

Medicinski fakultet, Sveučilišta u Mostaru

RACIONALNA PSIHOFAKOTERAPIJA

U  
PRIRODNI LIJEKOVI  
TERAPIJI MENTALNIH  
POREMEĆAJA

---

As. dr. sc. Dragan Babić

neuropsihijatar

Tisućama godina ljudima su bili na raspolaganju samo prirodni lijekovi.

Procvatom kemije i sintezom velikog broja "kemijskih lijekova" službena medicina napušta prirodne lijekove i fitoterapiju.

Prirodni lijekovi ostaju samo za siromašne zemlje trećeg svijeta.

## Tzv. "herbalna medicinska revolucija"

- Nus pojava,
- Visoke cijene.
- Zbog razočarenja u kemijske lijekove,

SZO: oko 80% ljudi u svijetu oslanja se na biljke u zadovoljavanju svojih potreba za boljim zdravljem (Njemačka, Francuska, SAD, Japan...)

# Integrativni i komplementarni pristup

u sve većem broju medicinskih institucija

## Predmeti o prirodnim i trad. metodama liječenja

- na mnogim medicinskim fakultetima
- mnoge farmaceutske kuće standardizirale prir. lijekove
- provjere prirodnih lijekova u klinički kontrolir. pokusima.

# "Primum non nocere"

- pomoći,
- neuskratiti

Asklepije: 1. riječ

2. biljni lijek

-----

3. sintetičko kemot. sredstvo.



# GOSPINA TRAVA

hypericum perforatum

Preko 2400 g. u narodnoj medicini

- Neosporno djelovanje,
- Dobra podnošljivost,
- Poznat mehanizam djelovanja i aktivni sastojak,
- Male nus pojave

U Njemačkoj 1997.g. 3,7 milijuna pakiranja.



# Brojne kontrolirane kliničke studije

- usporedba s placebom
- usporedba s antidepressivima

# Indikacije:

depresivni poremećaji  
anksiozni poremećaji

---

odvikavanje od pušenja

**Nus pojave:** (blage i rijetke): GIT smetnje  
Alergijske reakcije  
Vrtoglavica

UZIMATI UZ JELO DO 1200 mg dnevno

NE UZIMATI UZ SIPPS I IMAO

# VALERIANA

Valeriana officinalis

Valerična kiselina

aktivni sastojak -pojačava GABA aktivnost

“prirodni valium” – preko 100 pripravaka u Europi

Jednako djelotvorna kao benzodiazepini.

Nus pojave vrlo rijetke i blage.



Indikacije: - anksioznost,  
- nesаница,  
- stresne situacije,  
- odvikavanje od benzodiazepina

Doza: 50-100 mg.dnevno

NE PREPORUČA SE S ALKOHOLOM  
I BENZODIAZEPINIMA

# GINKGO

Ginkgo biloba

Raste u Aziji gdje ga štiju kao "sveto drvo"

Preživio ledeno doba i atomsku bombu u Hirošimi

"ANTIDOT ZA STRAH OD STARENJA"



Aktivne tvari su

1. **glikozidi** - (antioksidansi) usporavaju zgruš. krvi
2. **ginkolidi** - poboljšavaju cirkulaciju i djeluju zaštitno na neurone

## INDIKACIJE:

1. Staračka demencija (120-160 mg dnevno)
2. Depresija kod starijih osoba
3. Migrena
4. Vertigo
5. Impotencija vaskularnog tipa

## NUS POJAVE:

vrlo rijetke (probavne smetnje, alergije)

## INTERAKCIJE:

Ne davati uz Aspirin i antidepresive zbog smanjenja sposobnosti zgrušavanja krvi

# OMEGA 3 - masne kiseline

**ESKIMI** - ekstremno masna hrana - zaštićeni od KVB

**TAJVAN, KINA** -

visoka potrošnja OMEGA 3 MK u prehrani - 10 x niža stopa depresije od SAD gdje troše vrlo malo OMEGA 3 MK.



# MEHANIZMI TERAPIJSKOG UČINKA

- Smanjenje sekrecije inflamatornih citokina
- povećanje serotoninskog transporta
- povećanje dopaminergične aktivnosti
- regulacija interneuronskog provođenja signala

# INDIKACIJE

Dopunska terapija kod:

1. depresija
2. BAP
3. Sch
4. Osobe koje rade u vrlo stresnim situacijama

Doza: individualna i ovisi o vrsti preparata  
(1,5 - 6 gr. Podijeljeno u 2 doze)

VITAMINI

MINERALI

AMINOKISELINE

...

# ZAKLJUČAK:

Zbog sve većeg interesa javnosti za prirodne lijekove

i njihove sve veće potrošnje u samo liječenju

potrebno je da liječnici PZZ i OM ne samo poznaju nego i primjerenom propisuju



Hvala na pozornosti



Hvala na pozornosti