойствие, и активность одновременно по силам только ему.

Подготовила  
Ольга Радучик