

ВЛИЯНИЕ СОЛОДКИ НА ГОРМОНАЛЬНЫЙ ФОН

Научный руководитель: **Шукурова Дилором Бахадировна**

Студентка: **Зайниддинова Мохина Саиджоновна**



Аннотация: Солодка (*Glycyrrhiza glabra*) – лекарственное растение, широко применяемое в медицине благодаря своим противовоспалительным, иммуномодулирующим и антиоксидантным свойствам. Однако активное соединение солодки – глицирризиновая кислота – оказывает значительное влияние на гормональный фон, особенно на кортизол и половые гормоны. В данной статье рассматривается влияние солодки на эндокринную систему, механизм её действия, возможные побочные эффекты и области применения в медицине.

Ключевые слова: солодка, гормональный фон, кортизол, эстроген, тестостерон, эндокринная система, фитотерапия.

Abstract: Licorice (*Glycyrrhiza glabra*) is a medicinal plant widely used for its anti-inflammatory, immunomodulatory, and antioxidant properties. However, its active compound, glycyrrhizic acid, has a significant effect on hormonal balance, particularly cortisol and sex hormones. This article explores the impact of licorice on the endocrine system, its mechanism of action, potential side effects, and medical applications.

Keywords: licorice, hormonal balance, cortisol, estrogen, testosterone, endocrine system, phytotherapy.

Annotatsiya: Sassiqliyona (*Glycyrrhiza glabra*) o'zining yallig'lanishga qarshi, immunomodulyator va antioksidant xususiyatlari bilan tibbiyotda keng qo'llaniladigan dorivor o'simlikdir. Biroq, uning faol moddasi – glitsirrizin kislotalari – gormonal muvozanatga, ayniqsa kortizol va jinsiy gormonlarga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Ushbu maqolada sassiqmiyonaning endokrin tizimga ta'siri, uning ta'sir

mexanizmi, mumkin bo'lgan nojo'ya ta'sirlari va tibbiyotdagi qo'llanilishi ko'rib chiqiladi.

***Kalit so'zlar:** sassiqmiyona, gormonal muvozanat, kortizol, estrogen, testosteron, endokrin tizim, fitoterapiya.*

ВВЕДЕНИЕ

Солодка (*Glycyrrhiza glabra*) – одно из наиболее популярных лекарственных растений, используемых в традиционной и современной медицине. Она широко применяется для лечения заболеваний дыхательной системы, пищеварительного тракта, а также в качестве адаптогена. Однако исследования последних лет показали, что регулярное употребление солодки оказывает значительное влияние на эндокринную систему, особенно на уровень кортизола и половых гормонов.

Основное активное вещество солодки – глицирризиновая кислота – обладает способностью ингибировать фермент 11β -гидроксистероиддегидрогеназу 2 типа (11β -HSD2), который отвечает за превращение активного кортизола в неактивный кортизон. Это приводит к повышению уровня кортизола в организме, что может оказывать как положительное, так и отрицательное влияние на здоровье.

В данной статье рассмотрены механизмы влияния солодки на гормональный фон, ее положительные и отрицательные эффекты, а также потенциальные медицинские применения.

1. Биохимический состав и активные вещества солодки

Солодка содержит множество биологически активных соединений, среди которых выделяются:

- Глицирризиновая кислота – основное соединение, ответственное за влияние на эндокринную систему.
- Флавоноиды (ликвиритигенин, изоликвиритигенин) – обладают антиоксидантными и эстрогеноподобными свойствами.

- Сапонины – усиливают секрецию слизи, улучшают работу дыхательной системы.

- Фитоэстрогены – соединения, которые могут взаимодействовать с эстрогеновыми рецепторами и модулировать гормональный баланс.

2. Влияние солодки на кортизол и стресс

2.1. Механизм влияния на кортизол

Глицирризиновая кислота ингибирует фермент 11 β -HSD2, который превращает кортизол в кортизон. Это приводит к увеличению уровня активного кортизола в организме, что может иметь следующие последствия:

- Повышенное артериальное давление за счет задержки натрия и воды.
- Снижение уровня калия, что может вызвать мышечную слабость.
- Увеличение уровня глюкозы в крови, что важно для больных диабетом.

2.2. Положительные и отрицательные эффекты

Положительные:

- Может использоваться в качестве адаптогена для поддержки организма при хроническом стрессе.
- Повышает работоспособность и снижает усталость.

Отрицательные:

- Длительное употребление может привести к развитию гипертонии.
- Возможны нарушения водно-электролитного баланса.

3. Влияние солодки на половые гормоны

3.1. Влияние на эстроген

Солодка содержит фитоэстрогены, которые могут взаимодействовать с эстрогеновыми рецепторами. Это приводит к следующим эффектам:

- У женщин солодка может повышать уровень эстрогена, что полезно при менопаузе.
- Может использоваться при синдроме поликистозных яичников (СПКЯ).
- В больших дозах может подавлять овуляцию.

3.2. Влияние на тестостерон

Исследования показывают, что солодка снижает уровень тестостерона у мужчин, так как она угнетает фермент 17β -гидроксистероиддегидрогеназу, который участвует в синтезе тестостерона. Это может быть полезным при лечении заболеваний, связанных с избытком андрогенов, но негативно сказывается на мужской фертильности.

4. Возможные побочные эффекты и противопоказания

Хотя солодка обладает множеством полезных свойств, ее употребление может вызвать побочные эффекты:

- Гипертония – за счет задержки натрия и воды.
- Гипокалиемия – снижение уровня калия в крови.
- Снижение либидо у мужчин – из-за подавления синтеза тестостерона.
- Нарушение менструального цикла у женщин при длительном употреблении.

Противопоказано употребление солодки людям с:

- Гипертонией.
- Хроническими заболеваниями почек.
- Беременным женщинам (из-за влияния на гормоны).

5. Медицинские применения солодки

Несмотря на возможные побочные эффекты, солодка используется в медицине для лечения различных заболеваний:

- При заболеваниях дыхательных путей (бронхит, астма).
- При стрессовых расстройствах (адаптогенное действие).
- При СПКЯ и гормональных нарушениях у женщин.
- При кожных заболеваниях (экзема, псориаз) за счет антиандрогенного эффекта.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Солодка – мощное лекарственное растение, оказывающее влияние на гормональный фон за счет содержания глицирризиновой кислоты и

фитоэстрогенов. Она может повышать уровень кортизола, модулировать уровень эстрогенов и снижать уровень тестостерона. Хотя солодка обладает значительными лечебными свойствами, ее длительное употребление требует осторожности из-за возможных побочных эффектов.

В дальнейшем исследования влияния солодки на эндокринную систему помогут более точно определить оптимальные дозировки и сферы применения этого растения в медицине.

Ссылки

https://medaboutme.ru/articles/ekstrakt_solodki_kogda_lekarstvo_stanovitsya_yadom/

<http://textovod.com/unique/link?url=https%3A%2F%2Fxn-----elccadjfufrrggzrbgwpwq9z.xn--p1ai%2Flaparoskopiya-pri-zhenskom-besplodii%2F&key=5f655a99ecddef647c10f16826c55c6f>