

Серия статей, написанных  
специалистами в области  
болезней печени

## Женщины и Гепатит С: диетические добавки, принимаемые женщинами

Люсинда Портер,  
Дипломированная Медсестра

*Вирус гепатита С (ВГС) поражает как мужчин, так и женщин всех этнических групп. В США его распространение немного преобладает среди мужчин. И хотя большинство инфицированных скорее умрут с гепатитом С, чем от него, это заболевание является сложным и трудно поддающимся лечению. Женщины, живущие с гепатитом С, сталкиваются с рядом проблем, отличных от тех, с которыми сталкиваются мужчины.*

Некоторые больные принимают лекарственные растения и диетические добавки. Ваш врач должен знать обо всех травах и добавках, которые Вы принимаете, даже если Вы думаете, что он не одобряет этот вид лечения. Травы и добавки на первый взгляд кажутся привлекательными, однако, приём некоторых из них может нанести вред. Некоторые травы

обладают гепатотоксичностью, то есть, способны вызвать отравление печени. Поэтому люди, инфицированные гепатитом С, должны избегать приёма трав или быть с ними крайне осторожными. Лекарства, травы и диетические добавки иногда взаимодействуют друг с другом, что может привести к самым разным проблемам со здоровьем. Людям с декомпенсированным циррозом печени приём трав запрещён.

До настоящего времени нет информации о том, насколько безопасно принимать травы и диетические добавки во время лечения от гепатита С. Не ясно, могут ли травы взаимодействовать с противовирусным лечением и влиять на его результат. И пока нет надёжных результатов, подтверждающих обратное, самый надёжный способ не навредить – избегать приёма трав и диетических добавок до окончания лечения.

*Никогда* не принимайте высокие дозы витаминов, минеральных и других добавок без консультации с врачом, желательно, специалистом по болезням печени.

**Поливитамины и минералы** - Выбирайте составы, с низким содержанием железа, или совсем не содержащие железа, если только Ваш врач не считает, что Вам необходимы железосодержащие добавки. Не принимайте дополнительные дозы только потому, что Вам кажется, что это необходимо. Больше -- не значит лучше. Никогда не принимайте больше 25,000 МЕ витамина А. Лучший способ получать больше витаминов – придерживаться специальной диеты.

**Кальций** - Если Вы не превышаете рекомендованной дневной дозы, кальций, скорее всего, не повредит печени. Обсудите с врачом, какая доза подходит для Вас.

***Cimicifuga racemosa (лат.)*** – это растение одобрено престижной германской Комиссией Е для облегчения предменструального синдрома, болезненных месячных и климактерических симптомов. В Австралии, однако, с этим растением связывают три тяжёлых случая гепатита. В двух

из этих случаев потребовалась трансплантация печени. В описанных случаях *simicifuga racemosa* применялась в смеси с другими компонентами, поэтому не все специалисты согласны с тем, что именно это растение привело к нарушению работы печени. Наиболее общим симптомом был дискомфорт в области желудка. *Simicifuga racemosa* не следует принимать беременным и кормящим женщинам. Также не ясно, насколько безопасен его приём при эндометриозе, раке груди и матки. Это растение может взаимодействовать с рядом лекарств, других трав и диетических добавок.

**Дальнейшую информацию о гепатите С, а также о коинфицировании гепатитами В и С, Вы можете получить на сайте [www.hcvadvocate.org](http://www.hcvadvocate.org).**

**• Странички фактической информации  
Проекта Поддержки Больных Гепатитом С •**

Исполнительный Директор  
и Главный Редактор HCSP  
Publications  
Алан Францискус

Дизайнер  
Пола Фенер

Производство  
С.Д. Мазофф, PhD

Контактная информация:  
Hepatitis C Support Project  
PO Box 427037  
San Francisco, CA 94142-7037  
[alanfranciscus@hcvadvocate.org](mailto:alanfranciscus@hcvadvocate.org)

Сведения, представленные

в страничках фактической информации направлены только на то, чтобы помочь Вам лучше понять ВГС, и не имеют целью дать Вам медицинский совет. Всем инфицированным ВГС для диагностики и лечения следует обращаться к врачу.

Информация предоставлена Проектом Поддержки Больных Гепатитом С • некоммерческой организацией по просвещению, защите и поддержке больных с гепатитом С • © 2005 • Перепечатка разрешается поощряется со ссылкой на Проект.

**Простые С-факты (на русском языке)**

- Что такое Гепатит С? (What is Hepatitis C?)
- 100 Человек (100 People)
- Алкоголь и HCV (Alcohol)
- Тест на Антитела (Antibody Test)
- Биопсия (Biopsy)
- Коинфекция ВИЧ и ВГС (HIV/HCV Coinfection)
- Диета (Diet)
- Чувствуете усталость? (Feeling Tired)
- Генотип (Genotype)
- Десять полезных для здоровья привычек (Get Healthy)
- Лекарственные растения и витамины (Herbs and HCV)
- иммунная система (The Immune System)
- Печень (The Liver)
- Натуральные средства и альтернативная медицина (Alternative and Natural Medicine)
- обмен инъекционных игл (Needle Exchange)
- пирсинг (Piercing)
- Профилактика (HCV Prevention)
- Ribavirin - предупреждение (Ribavirin Warning)
- Секс и Гепатит С (Sexual Transmission)
- Гепатит С и сон (Sleep and HCV)
- Татуировки (Tattoos)
- Лечение (Treatment)
- Вирусная нагрузка (Viral Load)
- Что такое АЛТ? (What is ALT?)
- Что такое Цирроз печени? (What is Cirrhosis?)
- Кому говорить? (Whom Do I Tell?)