

doi: 10.21518/1561-5936-2020-1-2-3-38-39

# Первая помощь при нервозности и перевозбуждении

Юлия Прожерина, к.б.н., Ирина Широкова, «Ремедиум»

Тревога, чувство внутреннего напряжения, раздражительность – одни из наиболее часто встречающихся жалоб среди пациентов [1]. Наряду с психологической помощью, для устранения стрессовых реакций в повседневной жизни рекомендовано назначение медикаментозной терапии [2]. Валокордин остается у пациентов одним из наиболее востребованных препаратов, помогающих справиться со стрессом и устранить его вегетативные проявления.

**Ключевые слова:** тревога, стресс, вегетативная дисфункция, Валокордин

## First aid for nervousness and overexcitement

Yuliya Prozherina, Cand. of Sci. (Bio.), Irina Shirokova, Remedium

Anxiety, sense of distress, irritability is some of the most common complaints among patients [1]. Along with psychological aid, the prescription of pharmacological therapy is recommended to overcome stress reactions in daily life [2]. Valocordin remains one of the most popular drugs in patients, which helps handle stress and eliminate its vegetative manifestations.

**Keywords:** anxiety, stress, vegetative dysfunction, Valocordin

Тревожные расстройства широко распространены среди населения, особенно среди жителей мегаполисов, живущих в напряженном ритме. На протяжении жизни отдельные симптомы тревоги или различные тревожные расстройства выявляются примерно у 50% людей. Клинически значимая тревога встречается у 5–7% людей в общей популяции и более чем у 25% пациентов, наблюдающихся у врачей общей практики [1].

Ученые из Кембриджского университета, проанализировав 48 научных обзоров за период с 1990 по 2010 г., пришли к выводу, что общее количество людей с тревожными расстройствами неизменно составляло около 4 на каждые 100 человек. Почти десятый (10,9%) взрослый с заболеванием сердца был подвержен генерализованному тревожному расстройству (ГТР). Причем у женщин ГТР встречалось в два раза чаще, чем у мужчин. Кроме того, женщины с заболеваниями сердца, онкологией и беременные оказались тревожнее по сравнению с мужчинами.

У каждого сотого из общей популяции было выявлено обсессивно-компульсивное расстройство (ОКР), связанное с возникновением навязчивых идей и стремлений.

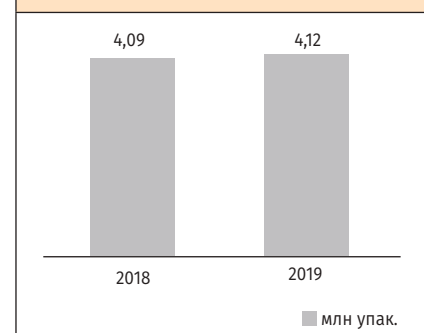
Выяснилось, что ОКР в два раза чаще встречается у беременных. Другой интересный факт заключался в том, что молодые мужчины и женщины (моложе 35 лет) страдали от тревоги несоразмерно больше по сравнению с более старшей возрастной группой. Также исследование показало, что у жителей Западной Европы и Северной Америки уровень тревоги оказался выше, чем у других народов [2].

Особенностью тревожных расстройств является их полисистемность. Другими словами, они проявляются целым комплексом симптомов, среди которых выделяют психические, соматические и вегетативные. В качестве психических проявлений тревожных расстройств чаще всего выступают всевозможные опасения (боязнь неудачи, ощущение волнения и др.). Таким людям также свойственны беспокойство по мелочам, ощущение напряженности, скованность, суетливость, неспособность расслабиться, невозможность сконцентрироваться, быстрая утомляемость, страхи, навязчивые мысли и пр. Среди вегетативных (соматических) проявлений тревоги – потливость, холодные и влажные ладони, сухость во рту, ощущение

«кома» в горле, чувство нехватки воздуха, напряжение и боль в мышцах, а также тошнота, понос, боль в животе, головокружение, снижение либидо и др. [1].

Хронические тревожные расстройства требуют назначения специальной фармакотерапии с учетом тяжести состояния и диагноза. В то же время для коррекции реакций на обыденные стрессовые события, сопровождающиеся снижением адаптивных возможностей, наиболее часто применяются седативные средства. К ним относится препарат Валокордин, представленный на рынке России уже более 20 лет

**РИСУНОК.** Динамика продаж препарата Валокордин в России, млн упак.



Источник: розничный аудит IQVIA

и являющийся одним из лидеров по объему продаж среди средств своей категории<sup>1</sup>.

Несмотря на долгую историю применения, он не только не теряет своей востребованности, но и удерживает стабильный спрос. Так, по итогам 2019 г. в нашей стране было реализовано свыше 4 млн упаковок этого препарата. При этом, что особенно важно, Валокордин сохраняет положительную динамику продаж в натуральном выражении (рис.).

Широкая популярность Валокордина связана с его комплексным эффектом, который достигается благодаря комбинированному составу. В состав препарата Валокордин входят фенобарбитал (18,4 мг/мл), этилбромизовалерианат (18,4 мг/мл), а также мятное и хмелевое масло. Фенобарбитал используют для устранения нервного напряжения. При условии правильной дозировки капли обеспечивают легкий снотворный эффект, способствуют быстрому засыпанию и спокойному сну. Этилбромизовалерианат регулирует состояние ЦНС, помогает человеку преодолеть приступы паники, тревоги, страха, способствует снятию чрезмерной эмоциональной возбудимости. В целом действие препарата направлено на состояния возбуждения, сопровождающиеся выраженными вегетативными реакциями и легкими нарушениями сна.<sup>2</sup> В целом действие препарата направлено на различные проявления стресса, тревожные состояния, вегетативную дисфункцию, легкие нарушения сна, повышенную возбудимость и раздражительность [1, 3].

Валокордин выпускается во флаконах по 20 мл. Обычно препарат применяют по 15–20 капель 3 раза в день<sup>2</sup>. При правильном применении и следовании инструкции препарат, как правило, хорошо переносится даже при длительном использовании. Концентрация фенобарбитала минимальна, а флакон с плотной капельницей позволяет правильно соблюдать дозировку, даже находясь в нервном состоянии. Препарат нельзя применять, находясь за рулем транспортных средств. Только при отклонении от инструкции, превышении продолжительности приема и дозировок может возникнуть привыкание, в т. ч. с формированием синдрома зависимости от седативных средств [3].

Кардиологи и неврологи давно применяют Валокордин в практике симптоматического лечения вегетативной дисфункции при стрессогенных ситуациях. Использование этого препарата в составе комплексной терапии может быть эффективным при вегетативных расстройствах, ассоциированных с острым и хроническим стрессом [3].

<sup>1</sup> По данным IQVIA, Валокордин входит в топ-5 ЛП в группе EphMRA «N05B – Снотворные и седативные средства» в стоимостном выражении по итогам 2019 г.

<sup>2</sup> Инструкция по применению к препарату Валокордин.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Шавловская О.А. Терапия тревожных состояний. Медицинский совет. 2019;(6):42–46. doi: 10.21518/2079-701X-2019-6-42-46.
2. Открытие: женщины и молодежь склонны к тревожным расстройствам. Режим доступа: [http://www.meddaily.ru/article/07Jun2016/jenmol\\_tr](http://www.meddaily.ru/article/07Jun2016/jenmol_tr). Дата обращения: 18.02.2020.
3. Куташов В.А. Современный подход к терапии вегетативных расстройств у пациентов в стрессогенных условиях. Медицинский совет. 2018;(18):92–95. doi: 10.21518/2079-701X-2018-18-92-95.



- Возможность индивидуального выбора дозы
- Удобная капельница
- Производится в Германии<sup>1</sup>

## Валокордин®:

### СКАЖИ НЕВРОЗУ «НЕТ»

КАПЛИ ДЛЯ ПРИЕМА ВНУТрь  
С 18 ЛЕТ<sup>1</sup>

МОЖЕТ ПРИМЕНЯТЬСЯ  
У ПАЦИЕНТОВ  
ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО,  
КАРДИОЛОГИЧЕСКОГО,  
ГИНЕКОЛОГИЧЕСКОГО  
И НЕВРОЛОГИЧЕСКОГО  
ПРОФИЛЕЙ<sup>2,3</sup>



Р/П N012893/01 от 11.01.2010

• Способствует облегчению острых симптомов стресса (раздражительность, беспокойство, страх) и вегетативных нарушений<sup>1–3</sup>

• Оказывает седативное, снотворное и спазмолитическое действие<sup>1,2</sup>

• Не влияет на когнитивные функции, хорошо переносится и не вызывает привыкания<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Необходимо следовать инструкции по медицинскому применению во избежание развития зависимости.  
<sup>2</sup> Инструкция по медицинскому применению лекарственного препарата Валокордин®. Рег. уд. №: П N012893/01 от 11.01.2010. 3. Куташов В.А. Современный подход к терапии вегетативных расстройств у пациентов в стрессогенных ситуациях // Медицинский совет. 2018. № 18. С. 92–95. 4. Полов В.В., Новикова И.А. Психологические основы здоровья человека. Учебное пособие. – Санкт-Петербург: СпецЛит, 2017. – 303 с.

Краткая инструкция по медицинскому применению лекарственного препарата Валокордин®

Торговое название препарата: Валокордин®. Лекарственная форма: капли для приема внутрь. Фармакологическая группа: седативное средство. Код АТХ: N05CM. Показания к применению: функциональные расстройства сердечно-сосудистой системы (в том числе кардиалгия, синусовая тахикардия), неврозы, сопровождающиеся раздражительностью, беспокойством, страхом, бессонница (затруднение засыпания), состояния возбуждения, сопровождающиеся выраженными вегетативными реакциями. Противопоказания: повышенная чувствительность к любому из компонентов препарата, выраженные нарушения функции почек и/или печени, беременность, период лактации, детский возраст до 18 лет. Побочное действие: как правило, хорошо переносится даже при длительном применении. В отдельных случаях в дневные часы могут наблюдаться сонливость и легкое головокружение. Взаимодействие с другими лекарственными средствами: при одновременном применении с седативными средствами – усиление эффекта. Одновременное применение с нейролептиками и транквилизаторами усиливает, а со стимуляторами центральной нервной системы – ослабляет действие каждого из компонентов препарата. Условия отпуска из аптек: без рецепта. Полная информация о препарате содержится в инструкции по медицинскому применению.

ООО «Кревель Мойзельбах»  
Москва, ул. Летниковская, дом 10, строение 4.  
Тел.: +7 (495) 966-00-93

**KrewelMeuselbach**™

<https://krewelmeuselbach.ru/valocordin/>

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ