Университеттің 55 жылдығына арналған «**Сәкен тағылымы -8»** атты Республикалық ғылыми – теориялық конференция **материалдары // Материалы** Республиканской конференции «**Сейфуллинские чтения – 8**», посвященной 55-летию университета. – 2012. – Т.1 (преподаватели и магистранты). – С. 68-70

МАГНЕ В6 В ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ПРАКТИКЕ

Идрисова Б.А.

Человеческий организм – саморегулирующаяся система, которая обладает свойством поддерживать гомеостаз (постоянство внутренней среды) и приспосабливаться к окружающим условиям существования. Восстановление способности организма к саморегуляции является основополагающим фактором в патогенетической терапии.

Патологические состояния могут быть обусловлены действием на организм необычных или, наоборот, обычных для него факторов, но исключающих возможность адекватных физиологических адаптивных реакций (микроорганизмы, яды, радиация, электрическое воздействие, чрезмерно высокие или низкие температуры, сильные механические воздействия, избыток или недостаток в пище необходимых веществ, гипоксия, эмоциональные стрессы). При воздействии этих факторов в организме формируется комплекс ответных реакций, определяющих достижение адаптации.

Цена адаптации равна степени активности метаболических процессов, плацдармом для которых является клетка. Нарушение энергетического обмена клеток является ведущим фактором патогенеза различных заболеваний. Главными условиями развития энергетического дефицита являются недостаток кислорода и значительное повреждение митохондрий, в которых синтезируется основной носитель энергии – аденозинтрифосфат (АТФ). Эти изменения особенно значительны при гипоксических состояниях и энергетическом дефиците, поэтому борьба с гипоксией должна входить в комплексную патогенетическую терапию. В данном аспекте интересным с практической точки зрения является применение магнийсодержащих препаратов.

Дефицит магния проявляется разнообразными клиническими симптомами и синдромами, которые можно сгруппировать по нарушениям основных функций магния.

Первая группа заболеваний обусловлена участием магния в ферментах по обслуживанию энергетических реакций – обмена углеводов и АТФ. Поэтому недостаток магния сопровождается повышенной утомляемостью (умственной и физической) при обычных нагрузках, неадекватным теплообменом (быстрая истощаемость энергоресурсов, зябкость).

Вторая группа заболеваний связана с нарушением электрической возбудимости клетки. При дефиците ионов Mg2+ нарушается их обмен на мембране клеток, электрическая возбудимость клеток повышается и клетка становится перевозбудимой.

Третья группа нарушений функций магния связана с его структурообразующей ролью в медиаторном обмене:

• во-первых, магний образует участки в структуре ряда рецепторов (NMDA-, AMPA-рецепторов к ацетилхолину, норадреналину и дофамину);

• во-вторых, магний необходим для нормального обмена нейромедиаторов (катехоламинов, тирозина, дофамина, норадреналина, серотонина, γ-аминомасляной кислоты).

Эта группа причин ведёт к депрессии, нарушению координации движений, внимания, памяти, настроения, участвует в развитии эпилепсии, аутизма, всевозможных фобий и маний.

К долговременным последствиям дефицита магния относится развитие артериальной гипертензии, сердечно-сосудистой патологии, повышенный риск инфаркта миокарда, инсульта мозга, атеросклероза (потенцируется дефицитом пиридоксина), диабета.

Норма содержания магния в сыворотке крови у взрослых – 0,75–1,26 ммоль/л. Однако уровень магния в сыворотке крови может сохраняться в нормальных пределах даже при снижении общего количества магния в организме на 80 % благодаря высвобождению микроэлемента из депо костей.

Методы коррекции дефицита магния включают в себя диетические мероприятия и фармакотерапию, дефицита пиридоксина – в основном фармакологическую коррекцию. В терапии клинических проявлений магниевого дефицита применяются органические соли магния в виде пидолата и лактата магния в сочетании с пиридоксином (Магне В6).

Учитывая, что алиментарный дефицит магния встречается наиболее часто, при составлении рекомендаций по питанию следует учитывать не только количественное содержания магния в продуктах питания, но и его биодоступность. Так, свежие овощи, фрукты, зелень (петрушка, укроп, зелёный лук и т. д.), орехи нового урожая обладают максимальной концентрацией и активностью магния. При заготовке продуктов для хранения (сушка, вяление, консервирование и т. д.) концентрация магния снижается незначительно, но его биодоступность резко падает. Поэтому летом, когда в меню много свежих фруктов, овощей и зеленолистных пищевых растений, частота встречаемости и глубина дефицита магния уменьшается.

Следует уделять большое внимание составу потребляемой воды. Применяемые методы очистки питьевой воды неблагоприятно влияют на баланс магния, калия, кальция и других эссенциальных микроэлементов.

Назначение терапии Магне B_6 положительно сказывается на состоянии пациентов и позволяет лучше справляться с хроническими стрессами и адаптироваться к ним. Терапия является особенно актуальной у пациентов, живущих в условиях современного мегаполиса и испытывающих длительный эмоциональный стресс с клиническими проявления, которые врачи-терапевты традиционно рассматривают как проявления нейроциркуляторной дистонии или конституциональной формы синдрома вегетативной дистонии.