

## Сезон пікніків. Як зберегти здоров'я?



Війна є надзвичайним психологічним подразником для людини та суспільства. Ми не маємо природного імунітету, здатного захистити від стресу. Втім, існують правила і практики, які дозволяють навчитися спокійніше сприймати ситуацію. І цим зберегти фізичне здоров'я та душевну рівновагу. Навчитися надавати підтримку собі — особливо важлива навичка під час війни.

Ситуація, у якій ми всі сьогодні опинилися, не є типовою. Ніхто не знає напевно, коли завершиться війна. Тому всі ми маємо навчитися жити під час війни й бути ефективними. Стан стресу — це відірваність від реальності. Стан адаптації дає нам можливість раціонально приймати рішення та ефективно діяти відповідно до ситуації.

Психологи однакові в тому, що безперервне життя та «заземлення» допомагають українцям перейти зі стану стресу в стан адаптації. Щоб повернути собі відчуття базової безпеки, варто за можливості повертати у своє життя звичні ритуали із мирного життя.

Психологи наголошують, що не потрібно відмовляти собі у святі та зустрічі з рідними за одним столом. Це, навпаки, може покращити ваш емоційний стан і дати більше ресурсу для роботи, волонтерства чи допомоги армії.

Для збереження психологічного здоров'я людина потребує позитивних емоцій, таких як радість, гумор і задоволення від смачної їжі. В теплі весняні дні багато хто з нас традиційно прагне провести на природі.

Довгоочікувана тепла погода відкриває сезон відпочинку на природі, сезон пікніків. Соковите м'ясо, приготоване

**ЦЕ ЦІКАВО!**

Численні дослідження показали, що прогулянки на природі позитивно впливають на ділянки мозку, що протидіють стресу. Проведення лише 60 хвилин спілкування з природою може допомогти значно знизити рівень гормону стресу, згідно з дослідженням, опублікованим у журналі *Molecular Psychiatry* в вересні 2022 року [1].

A small illustration of a woman with blonde hair, wearing a red dress and a blue jacket, walking a small white dog on a leash. The illustration is positioned to the right of the text in the 'ЦЕ ЦІКАВО!' box.

на багатті та гарна компанія допомагають відволіктися від турбот пов'язаними з бойовими діями і отримати позитивні емоції. Але всі ці задоволення можуть бути перекреслені, якщо не дотримуватися правила безпеки, перебуваючи на пікніку та не слідкувати за почуттям міри.

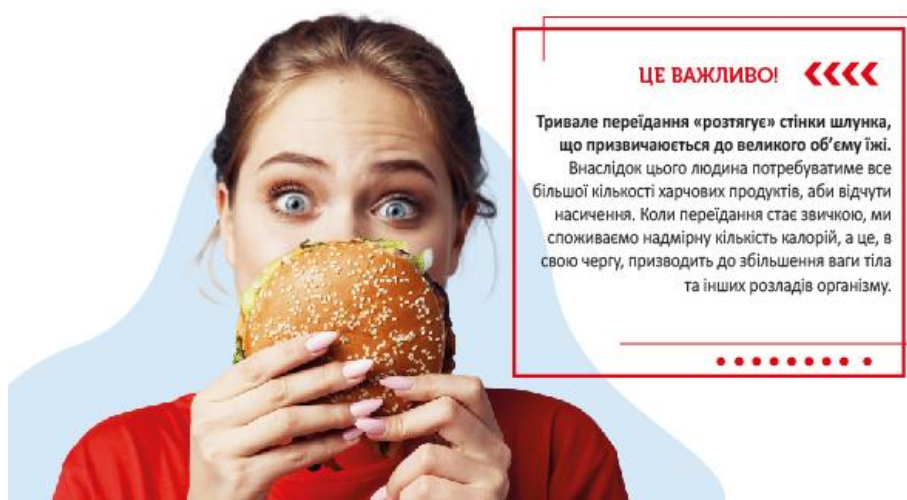
Дискомфорт чи відчуття переповнення шлунку, біль, печія, нудота, зміна характеру випорожнень — далеко не повний перелік симптомів, спричинених переїданням, вживанням алкоголю та продуктів, що містять великий вміст жирів та клітковини.

Саме з початком сезону пікніків різко збільшується частота відвідувань аптеки в пошуках дієвих ліків для боротьби з симптомами розладів органів травлення. У людей з хронічними захворюваннями дані симптоми періодично виникають протягом багатьох років, тому дана категорія пацієнтів часто оминає прийом лікаря і одразу звертається до провізора, щоб швидше отримати ліки та полегшити прояви хвороби.

### Як боротися з симптомами переїдання?

За приємним спілкуванням ми часом втрачаємолік кількість смачних наїдків. В першу чергу, надмірне споживання їжі та запивання її алкоголем або солодкою газованою водою — це удар по шлунково-кишковому тракту (ШКТ). Відповідно, це все може призвести до ряду дискомфортних станів:

- біль в животі;
- важкість в шлунку;
- нудота, з можливим блюванням;
- порушення стільця (від закрепу до діареї);
- печія;
- метеоризм;
- сонливість;
- задишка (після значного переїдання).



В основі цих симптомів лежить порушення моторики ШКТ та закидання кислого вмісту шлунку у стравохід (рефлюкс). Симптоми переїдання виникають внаслідок:

- вживання великого об'єму їжі, що перерозтягує шлунок;
- вживання жирної та багатої на клітковину їжі, яка перетравлюється довше;
- переповнений шлунок може стимулювати закидання вмісту шлунку в стравохід і ротову порожнину, що і викликає печію та регургітацію [2].

Враховуючи патогенетичний механізм виникнення симптомів переїдання, для зменшення цих проявів слід використовувати препарати, які нормалізують перистальтику та зменшують кислотність. Однією з найпопулярніших комбінацій в клінічній практиці є одночасне застосування прокінетика **Моторикс** та антацида **РемМакс-КВ** від **АТ «КИЇВСЬКИЙ ВІТАМІННИЙ ЗАВОД»**.

Прокінетики — лікарські речовини, що стимулюють рухову активність ШКТ. Їм належить ключова роль в комплексному лікуванні багатьох патологій органів травлення. Прокінетики швидко усувають клінічні прояви порушень моторної та евакуаторної функцій шлунка, кишечника та стравоходу. Вони скорочують терміни перебігу захворювань органів травлення, а отже, покращують самопочуття хворого та якість його життя.

Діючою речовиною препарату **Моторикс** є домперидон — антагоніст дофаміну з протиблювотними властивостями. За хімічною структурою він належить до похідних бензimidазолу, проте, на відміну від інших прокінетиків, які мають неселективну дію, домперидон не проникає через гематоенцефалічний бар'єр. Це периферійно діючий селективний антагоніст допаміну, який блокує D2-рецептори в центральній і периферичній нервовій системі без центральних побічних ефектів [3], таких як екстрапірамідні розлади, запаморочення, сонливість, головний біль, депресія. Домперидон нормалізує моторику ШКТ шляхом [4]:

- підвищення тону нижнього стравохідного сфінктера;
- прискорення евакуації вмісту шлунку;
- поліпшення антродуоденальної моторної синергії;
- зменшення симптомів нудоти, гикавки, блювання.



**ВИ ЗНАЛИ?**

**»»»» ЦЕ ВАЖЛИВО!**

Результати численних досліджень свідчать, що **домперидон є більш ефективним прокінетиком**, у порівнянні з іншими (ітопрідом, акотіамідом) [7] та більш безпечним з відносно невеликою кількістю побічних ефектів [8–10].

За результатами численних досліджень, проведених у різних країнах, печія — один із найрозповсюдженіших симптомів. За останніми даними, поширеність печії серед населення визначена на рівні 14-17%. Серед вагітних цей показник набагато вищий і складає близько 45%

.....

Блокуючи D2-рецептори в центральній нервовій системі, домперидон усуває нудоту. Протиблювотний ефект зумовлений зниженням активності хеморецепторних тригерних зон, розташованих поза межами гематоенцефалічного бар'єра на дні четвертого шлуночка. Пригнічуючи вплив дофаміну, домперидон збільшує

тонус нижнього стравохідного сфінктера, активує перистальтику стравоходу і антрального відділу шлунка, що дає змогу ефективно лікувати печію та відригування. Домперидон активує спонтанну активність шлунка, внаслідок чого ефективно усуває відчуття раннього насичення. Препарат також збільшує частоту, амплітуду і тривалість скорочень дванадцятипалої кишки та зменшує час пасажу харчових мас по тонкій кишці, що сприяє усуненню здуття живота [5, 6].

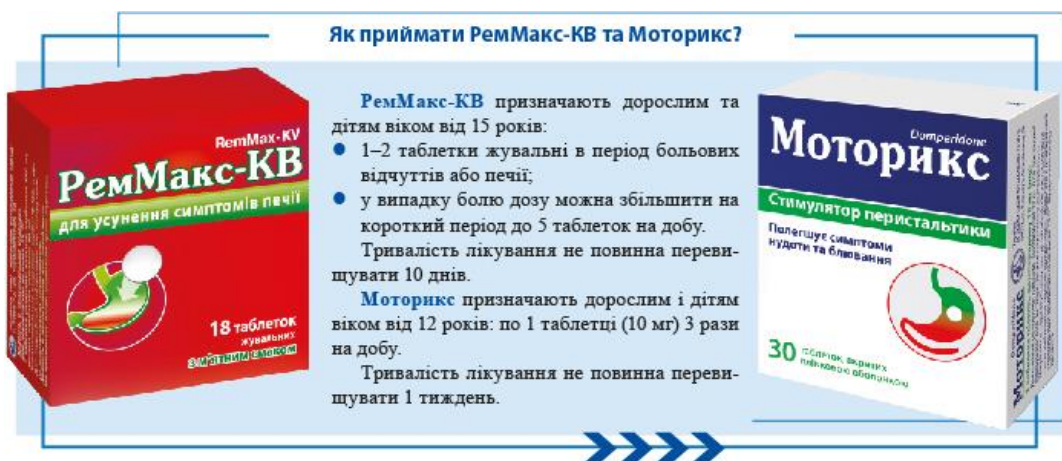
Домперидон не впливає на шлункову секрецію, тому для зменшення кислотності необхідно підібрати інший препарат — антацид. Саме тому комбінація прокінетика та антацида є найулюбленішою серед лікарів. Антациди є найбільш швидкодіючими антисекреторними засобами, ефект яких відмічається вже через кілька хвилин після прийому. Саме швидкість дії є головним критерієм у виборі препаратів для полегшення симптомів для пацієнта. Комбінований препарат **РемМакс-КВ** — це сучасний та високоефективний антацид, який має ряд своїх переваг. До складу препарату входить 680 мг карбонату кальцію та 80 мг карбонату магнію. Завдяки цій вдалій комбінації двох речовин спостерігається тривала та сильна нейтралізуюча активність **РемМакс-КВ**.

Основними ефектами **РемМакс-КВ** є:

- взаємодія з соляною кислотою шлункового соку, що приводить до зниження її активності;
- зменшення подразнюючого впливу шлункового соку на слизову шлунку;
- підвищення внутрішньошлункового рН до 4–5, що сприяє кращому травленню.

Також слід зазначити, що **РемМакс-КВ** випускається у формі жувальних таблеток з приємним м'ятним, апельсиновим або малиновим смаком. Таке розмаїття смаків задовольняє бажання найвибагливішого пацієнта.

**Як приймати РемМакс-КВ та Моторикс?**



**РемМакс-КВ** призначають дорослим та дітям віком від 15 років:

- 1–2 таблетки жувальні в період больових відчуттів або печії;
- у випадку болю дозу можна збільшити на короткий період до 5 таблеток на добу.

Тривалість лікування не повинна перевищувати 10 днів.

**Моторикс** призначають дорослим і дітям віком від 12 років: по 1 таблетці (10 мг) 3 рази на добу.

Тривалість лікування не повинна перевищувати 1 тиждень.

### Весна — період загострень хронічних хвороб!

**Міжсезоння** — час загострень захворювань шлунково-кишкового тракту. Лікарі відмічають, що у весняний період кількість звернень пацієнтів з проблемами шлунково-кишкового тракту збільшується приблизно на третину. Навесні хтось тримає православний піст, хтось худне до літа, обмежуючи себе, але так чи інакше практично всі відзначають весняні свята. Великоднє святкування, перші пікніки з шашликами — це майже завжди стрес для

травної системи. Велика кількість жирної їжі, особливо після обмежень, може викликати загострення захворювань жовчного міхура. Гострий приступ холециститу зазвичай відбувається на тлі латентно плинного хронічного процесу, в основі якого лежить дискінезія жовчних шляхів. Через надмірне чи недостатнє скорочення жовчного міхура жовч надходить у дванадцятипалу кишку неправильно. В результаті порушується процес травлення їжі. Дискінезію жовчних шляхів необхідно починати лікувати якомога раніше, щоб не спровокувати можливі ускладнення, такі як панкреатит, холецистит, жовчнокам'яна хвороба та цілий ряд захворювань.

До основних симптомів порушення моторики жовчовивідних шляхів відносять:

- біль в області правого підребер'я і епігастральній ділянці різної інтенсивності;
- здуття живота (метеоризм);
- відрижку і присмак гіркоти у роті;
- підвищення слиновиділення;
- диспепсичні явища (діарею, закрепи, нудоту, блювоту);
- загальні симптоми (слабкість, порушення психоемоційного фону, головний біль, прискорене серцебиття, озноб).

Основними причинами дискінезії жовчовивідних шляхів є вегетативна дисфункція, патологія жовчного міхура та патологія інших органів травлення. Тому лікування дискінезії жовчовивідних шляхів завжди комплексне та спрямовується на усунення першопричин та наслідків виявлених порушень. Важливе місце в лікуванні дисфункції жовчного міхура займають жовчогінні, які безпосередньо впливають на гепатобіліарну систему та зменшують прояви основних симптомів. Проте, слід пам'ятати, що пацієнти часто мають супутні розлади з порушенням моторики травного тракту. Тому протягом багатьох років лікарі в Україні використовують ефективну комбінацію препаратів **Артіхол** та **Моторикс** виробництва **АТ «Київський вітамінний завод»**.

**Артіхол** є популярним рослинним препаратом на основі артишоку, що має жовчогінні властивості. Безперечною перевагою фітопрепаратів на основі артишоку є їх м'яка дія на організм у порівнянні з синтетичними холеретиками.

### Як Артіхол впливає на організм людини?

**Артіхол** чинить виражену жовчогінну дію (як холеретик, так і холекінетик), що дозволяє призначати його при різних формах дискінезій жовчного міхура та жовчовивідних протоків. При використанні препарату посилюється холерез (прибавка в жовчоутворенні близько 30%), прискорюється метаболізм холестерину, підвищується дезінтоксикаційну функцію печінки. Тому використання фітопрепарату впливає не тільки на моторику жовчовивідних шляхів, а також є важливою ланкою в патогенетичному лікуванні при багатьох хворобах печінки, підшлункової залози та біліарного тракту [11].



Властивості **Артихолу** обумовлені дією комплексу біологічно активних речовин, що входять до складу листя артишоку польового: аскорбінова кислота, каротин, вітаміни В1 і В2, інулін, каротин, цинарин, фенокислоти та біофлавоноїди. За рахунок великого вмісту біологічно активних речовин **Артихол** має широкий спектр дій:

- жовчогінну;
- гепатопротекторну;
- гіполіпідемічну;
- сечогінну;
- антиоксидантну.



#### »»» ЦЕ ВАЖЛИВО!

Артишок є компонентом середземноморської дієти. Було проведено низку досліджень, в яких виявлено, що **екстракт артишоку позитивно впливає на ліпідний профіль людини**. Мета-аналіз даних рандомізованих досліджень за участю 702 пацієнтів свідчить про значне зниження концентрації загального холестерину в плазмі, холестерину ліпопротеїдів низької щільності (ЛПНЩ) і тригліцеридів. Таким чином, додавання екстракту артишоку було пов'язане зі значним зниженням ризику серцево-судинних подій [12].

У зв'язку з тим, що уповільнення моторики біліарного тракту сприяє зміні складу жовчі, нормалізація її є важливою для профілактики жовчнокам'яної хвороби. Під впливом Артихолу знижується вміст холестерину в крові, а також збільшується в печінці синтез білків та фосфоліпідів. Тому застосування препарату при холестеринівому літіазі є особливо важливим при жовчнокам'яній хворобі на тлі аліментарно-конституційного ожиріння.

Важливо відмітити, що **Артихол** містить екстракт артишоку у дозуванні 200 та 400 мг в одній таблетці. Ці дозування досить зручні як для дорослих, які можуть приймати подвійну дозу в одній таблетці і зменшити кількість прийнятих ліків за добу, так і для дітей. **Артихол**, що містить екстракт артишоку у дозуванні 200 мг, можна використовувати для лікування дискінезії у дітей з 6-річного віку.

#### **Небезпека навколо нас: як не зіпсувати здоров'я під час пікніків?**

У весняно-літній період частішають випадки спалахів гострих кишкових інфекцій та харчових отруєнь. Підвищена температура навколишнього середовища сприяє поширенню збудників, які викликають захворювання на кишкові інфекції та харчові отруєння.

Основною причиною виникнення гострих кишкових інфекцій є елементарне недотримання правил особистої гігієни, технології приготування страв, умов та термінів зберігання продуктів, вживання неякісних харчових продуктів, які містять в собі збудник захворювання.

Також слід бути уважними щодо споживання великої кількості ранніх овочів, яких з'являється все більше на полицях в супермаркетах та ринках. Після довгої зими організму людини бракує вітамінів, проте потрібно пам'ятати, що ранні тепличні овочі містять набагато більше нітратів, ніж пізні.

Шкідливими для здоров'я є продукти окиснення нітратів, що утворюються безпосередньо в організмі під впливом мікрофлори шлунково-кишкового тракту. Нітрити добре всмоктуються в шлунку та кишечнику, швидко попадають в кров і розносяться по всьому організму, саме тому при надходженні в організм людини нітратів в дозах, які перевищують допустимі, виникає клінічна картина отруєння та спостерігається загострення хронічних хвороб органів травлення.

В цілому, симптоми харчового отруєння досить специфічні, а перші симптоми можуть проявлятися вже через 2-3 години після їжі:

- рясне виділення слини;
- діарея;
- нудота та блювання;
- біль в животі та спазм;
- здуття живота;
- погіршення загального самопочуття, інколи підвищення температури тіла та озноб.

Більшість випадків харчового отруєння протікають легко й самі собою проходять через кілька днів. На цей період найважливіше — підтримати організм і компенсувати нестачу рідини, електролітів, які організм втрачає з частим рідким стільцем і блювотою. Одним з обов'язкових складових комплексної терапії харчового отруєння є проведення правильної ентеросорбції та відновлення мікрофлори кишечника.

**Ентеросорбенти** — препарати медичного призначення, що володіють високою сорбційною ємністю, не руйнуються в шлунково-кишковому тракті та здатні зв'язувати екзо- і ендogenous речовини та сприяють їх виведенню з організму. Ці сполуки бувають різними за своїм походженням: синтетичними та природними. Перевага в лікуванні отруєнь надається препаратам, що відносяться до групи природних ентеросорбентів. Вони максимально ефективно та безпечно допомагають в лікуванні різноманітних отруєнь, а також кишкових інфекцій та інтоксикацій.

**»»»» ЦЕ ВАЖЛИВО!**

**Нітрат** — це сіль або ефір азотної кислоти, які застосовуються в якості добрива та у виробництві. Нітрати забезпечують ріст рослин, але завелика їх кількість, яка накопичується в овочах, а потім потрапляє в організм людини, шкодить здоров'ю.



З давніх часів людству відомі засоби, що зв'язують отрути і токсини при отруєннях. Так, **активоване вугілля застосовували ще за часів Гіппократа (близько 460 р. до н. е.), у Стародавньому Єгипті та Китаї.** Лікарі того часу не до кінця розуміли принцип дії цих речовин на організм, але зауважували, що застосування дає сприятливий ефект.



Результати досліджень продемонстрували, що дієта з високим вмістом целюлози сприяє перистальтиці кишечника через регуляцію кишкового гомеостазу та нервової стимуляції кишечника. Таким чином, **дієта збагачена целюлозою або добавки целюлози сприяє поліпшенню моторики кишечника [14].**



Систематичний огляд виявив докази того, що лактулоза ефективна для покращення частоти та консистенції стільця як у дорослих, так і у дітей [15].

нагнітає калові маси й стимулює перистальтику. Таким чином забезпечується швидша евакуація з організму калових мас разом з адсорбованими токсинами;

- **лактuloза** — відомий пребіотик, який ефективно відновлює баланс мікрофлори в кишечнику й тим самим сприяє швидкому відновленню травної функції.

Систематичний огляд виявив докази того, що лактулоза ефективна для покращення частоти та консистенції стільця як у дорослих, так і у дітей [15].

Комбінована дія трьох компонентів сприяє очищенню кишечника від шкідливих речовин і росту корисної мікрофлори. Біонорм нетоксичний, не всмоктується і м'яко діє тільки в просвіті шлунково-кишкового тракту, не пошкоджуючи його. Тому він рекомендований для лікування отруєння як у дорослих, так і у дітей. За рахунок безпечної дії ентеросорбент можна використовувати тривало, до нормалізації стану.

**Біонорм необхідно приймати за 1–1,5 години до або після їжі за наступною схемою:**

- дорослим і дітям старше 12 років — по 2–3 таблетки 3 рази на день;
- дітям у віці 6–12 років — по 1–2 таблетки 3 рази на день;
- дітям у віці 3–6 років — по 1 таблетці 3 рази на день.



Серед величезної групи ентеросорбентів потрібно виділити препарат **Біонорм** виробництва **АТ «Київський вітамінний завод**, який відрізняється унікальним комплексним потрійним складом. Він ефективно виводить та зв'язує токсичні речовини, стабілізує роботу травної системи, при цьому не впливає на всмоктування вітамінів та мікроелементів та покращує життєдіяльність нормальної кишкової мікрофлори.

До складу препарату **Біонорм** входять три речовини, важливі для нормальної роботи кишечника:

- **лігнін** — органічна речовина, яка відноситься до класу корисних нерозчинних харчових волокон. Він ефективно всмоктує токсичні сполуки, але не вбирає вітаміни, мінерали та інші поживні речовини [13];
- **целюлоза** — особливий тип клітковини, який створює ефект насичення води в товстій кишці. Це, в свою чергу,





Також слід відмітити, що після епізоду отруєння, тривалого неправильного харчування, після загострень хронічних захворювань ШКТ пацієнтів тривалий час можуть турбувати такі неприємні симптоми як здуття живота або метеоризм. Ці симптоми пов'язані з порушенням роботи органів травлення різної етіології та змінами в мікробіомі кишечника.

У здорової дорослої людини в шлунку і кишечнику міститься близько 1 літра газів, що утворюються переважно в результаті життєдіяльності мікроорганізмів мікрофлори кишечника. При метеоризмі обсяг виведеного газу може досягати трьох і більше літрів. Неприємний стан при метеоризмі супроводжується відрижкою, гикавкою, почуттям важкості, почуттям розпирання в животі, нападами переймоподібних болів, що зникають після відходження газів.

Симптоми досить неприємні і різко погіршують самопочуття людини і впливають на повсякденну активність, тому люди нерідко звертаються за допомогою в боротьбі з симптомами надмірного газоутворення до лікаря або до провізора в аптеку. Для симптоматичного лікування метеоризму можна використовувати засоби, що перешкоджають утворенню газів у кишечнику. До них відносяться так звані піногасники на основі симетикону.

Ця лікарська група відпускається без рецепту та ефективно усуває здуття шлунка та полегшує відходження газів. Чудовим представником даної групи препаратів є **Афлетин** виробництва **АТ «Київський вітамінний завод»**, який надійно усуває метеоризм.



В основі лікарського засобу є речовина симетикон (125 мг в 1 капсулі), що є нетоксичною, інертною, поверхнево-активною і кремнійорганічною сполукою, що володіє властивостями піногасника. Симетикон змінює поверхневий натяг слизу, що утворює ці бульбашки, внаслідок чого газ, що знаходиться в бульбашці, вивільняється. Симетикон не змінює своєї структури та властивостей під дією окислювачів та високих температур, резистентний до будь-яких мікроорганізмів, не порушуючи мікробіоценоз кишечника, не всмоктується через кишкову стінку, не впливає на роботу печінки, нирок і виводиться з організму у незміненому вигляді. Симетикон ніяк не впливає на обмін білків, жирів або вуглеводів, не порушує всмоктування вітамінів, мінералів та мікроелементів. Симетикон є безпечним препаратом, що вже протягом багатьох років застосовується для симптоматичного лікування метеоризму.

### ЦЕ ВАЖЛИВО!

Симетикон є одним з найкращих препаратів, що використовується для передопераційної підготовки кишечника. В багатьох рандомізованих дослідженнях було підтверджено, що саме пероральний симетикон значно зменшує газоутворення, що є основою в якійній підготовці кишечника, впливає на швидкість інтубації сліпої кишки та збільшує частоти виявлення аденоми чи поліпа кишечника [16].



Лікарський засіб **Афлетин** рекомендований для симптоматичного лікування порушень з боку шлунково-кишкового тракту дорослим та дітям віком від 12 років по 1 капсулі 3 рази на добу.

За необхідності лікарський засіб можна приймати тривалий час.

Як допоміжний засіб — при проведенні діагностичних досліджень: по 1 капсулі 3 рази на добу за день до дослідження і ще 1 капсулу вранці в день його проведення.

Отже, в арсеналі **АТ «Київський вітамінний завод»** є широкий вибір препаратів для лікування захворювань органів травлення. Всі препарати мають доведену ефективність в клінічній практиці багатьох лікарів з різних куточків України та підтверджену ефективність в наукових роботах. Продукція **АТ «Київський вітамінний завод»** має ряд переваг, серед яких:

- **висока якість** — ліки виготовляють з використанням високоякісних субстанцій відомих європейських фірм;
- **доступна ціна** — ліки від українського виробника **АТ «Київський вітамінний завод»** відпускаються за ціною в рази менше, ніж закордонні аналоги;
- **доведені ефективність та безпека** — ефективність та безпечність ліків була неодноразово підтверджена в ході багатьох досліджень.

В такі нелегкі часи для українців турбуйтеся про свій психологічний стан, не відмовляйте собі у радощах, зустрічайтеся з рідними за святковим столом, насолоджуйтеся пікніками на природі в колі друзів, а **АТ «Київський вітамінний завод»** потурбується про ваше здоров'я.

#### Література:

1. Sudimac S, Sale V, Kühn S. How nature nurtures: Amygdala activity decreases as the result of a one-hour walk in nature. *Mol Psychiatry*. 2022. doi: 10.1038/s41380-022-01720-6
2. 4 Ways to Stop Digestive Discomfort After a Supersized Meal. <https://healthblog.uofmhealth.org/digestive-health/4-ways-to-stop-digestive-discomfort-after-a-supersized-meal>
3. Ткач С. М. Прокинетики в лечении пациентов с функциональными расстройствами желудочно-кишечного тракта // *Здоров'я України*. — 2019. — № 4. — С. 11.
4. Dolina J, Hep A, Kunovský L, Konečný Š. Prokinetics and their use in gastroenterology. *Prokinetika a jejich využití v gastroenterologii*. *Vnitr Lek*. 2018;64(6):673-678.
5. Farmer A. D., Bruckner-Holt C., Schwartz S., Sadler E., Kadirkamanthan S. Diabetic gastroparesis: perspectives from a patient and health care providers // *Journal of patientcentered research and reviews*. — 2019. — Vol. 6 (2). — P. 148. doi: 10.17294/2330-0698.1689.
6. Koch K. L., Hasler W. L., Yates K. P. et al. Baseline features and differences in 48-week clinical outcomes in patients with gastroparesis and type 1 vs type 2 diabetes // *Neurogastroenterology & Motility*. — 2016. — Vol. 28 (7). — P. 1001 — 1015. doi: 10.1111/nmo.12800.
7. Yang YJ, Bang CS, Baik GH, et al. Prokinetics for the treatment of functional dyspepsia: Bayesian network meta-analysis. *BMC Gastroenterol*. 2017;17(1):83. Published 2017 Jun 26. doi:10.1186/s12876-017-0639-0.

8. Daboul I., Taleb N., Alkheshen M., Abell T.L. Domperidone decreases the average daily insulin requirement in patients with diabetic gastropathy. *Neurogastroenterol Motil.* 2000;12:480.
9. Van Roeden S.E., Belle-van Meerkerk G., van Tuyl S.A., van de Ree M.A., Muller A.F. Domperidone and the risk of sudden cardiac death. *Ned Tijdschr Geneesk.* 2013;157(45):A6770.
10. Ortiz A., Cooper C.J., Alvarez A., Gomez Y., Sarosiek I., McCallum R.W. Cardiovascular safety profile and clinical experience with high-dose domperidone therapy for nausea and vomiting. *Am J Med Sci.* 2015;349(5):421-424. doi: 10.1097/MAJ.0000000000000439.
11. Ben Salem M, Affes H, Ksouda K, Dhouibi R, Sahnoun Z, Hammami S, Zeghal KM. Pharmacological Studies of Artichoke Leaf Extract and Their Health Benefits. *Plant Foods Hum Nutr.* 2015 Dec;70(4):441-53. doi: 10.1007/s11130-015-0503-8. PMID: 26310198.
12. Sahebkar A, Pirro M, Banach M, Mikhailidis DP, Atkin SL, Cicero AFG. Lipid-lowering activity of artichoke extracts: A systematic review and meta-analysis. *Crit Rev Food Sci Nutr.* 2018;58(15):2549-2556. doi: 10.1080/10408398.2017.1332572. Epub 2017 Aug 24. PMID: 28609140.
13. The synthesis and absorption dynamics of a lignin-based hydrogel for remediation of cationic dye-contaminated effluent, *Reactive and Functional Polymers*, Vol. 106, 2016, P 137-142. ISSN 1381-5148, <https://doi.org/10.1016/j.reactfunctpolym.2016.07.016>.
14. Xie, Tao, Jin, Fa, Jia, Xiaokun, Mao, Hengxu, Xu, Yuting and Zhang, Shizhong. «High cellulose diet promotes intestinal motility through regulating intestinal immune homeostasis and serotonin biosynthesis» *Biological Chemistry*, vol. 403, no. 3, 2022, pp. 279-292. <https://doi.org/10.1515/hsz-2021-0216>
15. Bharucha AE, Pemberton JH, Locke GR 3rd. American Gastroenterological Association technical review on constipation. *Gastroenterology.* 2013 Jan;144(1):218-38. doi: 10.1053/j.gastro.2012.10.028. PMID: 23261065; PMCID: PMC3531555.
16. Cao RR, Wang L, Gao C, Pan JH, Yoshida EM, Li HY, Qi XS. Effect of oral simethicone on the quality of colonoscopy: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *J Dig Dis.* 2022 Mar;23(3):134-148. doi: 10.1111/1751-2980.13084. Epub 2022 Mar 14. PMID: 35075814.

# ДЛЯ ЗАХИСТУ ШЛУНКОВО-КИШКОВОГО ТРАКТУ!



Жовчогінна дія та  
гепатопротекція



Ефективно покращує  
моторику



Швидке усунення  
симптомів печії



Сорбція та нормалізація  
мікрофлори кишківника



При порушенні газоутворення  
та метеоризмі

Регістраційне посвідчення МОЗ України: РемМакс-КВ - №  
ІА/11462/01/01 з 27.02.2020; Артїхол - №ІА/5343/01/01 з  
19.07.2016; Моторікс - №ІА/3797/01/01 з 14.11.2019;  
Афлетин - №ІА/17176/01/01 від 24.01.2019;  
Біонорм - висновок державної санітарно-епідеміологічної  
експертизи №05.01.02-04/54379 від 14.09.2014, Т.7  
13.8-3525-1827-000-2011.



КИЇВСЬКИЙ ВІТАМІННИЙ ЗАВОД  
*Якість без компромісів!*

Інформація про лікарський засіб, призначена для  
розповсюдження серед медичників і фармацевтичних  
підприємств.

Виробник: АТ «Київський вітамінний завод»  
Майданівщина, Україна, 09073, м. Київ, вул.  
Калинівська, 35.