

# Nereceptinių vaistų galimybės nerimo sutrikimų, depresijos, nemigos gydyme

Algirdas Dambrava

Gyd.psichiatras

VU Psichiatrijos klinika

# Pranešimo turinys

- Depresijos, nerimo, miego sutrikimų aktualijos
- Vartojamų vaistų problematika
- Augalų, augalinių preparatų svarba gydant psichikos sutrikimus
- Persen – nereceptinių vaistų atstovas psichikos sutrikimų gydyme

# I. Depresijos, nerimo, miego sutrikimų aktualijos



# Depresija

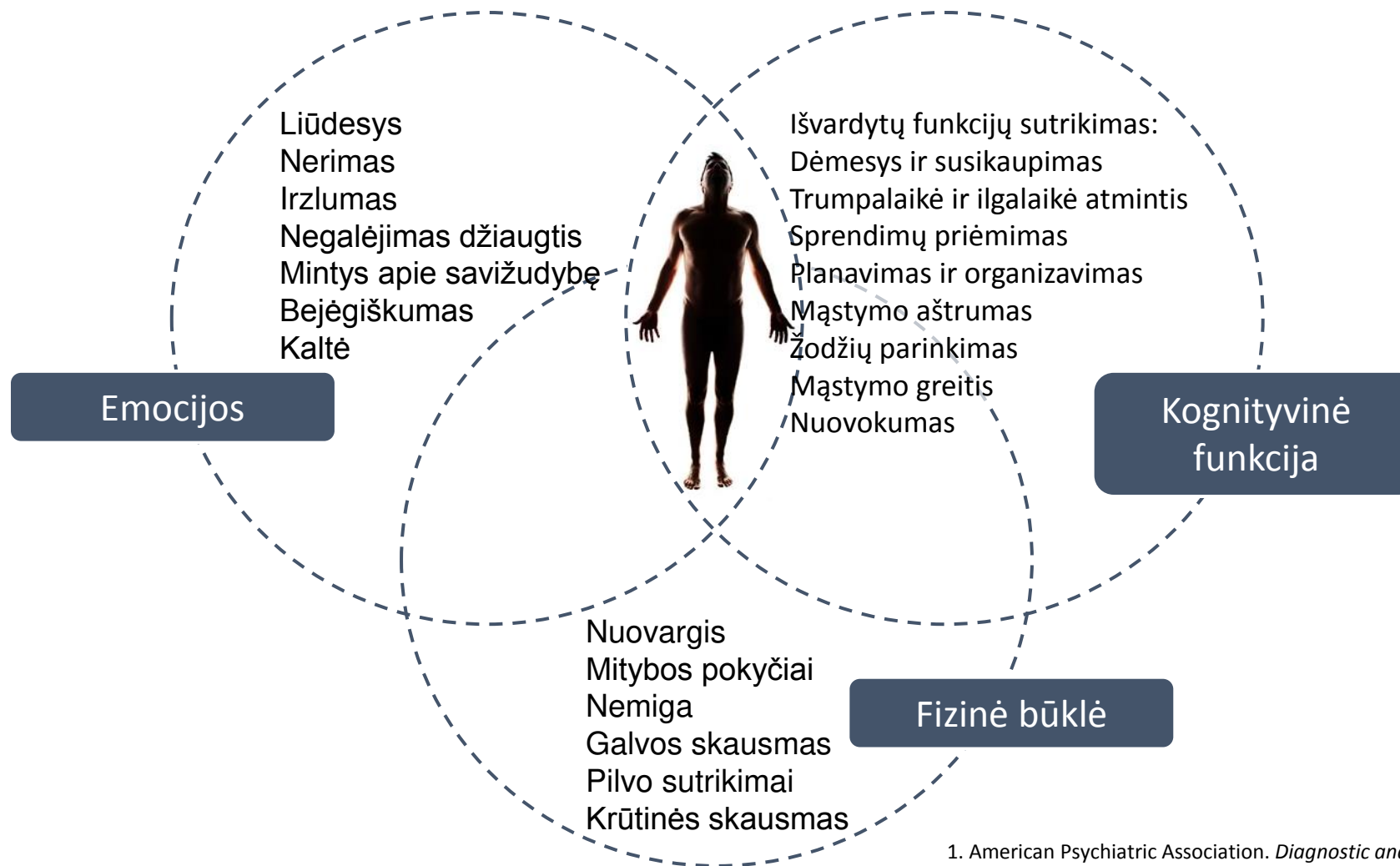
- Depresija – paplitusi liga visame pasaulyje, serga >300 mln žmonių
- ~800 000 kasmet nusižudo
- Savižudybė – 2-a mirties priežastis tarp 15-29 metų amžiaus asmenų
- Per 10 metų (nuo 2005 iki 2015 metų) depresijos atvejų išaugo 18%
- Didelė tiesioginė, netiesioginė našta pacientui, aplinkiniams, pagrindinė neįgalumo priežastis pasaulyje (*Pagal negalios sukeltą našlą Lietuvoje depresiniai sutrikimai - ketvirtoje vietoje*)
- Apibūdinama ne trumpiau 2 savaites trunkančiais: nuolatiniu liūdesiu, interesų praradimu, lydymu nesugebėjimu vykdyti normalią veiklą



Paplitimas: 5-17% (JAV, Kaplan et al., 2015), ~18% LT

Pasireiškia įvairių emocinių, fizinių, kognityvinių simptomų kombinacija (1500 depresijos „veidų“)

# Depresija klinikiiniu požiūriu yra heterogeninė liga



1. American Psychiatric Association. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Health Disorders*. 5<sup>th</sup> ed. Washington, DC: American Psychiatric Association; 2013;
2. Marazziti D, et al. *Eur J Pharmacol*. 2010;626(1):83-86.
3. Hammar A, Ardal G. *Front Hum Neurosci*. 2009;3:26.

# Depresija Lietuvoje

- 2014 m. Lietuvos gyventojų sveikatos statistinio tyrimo rezultatai atskleidė, jog depresijos simptomus per paskutines 2 savaites jautė 12% gyventojų
- Depresinių simptomų paplitimas **didėjo su amžiumi**: 55-64 m amžiaus grupėje simptomus jautė 16%, 65-74 m. amžiaus grupėje 19%, o virš **75 m. amžiaus grupėje 33% apklaustųjų**
- Savižudybių rodiklis Lietuvoje yra mažėjantis, tačiau išlieka **didžiausias tarp Europos Sąjungos šalių**
- Iš viso 2017 m. Lietuvoje nusižudė 748 žmonės, arba 26,4 asmenų 100 tūkst.gyventojų
- Savižudybių rodiklis didžiausias **kaime gyvenančių vyrų tarpe** (60,9/100 tūkst. gyventojų)

# Depresija Lietuvoje

- Tikrasis psichikos sveikatos sutrikimų paplitimas yra **žymiai didesnis** nei oficialioji statistika ar apklausų duomenys
- Nustatyta, jog **70% žmonių, turinčių psichikos sveikatos sutrikimų, yra neidentifikuojami ir negauna gydymo**
- Lietuvoje šiuo metu dominuoja **medikamentinis** depresijos gydymas - net 80% depresija sergančių pacientų gauna būtent šį gydymą, tuo tarpu **nemedikamentinį**, pvz., 8 susitikimus per 12 savaičių, – mažiau nei **1%**
- Depresija turėtų būti gydoma teikiant **psychosocialinę ir psichologinę pagalbą, skiriant antidepresantus**
- Tuo tarpu Lietuvoje labai plačiai vartojamais benzodiazepiniais „užglaistomi“ depresijos simptomai, o pati depresija nediagnozuojama ir toliau progresuoja

# Nerimas

- Nerimas – **įspėjamas ženklas**. Įspėja apie artėjančią grėsmę, suteikia galimybę imtis priemonių susidoroti su grėsme
- **Visi patiria nerimą**. Apibūdinamas kaip difuzinis, nemalonus, neapibrėžtas nuogastavimo/baimingumo pojūtis
- Dažnai lydimas **fizinių pojūčių** – galvos skausmo, prakaitavimo, širdies plakimo, diskomforto krūtinėje, drebulio, kt.
- **Normalus nerimas:**
  - Pirmasis pasimatymas
  - Pasiruošimas egzaminui
  - Pasirodymas koncerte
  - Kalba
  - Kraustymasis
  - Lipimas aukštomis kopėčiomis...
  - **Praeinantis**
  - **Ženkliai neįtakoja žmogaus gerovės**
  - **Netrukdo pasiekti tikslų**



# Nerimo sutrikimai

- Nerimo sutrikimai – labai dažni, linkę į **komorbidiškumą, traumuojančius**
- **1 iš 4** atitinka **bent vieno iš nerimo sutrikimų** diagnostinius kriterijus – panikos sutrikimo, generalizuoto nerimo sutrikimo, socialinio nerimo, specifinės fobijos, agorafobijos
- Psichotraumuojančys įvykiai, stresai gali paskatinti atsiradimą
- Paplitimas (per 12 mėnesių) pasaulyje - **17.7%**
- Per gyvenimą: moterys patiria ~30.5% ,  
vyrai ~19.2%

Kaplan et al., 2015



# Miego sutrikimai

- Miegas – gyvybiškai svarbus
- 1/3 laiko pramiegame
- **30-45%** populiacijos per 1 metus patiria miego sutrikimus
- Dažnai – **traumuojančys** (save, kitus), pavojingi paciento, aplinkinių sveikatai
- Gydomi įvairių sričių specialistų



## II. Vartojamų vaistų problematika

- Benzodiazepinai (BZD)
  - Migdomieji
  - Antidepresantai
  - Antipsichotikai
- 
- Trūkumas –  
psichosocialinės  
reabilitacijos,  
psichoterapijos, judėjimo



## Benzodiazepinų indikacijos

Vaistas	PS	Nerimas	Nemiga	Prieštraukulinis	F10	Mioral aksac.	Prieš chir.proc.
Lorazepamas		8-12 sav.	4 sav.				
Bromazepamas		8-12 sav.					
Alprazolamas	8 mėn.	8-12 sav. (ir DD)					
Klorazepatas		8-12 sav. (GNS)			+		
Medazepamas		4 sav.					
Diazepamas (per os)		8-12 sav.	4 sav.			+	+
Diazepamas (injekc.)	+ (sunkus PP, ažitacija)			+	+	+	+
Chlordiazepoksidas		8-12 sav.	2-4 sav.		+		
Oksazepamas		4 sav.	+		+		
Klonazepamas				+			

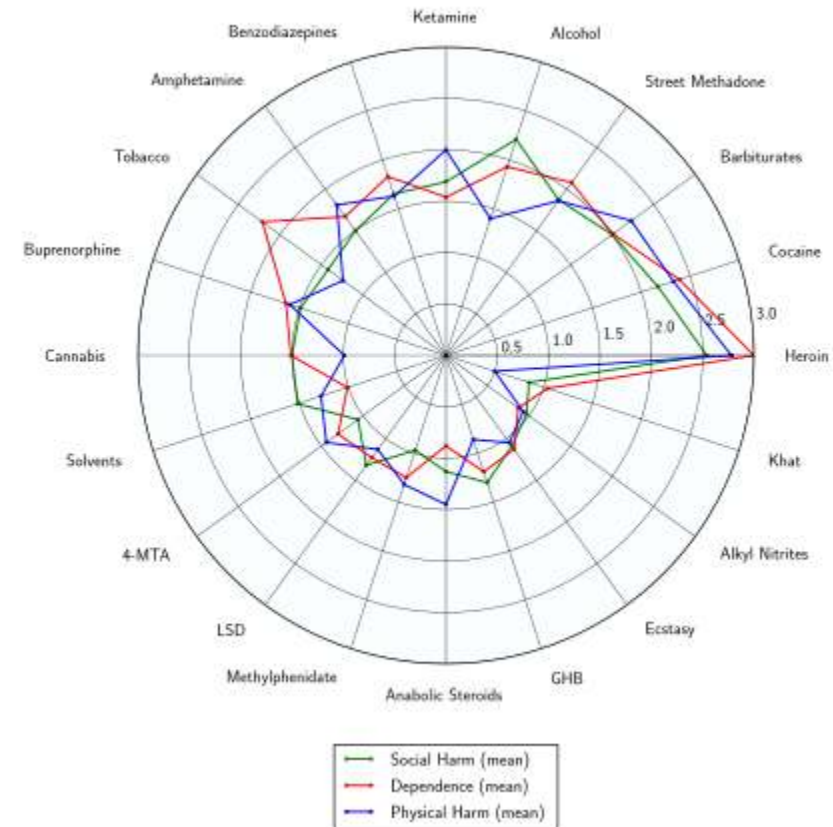
GNS – generalizuotas nerimo sutrikimas, PS – panikos sutrikimas, DD – depresija, F10 – alkoholio sukeltos sveikatos problemos

## Migdomųjų vaistų indikacijos

Vaistas	Maksimali dozė	Maksimali trukmė	>65m.	T ½ (val.)
Estazolamas	1-2 mg	7-12 dienos, max 4 sav.	½ dozės	10-24 (~17)
Nitrazepamas	5-10 mg	2-4 sav.	½ dozės	24
Zolpidemas	10 mg	Iki 4 sav.	5	2,4 (0,7 - 3,5)
Zopiklonas	7,5 mg	Iki 4 sav.	3,75 mg	3,5-6 val.
Triazolamas	250 500 mkg-ypatingais atvejais	7-10 dienų (2 sav.)	125- 250mkg	1,5-5,5 val

# Problematisinis BZD vartojimas, I

- Lietuvoje BZD suvartojama **2-3 kartus daugiau negu kitose Šiaurės Europos regiono šalyse** (Latvijoje, Estijoje, Suomijoje, Švedijoje ir Norvegijoje)
- **Nustatyta BZD paros dozė (NPD)** 2017 m. Lietuvoje siekė 37,8, Latvijoje - 15,1, Estijoje - 13,6, Suomijoje - 18,7, Švedijoje - 12,7, Norvegijoje - 12,9 NPD/1000 gyventojų
- 2017 m BZD Lietuvoje **kasdien vartojo apie 4% gyventojų**



# Problematis BZD vartojimas, II

Nepaisant BZD veiksmingumo gydant trumpalaikius nerimo ir nemigos sutrikimus, šie vaistai gali sukelti daug **nepageidajamų reiškinių**:

- **Atminties pablogėjimas**
- Kalbos, dėmesio sutrikimas
- Budrumo sumažėjimas
- Nuovargis
- Sedacija (raminamasis poveikis), mieguistumas
- Pusiausvyros, judesių koordinacijos sutrikimai
- Galvos skausmas, galvos svaigimas, žemas kraujospūdis, alpūlys
- Emocijų susilpnėjimas
- Vartojant BZD ilgiau nei 4-6 savaites, gali pradėti vystytis fizinė ir psichologinė **priklausomybė**

- Dėl raumenis atpalaiduojančių ir migdančių savybių padidėja nelaimingų atsitikimų rizika vairuojant, **kritimų ir kaulų lūžių rizika** (ypač senyvo amžiaus žmonėms), vystosi kognityviniai sutrikimai
- Nutraukus BZD **vartojimą staiga**, gali pasireikšti abstinencijos būklės su deliriniaisiais sąmonės sutrikimais, traukuliais, gali ištikti mirtis



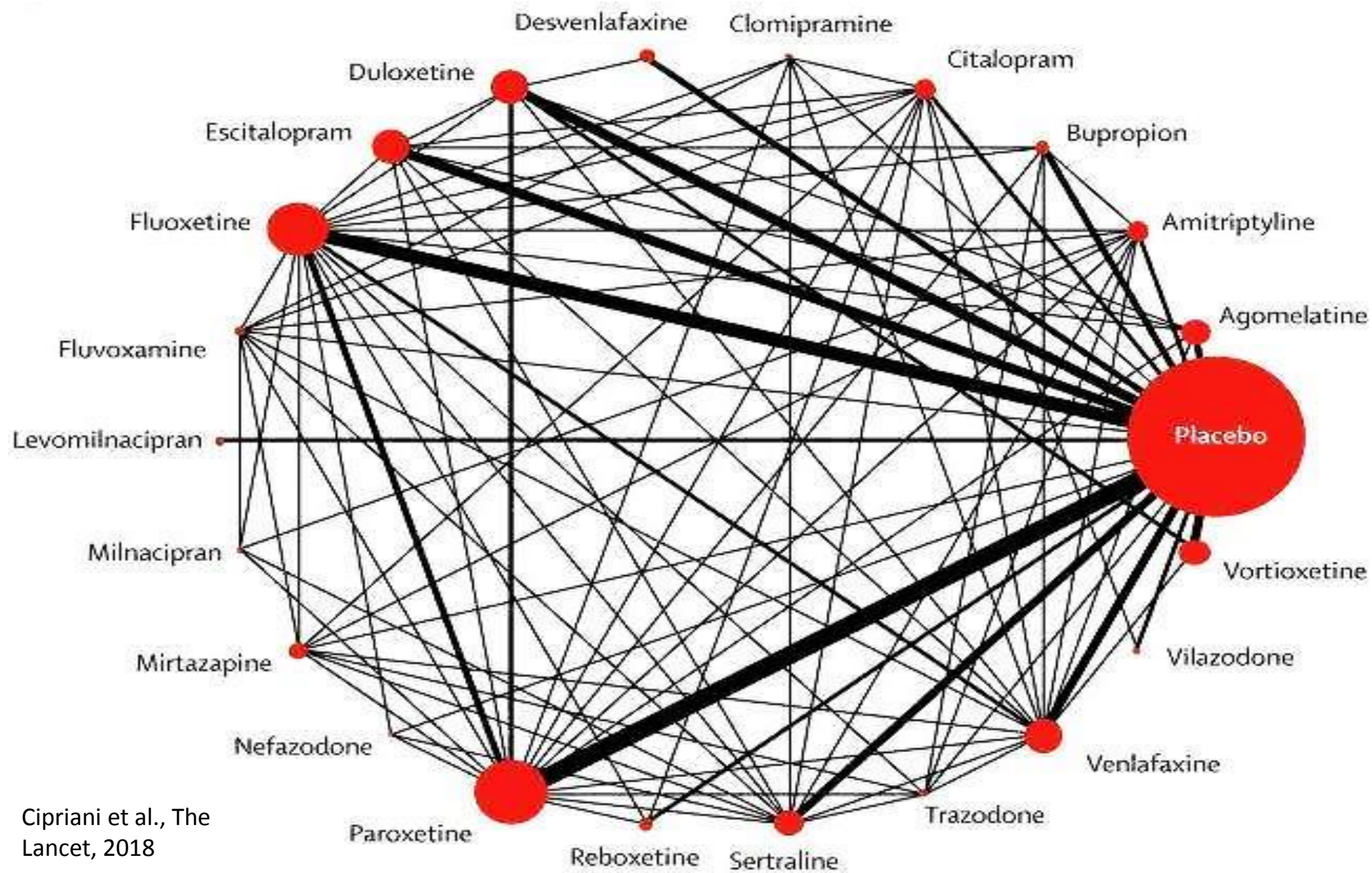
# Antidepresantų vartojimas

- Priešingai nei BZD, antidepresantų Lietuvoje suvartojama **2-3 kartus mažiau** nei Norvegijoje, Suomijoje ir Švedijoje ir du kartus mažiau nei EBPO šalių vidurkis
- 2017 m. antidepresantų vartojimas Lietuvoje buvo 32,1 NPD/1000 gyventojų per parą (kai EBPO šalyse vidutinis antidepresantų suvartojimas 2016 m. siekė 62.7 NPD/1000 gyventojų)





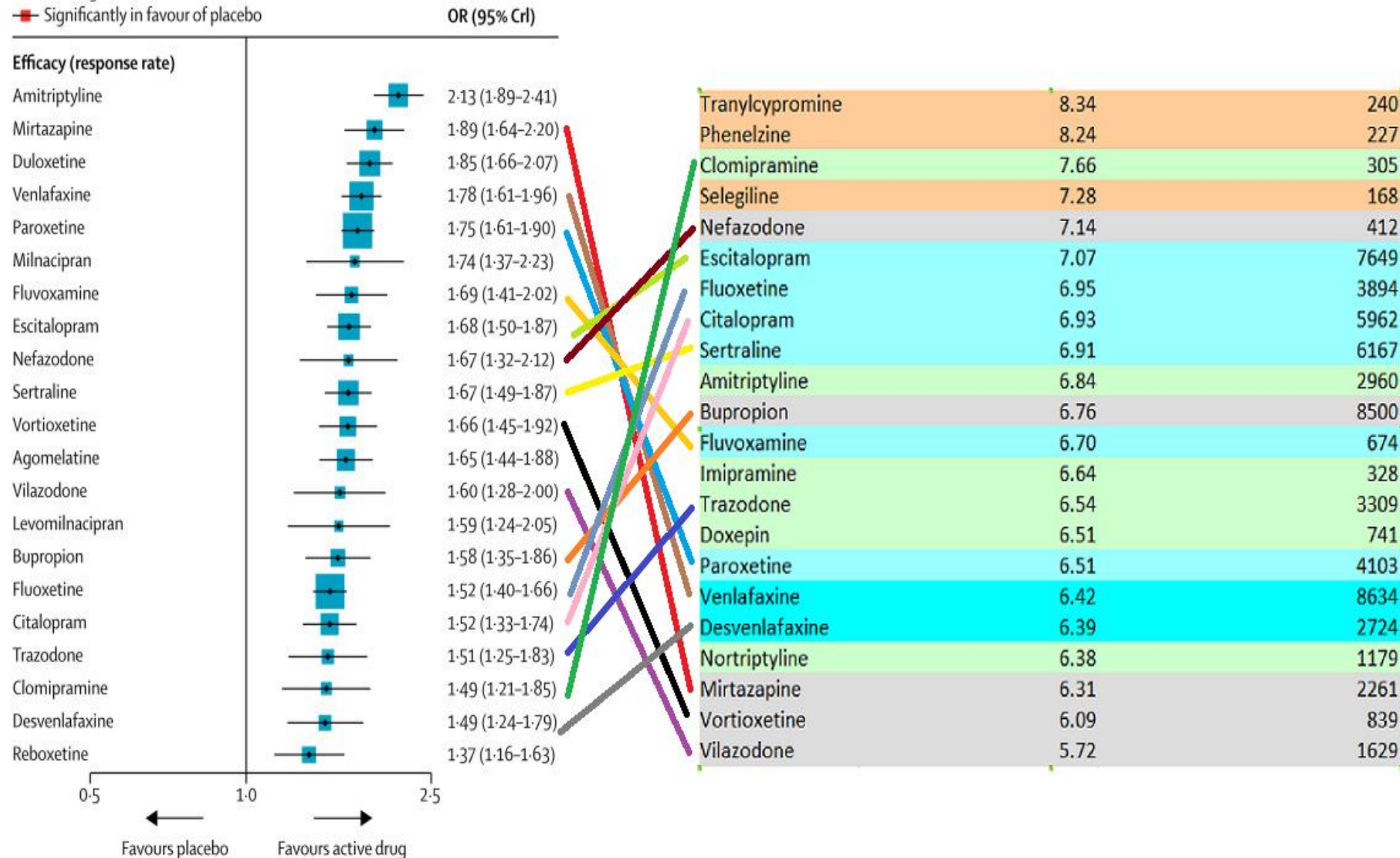
# Ar antidepressantai veiksmingi?



# Antidepressantai - veiksmingi 😊

A

- Significantly in favour of active drug
- Non-significant result
- Significantly in favour of placebo



# 2018 metų metaanalizė. Rezultatai



**Agomelatinas**  
Amitriptilinas  
**Escitalopramas**  
Mirtazapinas  
Paroksetinas  
**Vortioksetinas**  
Venlafaksinas



**Agomelatinas**  
Citalopramas  
**Escitalopramas**  
Fluoksetinas  
Sertralinas  
**Vortioksetinas**

← **EFEKTYVIAUSI**

**GERIAUSIAI TOLERUOJAMI** →

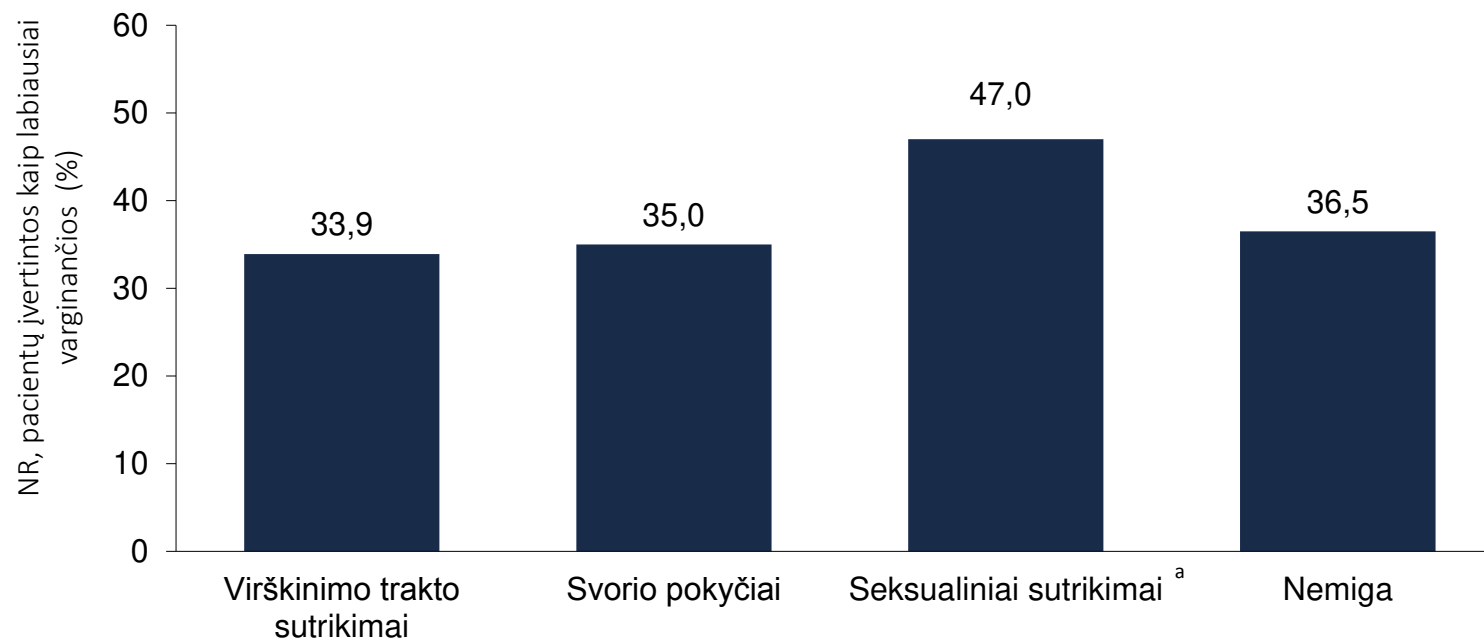
## Antidepresantai, skiriami prie nerimo sutrikimų, oficialios indikacijos, VVKT

Vaistas	GNS	SN	PS	OKS	PTS
Paroksetinas	+	+	+	+	+
Escitalopramas	+	+	+	+	
Sertralinas		+	+	+ (ir 6–17 metų vaikams)	+
Venlafaksinas	+	+	+		
Klomipraminas		+	+	+ (ir vaikams)	
Citalopramas			+	+	
Duloksetinas	+				
Fluvoksaminas				+	
Fluoksetinas				+	

GNS – generalizuotas nerimo sutrikimas, PS – panikos sutrikimas, OKS – obsesinis kompulsinis sutrikimas, SF – socialinė fobija, PTS – potrauminio streso sutrikimas.

## Labiausiai varginančios nepageidaujamos reakcijos, susijusios su gydymu SSRI

**Tyrimo metu dažniausiai nurodyta priežastis dėl gydymo nutraukimo SSRI grupės antidepresantais po 3 mėnesių nuo gydymo pradžios buvo nepageidaujamos reakcijos**



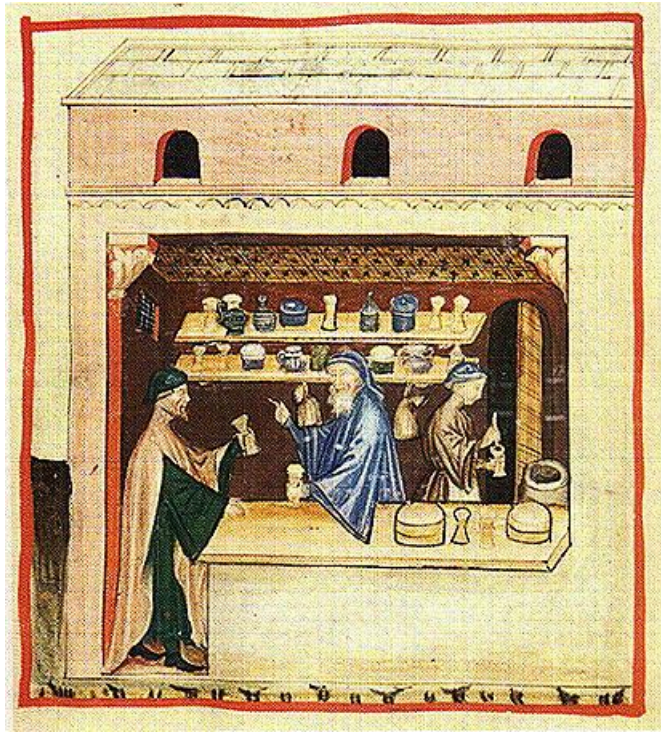
<sup>a</sup> Apibūdinamas kaip sumažėjęs lytinis potraukis ir pablogėjusi lytinė veikla.  
VT - virškinimo trakto; SSRI - selektyvus serotonino reabsorbcijos inhibitoriai.



# III. Augalų, augalinių preparatų svarba gydant psichikos sutrikimus







# Valerijonas

- Augalas pavadintas Romėnų *Pannonia* provincijos **Valeria** vietovės garbei (pietvakarinė Dunojaus sritis)
- Senovės Romoje, Graikijoje **Hipokratas** dar IV, V amžiuose pr.m.e. sėkmingai naudojo **valerijoną** gydymui
- Daug Hipokrato pasekėjų gydė valerijonu (ypač „moteriškas“ ligas)
- **Galenas** (129-200), graikų gydytojas, filosofas - **nemigą**
- **John Gerard** (1545–1612), anglų žolininkas – gydė **laringitą, traukulius**





# Vaistinis valerijonas, *Valeriana officinalis* L., radix.

## Morfologija ir paplitimas

- Tai aukštas daugiametis augalas, kurio požeminė dalis sudaryta iš stataus šakniastiebio ir **gausių šaknų**
- Antžeminė dalis – iš tuščio cilindriško stiebo, kuris gali užaugti iki 2 m aukščio. Stiebas yra nešakotas ar viršūnėje išsišakojantis
- Žiedai kvapnūs, balti ar rausvi
- Valerijonas plačiai paplitęs vidutinių platumų ir subpoliarinėje klimato zonoje visame Eurazijos žemyne
- Augalas randamas drėgnuose miškuose, grioviuose, **palei upes**
- Kaip **medicininis** augalas, vaistinis valerijonas kultivuojamas Belgijoje, Anglijoje, rytinėje Europoje, Prancūzijoje, Vokietijoje, Nyderlanduose, Rusijoje ir JAV



# Vaistinis valerijonas. Vaistinė žaliava ir cheminė sudėtis

- Kaip žaliava naudojami **valerijono šakniastiebis su šaknimis**
- Išdžiovintoje žaliavoje turi būti mažiausiai 4 ml/kg **eterinio aliejaus** ir 0,17 % (m/m) seskviterpeninių rūgščių, išreikštų valerijono rūgštimi
- **Eterinis aliejus** kiekybiškai nustatomas atliekant distiliaciją, o seskviterpeninės rūgštys – atliekant skysčių chromatografiją pagal Europos **farmakopėjoje** nurodytas metodikas



# Vaistinis valerijonas. Panaudojimas

- Nuo seno taikomas tradicinėje medicinoje
- Jis pasižymi **silpnu raminamuoju ir miegą skatinančiu poveikiu**
- Valerijono preparatai gali būti naudojami kaip **švelnesnio poveikio alternatyva stipresniems raminamiesiems preparatams, tokiems kaip benzodiazepinai**
- Tradicinėje medicinoje valerijonas taip pat vartotas **neuralgijų, epilepsijos, virškinamojo trakto spazmų gydymui**



# Vaistinė melisa (*Melissa officinalis* L.)

## Morfologija ir paplitimas

- Augalas priklauso lupaziedžiu (*Lamiaceae*) šeimai.
- Tai **kvapni daugiametė žolė**, užauganti iki 1 m aukščio, dažnai turi kelis stiebus, patrynus kvepia **citrinomis**
- Stiebai briaunoti. **Lapai 2-9 cm ilgio ir 1-5 cm pločio.**
- Liaukiniai plaukeliai išsidėstę viršutinėje lapo dalyje ir apatinėje ant lapo gyslų
- Žiedai balti ar rausvi
- Auga vakarinėje Azijoje ir rytiniame Viduržemio jūros regione. Kultivuojamas centrinėje, rytinėje ir vakarinėje Europoje bei JAV



# Vaistinė melisa

- Kaip žaliava naudojami **melisos ir lapai, ir žolė**
- Žaliava turi turėti ne mažiau kaip 4,0% hidroksicinamono rūgščių, perskaičiuotų į **rozmarino rūgštį**
- Pagrindinė sudedamoji dalis yra hidroksicinamono rūgštys (**rozmarino iki 6%**, p-kumaro, kavos, chlorogeno rūgštys) ir **eterinis aliejus** (0,02-0,37%) sudarytas iš daugiau negu 40% monoterpenų bei daugiau negu 35% seskviterpenų.





# Vaistinė melisa. Panaudojimas

- Vaistinė melisa ir jos produktai yra vartojami: kaip **prieskonis, arbatų ruošiniuose, ingredientas kosmetikoje, aromaterapijoje, medicinoje**
- Augalas tradiciškai vartotas gydyti **katarą, karščiavimą, pilvo pūtimą, galvos skausmą, gripą, dantų skausmą**
- Jis taip pat pasižymi **raminančiu, antidepresiniu, antivirusiniu, antibakteriniu ir antispazminiu poveikiais**
- Augalo terapinis poveikis siejamas su **jo kaupiamu eteriniu aliejumi**, tačiau fenolinių junginių frakcija, ypac RR, irgi yra atsakingi
- Fenoliniai junginiai suteikia melisai **antioksidantines ir antivirusines** savybes



# Pipirmėtė. *Mentha piperita* L.

## Morfologija ir paplitimas

- Augalas iš lupaziedžių (*Lamiaceae*) šeimos. Tai **daugiametė žolė**, užauganti iki 30-90 cm aukščio
- Jos stiebas keturbriaunis, šakotas
- Lapai priešiniai, kotuoti, pailgi, dantyti, tamsiai žalios spalvos
- Žiedai violetinės spalvos, sudaro varpas.
- Augalas yra **stipraus specifinio kvapo ir šaldančio skonio**
- Pipirmėtė gamtoje nepaplitusi, o **tik kultivuojama**. Plačiausiai kultivuojama rytinėje ir šiaurinėje **Europoje bei JAV**



# Pipirmėtė. Vaistinė žaliava

- Kaip žaliava naudojami **sveiki ar susmulkinti džiovinti pipirmėtės lapai**
- Žaliava turi turėti ne mažiau kaip 12 ml/kg ir 9 ml/kg **eterinio aliejaus**, kurio kiekis nustatomas distiliacijos metodu, aprašytu Europos farmakopėjoje
- Pagrindinė pipirmėtės lapų sudedamoji dalis **yra eterinis aliejus**, kurio gali būti nuo 0,5 iki 4 %, ir kurio sudėtyje yra **mentolas (30-55 %)** ir **mentonas (14-32 %)**.





# Pipirmėtė. Panaudojimas

- Iš **pipermėtės išgaunamame eteriniame aliejuje** yra daug cheminių junginių, tokių kaip mentolas, mentonas ar izomentonas, kurie naudojami **farmacijos, maisto, kosmetikos, grimų pramonėje**
- **Pats augalas ir jo eterinis aliejus taip pat nuo seno vartotas tradicinėje medicinoje**
- Šiuo metu pipermėtės preparatai vartojami **virškinamojo trakto problemoms, tokioms kaip dispepsija, pilvo pūtimas ar pilvo skausmas.**
- Pipirmėtei priskiriamas ir **raminantis poveikis**



# IV. Persen – nereceptinių vaistų atstovas psichikos sutrikimų gydyme



Terapinės indikacijos:

- **Laikinos nedidelės nervinės įtampos mažinimas**
- **Pasunkėjusio užmigimo lengvinimas**

## PERSEN dengtos tabletės:

\_(rekomenduojama skirti dieną)



Vienoje tabletėje yra:

- **35 mg *Valeriana officinalis* L., radix (valerijonų šaknų)** sausojo alkoholinio ekstrakto (4-7:1), ekstrahentas 70 % (V/V) etanolis;
- **17,5 mg *Melissa officinalis* L., folium (melisų lapų)** sausojo ekstrakto (3-6:1), ekstrahentas 50 % (V/V) etanolis;
- **17,5 mg *Mentha piperita* L., folium (pipirmėčių lapų)** sausojo ekstrakto (3-6:1), ekstrahentas 40 % (V/V) etanolis.

### Vartojimas suaugusiesiems ir vyresniems nei 12 metų vaikams:

- **Nervinės įtampos** atveju reikia gerti tris kartus per parą po 3 – 4 PERSEN tabletes.
- **Nemigos** atveju reikia išgerti 1 valandą prieš miegą 3 – 4 PERSEN tabletes.
- PERSEN pradeda veikti palaipsniui. Kad gydymo veiksmingumas būtų optimalus, tablečių rekomenduojama gerti mažiausiai 2 savaites.
- **Gydymo trukmė neribojama**

## PERSEN FORTE kietosios kapsulės: (rekomenduojama skirti nakčiai)



Vienoje kapsulėje yra:

- **87,5 mg *Valeriana officinalis* L., radix (valerijonų šaknų)** sausojo alkoholinio ekstrakto (4-7:1), ekstrahentas 70 % (V/V) etanolis;
- **17,5 mg *Melissa officinalis* L., folium** (melisų lapų) sausojo ekstrakto (3-6:1), ekstrahentas 50 % (V/V) etanolis;
- **17,5 mg *Mentha piperita* L., folium** (pipirmėčių lapų) sausojo ekstrakto (3-6:1), ekstrahentas 40 % (V/V) etanolis.

**Vartojimas suaugusiesiems ir vyresniems nei 12 metų vaikams:**

**Nervinės įtampos** mažinimui reikia gerti du kartus per parą po 2 PERSEN FORTE kapsules.

**Pasunkėjus užmigimui** reikia išgerti 1 valandą prieš miegą 2 PERSEN FORTE kapsules.

PERSEN FORTE pradeda veikti palaipsniui. Kad gydymo veiksmingumas būtų optimalus, kapsulių rekomenduojama gerti mažiausiai 2 savaites.

**Gydymo trukmė neribojama**

# PERSEN:



## Vartojimas:

- Vartoti per burną. Tabletes reikia nuryti kartu su šiek tiek vandens, nepriklausomai nuo valgymo laiko.

## Kontraindikacijos:

- Padidėjęs **jautrumas** veikliosioms medžiagoms arba bet kuriai nurodytai pagalbinei medžiagai
- PERSEN tablečių sudėtyje yra laktozės ir sacharozės. Pacientams, kuriems yra **retas paveldimas galaktozės netoleravimas**, *Lapp* laktazės trūkumas arba gliukozės-galaktozės malabsorbcija, šio preparato vartoti negalima

- PERSEN **sąveikos su kitais vaistiniais preparatais nenustatyta**. Prieš vartojant kitų vaistinių preparatų reikėtų pasitarti su gydytoju.
- Vaistinio preparato vartoti **kartu su sintetiniais raminamaisiais vaistiniais** preparatais galima tik atsižvelgiant į nustatytą diagnozę ir tik prižiūrint medikui.
- Vaistinių valerijonų šaknų preparatų poveikį gali sustiprinti kartu vartojamas **alkoholis**.

# PERSEN:



**Vaisingumas, nėštumo ir žindymo laikotarpis**

- Šio vaistinio preparato saugumas nėštumo ir žindymo laikotarpiu yra **nenustatytas**.
- Kadangi nėra duomenų, kaip atsargumo priemonė, vartojimas nėštumo ir žindymo metu yra **nerekomenduojamas**

**Poveikis gebėjimui vairuoti ir valdyti mechanizmus**

- Vaistinis preparatas gali **pabloginti gebėjimą vairuoti ir valdyti mechanizmus**. Paveikti pacientai turi nevairuoti ir nedirbti su įrengimais

# PERSEN:

## **Nepageidaujamas poveikis**

- *Valerijonų šaknys*
- Dažnis nežinomas. Virškinimo trakto sutrikimo simptomai (pvz., pykinimas, pilvo diegliai) (išgėrus valerijono šaknų preparatų)

## **Perdozavimas**

- *Valerijonų šaknys*
- Vienkartinė 20 g vaistinių valerijonų šaknų dozė (atitinka maždaug 103 PERSEN dengtas tabletės) gali sukelti nepavojingų simptomų: silpnumą, pilvo raižymą, spaudimą krūtinėje, nerimą, rankų drebinimą, vyzdžių išsiplėtimą. Šie **reiškiniai išnyksta per 24 valandas.**
- Duomenų apie apsinuodijimą vaistinių **melisų ir pipirmėčių lapų preparatais nėra.**



# PERSEN. FARMAKOLOGINĖS SAVYBĖS, I

## Farmakodinaminės savybės

Farmakoterapinė grupė – **kiti migdomieji bei raminantys**, ATC kodas – N05CM.

- Pagrindinės **vaistinių valerijonų šaknų** veikliosios medžiagos yra **eteriniai aliejai**, kuriuose yra monoterpenų, seskviterpenų ir mažesnis kiekis lakiųjų seskviterpeno karboksilinių rūgščių (valereno rūgšties ir jos darinių) rūgščių, gamaaminosviesto rūgšties (GABR), glutamino, arginino ir lignanų.
- Pagrindinės **vaistinių melisų lapų** veikliosios medžiagos yra **eteriniai aliejai**, kurių sudėtyje yra monoterpenoidų aldehydų (geraniolio, nerolio citronelolio) flavanoidų, monoterpenų glikozidų, hidroksicinamo rūgšties darinių (kavos ir chlorogeno rūgšties, rozmarino rūgšties) ir triterpenų.
- Pagrindinės **pipirmėčių lapų** veikliosios medžiagos yra **eteriniai aliejai**, kurių sudėtyje yra mentolio, įvairių flavonoidų, fenolinių rūgščių ir triterpenų.
- Tikslus minėtų žolių veikimo mechanizmas iki galo neišsiaiškintas.





# PERSEN. FARMAKOLOGINĖS SAVYBĖS, II

- **Valerijonų šaknys** sukelia raminamąjį poveikį, ilgina miegą ir gerina jo kokybę.
- Nustatyta, kad valerijonų šaknų ekstrakto veikliosioms medžiagoms yra būdingas afinitetas GASR-A, adenozino, barbitūratų ir **benzodiazepinų receptoriams**.
- Manoma, kad raminamajam poveikiui sukelti yra svarbus ir gliutaminas, kurio didelė koncentracija yra vandeniniame ekstrakte, o lignanui hidroksipinorezinoliui yra būdingas afinitetas **serotonino** receptoriams.



# PERSEN. FARMAKOLOGINĖS SAVYBĖS, III

- Veiklosioms vaistinių melisų lapų medžiagoms yra būdingas **raminamasis ir vidurių pūtimą mažinantis poveikis**.
- Šių vaistažolių **raminamasis** poveikis **patvirtintas** tyrimų *in vivo* duomenimis.
- Vaistinių melisų lapai tradiciškai **vartojami kaip sudedamoji raminaujų ir miegą skatinančių augalinių preparatų dalis**.
  
- Pipirmėčių lapų veikliosios medžiagos **mažina virškinimo trakto lygiųjų raumenų spazmus, skatina tulžies išsiskyrimą ir mažina vidurių pūtimą**.
- Pipirmėčių lapų **kartu su valerijonų šaknimis tradiciškai būna raminaujų augalinių preparatų sudėtyje**.



# PERSEN. FARMAKOLOGINĖS SAVYBĖS, IV

- Kombinuoto preparato sudėtyje esantys vaistinis valerijonas, vaistinė melisa ir pipirmėtė **papildo vienas kito poveikį.**
- Šis preparatas sukelia **švelnų raminamąjį poveikį**, todėl tinka laikinos nedidelės nervinės įtampos (kaip dieninis raminamasis preparatas psichinės įtampos, neramumo, susijaudinimo atveju) ir (arba) laikinai pasunkėjusio **užmigimo lengvinimui**
- Pagal **PSO rekomendacijas**, PERSEN veiksmingumo įrodymų lygis atitinka IIb tipo (B laipsnio) lygį 😊



# Išvados:

- Depresija, nerimo sutrikimai, nemiga – dažni susirgimai, pavojingi sveikatai
- Trūksta psichoterapinio gydymo, judėjimo, pozityvaus užimtumo
- Vartojami vaistai (BZD, migdomieji) gali sukelti priklausomybę, turi daug nepageidaujamų reiškinių, jų skyrimas apribotas trukme
- Antidepresantai – efektyvūs, tačiau galimas jų neavartojimas, nebendradarbiavimas (dažniausiai dėl nepageidaujamų reiškinių)
- Nuo seno vartojami augaliniai preparatai – saugūs, patikimi ir pakankamai efektyvūs gydant nesunkius psichikos sutrikimus
- PERSEN – augalinių vaistų atstovas, esantis VVKT registre, su PSO veiksmingumo įrodymais

Dėkoju už dėmesį 😊

ALGIRDAS DAMBRAVA

VU PSICHIATRIJOS KLINIKA

d.algirdas@gmail.com