



MD 222 Z 2010.06.30

REPUBLICA MOLDOVA



(19) Agenția de Stat
pentru Proprietatea Intelectuală

(11) **222** ⁽¹³⁾ **Z**

(51) Int. Cl.: *A61K 31/683* (2006.01)
A61K 36/41 (2006.01)
A61K 36/53 (2006.01)
A61K 36/28 (2006.01)
A61K 36/888 (2006.01)
A61K 36/484 (2006.01)
A61K 36/15 (2006.01)
A61K 36/87 (2006.01)
C01B 13/00 (2006.01)
A61P 25/28 (2006.01)

(12) **BREVET DE INVENȚIE
DE SCURTĂ DURATĂ**

(21) Nr. depozit: s 2009 0223 (22) Data depozit: 2009.12.08	(45) Data publicării hotărârii de acordare a brevetului: 2010.06.30, BOPI nr. 6/2010
(71) Solicitant: MEREUȚĂ Ion, MD (72) Inventatori: MEREUȚĂ Ion, MD; ROTARU Ghenadie, MD; GUZUN Irina, MD; ȘVEȚ Veronica, MD (73): Titulari: MEREUȚĂ Ion, MD	

(54) Metodă de profilaxie a stresului profesional

(57) Rezumat:

1
Invenția se referă la medicină și este destinată profilaxiei stresului profesional.

Conform metodei, zilnic, în cadrul orelor de muncă, peste fiecare 55...60 min se efectuează exerciții fizice timp de 5...10 min, apoi se efectuează exerciții respiratorii cu inspirație și expirație maximă timp de 3...5 min, după aceasta *per os* se administrează o soluție care conține: 100 ml apă plată, 15 picături de soluție apoasă care conține oxigen stabilizat 240000 U/L, un amestec din extract concentrat de *Rhodiola rosea* 100 mg și zinc 5 mg și un amestec de fosfatide din semințe de

2
soia 1200 mg, ce include 420 mg de fosfatidilcolină, de asemenea, zilnic, cu 30 min înainte de somn se administrează 100 ml de apă plată, în care se dizolvă 40...50 ml de balsam care conține macerat hidroalcoolic din părți aeriene de sovârf, sunătoare, coada-șoricelului, rizomi de obligeană, frunze de izmă bună, rădăcini de lemn dulce și muguri de pin, precum și vin roșu de desert, zahăr, caramel, acid citric, vanilină și soluție hidroalcoolică, totodată cura de profilaxie constituie 3 luni.

15 Revendicări: 1

(54) Method of prophylaxis of professional stress

(57) Abstract:

1

The invention relates to medicine and is intended for the prophylaxis of professional stress.

According to the method, daily, during the working hours, every 55...60 minutes are performed physical exercises for 5...10 minutes, then are performed breathing exercises with maximal inspiration and expiration for 3...5 min, afterwards it is administered *per os* a solution containing: 100 ml of non-carbonated water, 15 drops of an aqueous solution containing stabilized oxygen 240000 U/L, a mixture containing a concentrated extract of *Rhodiola rosea* 100 mg and zinc 5 mg and a mixture containing a

2

5 complex of phosphatides of soya seeds 1200 mg, including 420 mg of phosphatidylcholine, as well as daily 30 minutes before sleep is administered 100 ml of non-carbonated water, which is diluted with 40...50 ml of balm containing hydroalcoholic tincture from aboveground parts of marjoram, St. John's wort, yarrow, sweet flag calamus rhizomes, leaves of peppermint, licorice root and pine buds, as well as red dessert wine, sugar, caramel, citric acid, vanillin and hydroalcoholic solution, at the same time the course of prophylaxis is 3 months.

Claims: 1

(54) Метод профилактики профессионального стресса

(57) Реферат:

1

Изобретение относится к медицине и предназначено для профилактики профессионального стресса.

Согласно методу, ежедневно, во время рабочих часов, через каждые 55...60 мин выполняют физические упражнения в течение 5...10 мин, затем выполняют дыхательные упражнения с максимальным вдохом и выдохом в течение 3...5 мин, после чего *per os* принимают раствор, содержащий: 100 мл негазированной воды, 15 капель водного раствора содержащего стабилизированный кислород 240000 Е/л, смесь, содержащую концентрированный экстракт *Rhodiola rosea* 100 мг и цинк 5 мг

2

5 и смесь содержащую комплекс фосфатидов соевых семян 1200 мг, включающий 420 мг фосфатидилхолина, а также ежедневно за 30 мин до сна принимают 100 мл негазированной воды, в которой разбавляют 40...50 мл бальзама, содержащего водно-спиртовой настой из травы душицы, зверобоя, тысячелистника, корневища аира болотного, листьев мяты перечной, корня солодки и сосновых почек, а также красное десертное вино, сахар, карамель, лимонную кислоту, ванилин и водноспиртовой раствор, при этом курс профилактики составляет 3 месяца.

П. формулы: 1

Descriere:

Invenția se referă la medicină și este destinată profilaxiei stresului profesional.

Stresul profesional reprezintă o preocupare majoră, atât pentru angajați, cât și pentru instituții și societate în întregime. Stresul profesional poate fi definit ca un complex de reacții fizice și emoționale distructive ce apar în cazul unei discrepanțe între cerințele de la locul de muncă și capacitatea profesională a angajatului. Stresul profesional nu trebuie confundat cu sarcinile dificile. Provocările profesiei stimulează angajații din punct de vedere psihologic și fizic, îi motivează să-și formeze noi deprinderi, să se perfecționeze profesional și sunt niște stimulente importante pentru o muncă sănătoasă și productivă.

Stresul se manifestă prin afecțiuni psihice și fizice, din cele psihice fac parte: anxietate, depresii, fobii, stare de tristețe cronică, frică, indiferență, plictiseală, neliniște, capacități de concentrare și memorare deficiente, incapacitate de rezolvare a obligațiilor profesionale și de viață, instabilitate psiho-afectivă, tensiune nervoasă, iritabilitate, impulsivitatea, agitație, agresivitate, insomnie sau somn superficial, lipsa poftelor de mâncare. Din manifestările fizice fac parte: hipertensiune arterială, accidentul cerebro-vascular (ACV), palpitații, aritmii cardiace, infarct miocardic, migrenă, hiperaciditate gastrică, gastrită hiperacidă, ulcer gastric și duodenal, sindrom de colon iritat, diabet, obezitate, dificultăți respiratorii, oboseală cronică, imunitate deficitară - sporirea riscului de infecții bacteriene, virale sau parazitare, impotență sexuală, lipsă de libidou, infertilitate la bărbați, tulburări de ciclu menstrual, frigiditate și sterilitate la femei etc.

Distribuția stresului profesional pe domenii de activitate este următoarea: servicii - 35%; producție - 21%; comerț cu amănuntul - 14%; finanțe - bănci, asigurări și imobiliare - 12%; transport și utilități publice - 9%; comerț angro - 7%. Femeile sunt cu 50% mai expuse la stresul profesional decât bărbații.

Stresul nu este o boală în sine, ci un răspuns exagerat al organismului la solicitările psihice și fizice sporite.

Este cunoscută o metodă de atenuare a stresului, care constă în autoreglarea psihică prin aplicarea unei metode de autohipnoză bazată pe repetarea multiplă a unor formule speciale [1].

Dezavantajele acestei metode constau în aceea că nu toate persoanele sunt capabile să realizeze starea de autohipnoză, manifestările psihofiziologice apărute în timpul autohipnozei nu sunt controlate de pacient, atenuarea lentă și puțin eficientă a manifestărilor de stres.

O altă metodă cunoscută de atenuare a stresului excesiv constă în dirijarea respirației, adică în schimbarea conștientă a ritmului de respirație pentru a ajunge prin aceasta la o stare de relaxare [2].

Dezavantajul acestei metode cunoscute este atenuarea lentă și puțin eficientă a manifestărilor de stres.

Mai este cunoscută o metodă de atenuare a stresului emoțional care constă în aceea că se efectuează o respirație dirijată, care include 6 acte de respirație pe minut, începând cu o inspirație profundă pe nas cu durată de 4 s, care trece imediat în expirație profundă lentă pe gură pe parcursul a 6 s, care trece imediat în faza de inspirație, concomitent se efectuează automasarea ambilor lobuli auriculari timp de 1...2 min, după care urmează o pauză de 1...2 min, ciclul se repetă de 3...5 ori pe parcursul a cel puțin 10 min [3].

Dezavantajul metodei sus-menționate constă în eficiența scăzută a acesteia în manifestările de stres.

Cea mai apropiată soluție este metoda de profilaxie a stresului profesional care constă în aceea că zilnic se efectuează exerciții fizice peste fiecare 50 min, timp de 10 min. În decursul orelor de muncă se efectuează exerciții respiratorii care constau în inspirație și expirație profundă timp de 5 min. Se recomandă de asemenea respectarea regimului alimentar, care constă în abandonarea consumului de cafea, consumând ceaiuri de tei, busuioc sau levănțică în volum de cel puțin opt pahare pe zi, precum și consumul de alimente care manifestă acțiune calmantă asupra sistemului nervos central, cum ar fi: țelina, semințe de floarea-soarelui, varză, castraveți, semințe de susan, avocado. Respectarea orelor de somn, adică un somn de 7...9 ore în fiecare noapte, plimbări la aer liber înainte de somn câte 30...60 min în fiecare seară, somnul nocturn nu mai tarziu de orele 21.00...22.00 [4].

Dezavantajul acestei metode constă în eficiența redusă, lipsa unui rezultat stabil și în necesitatea efectuării unei profilaxii permanente, deoarece în metoda de profilaxie a stresului

MD 222 Z 2010.06.30

4

profesional propusă în calitate de cea mai apropiată soluție nu acționează asupra întregului cerc patogenetic, și anume nucleul amigdalian, centrul executiv rațional al creierului.

Problema pe care o rezolvă invenția solicitată constă în elaborarea unei metode eficiente, simple în aplicare, care ar permite obținerea unei profilaxii stabile a stresului profesional.

5 Conform metodei, zilnic, în cadrul orelor de muncă, peste fiecare 55...60 min se efectuează exerciții fizice timp de 5...10 min, apoi se efectuează exerciții respiratorii cu inspirație și expirație maximă timp de 3...5 min, după aceasta *per os* se administrează o soluție care conține: 100 ml apă plată, 15 picături de soluție apoasă care conține oxigen stabilizat 240000 U/L, un amestec din extract concentrat de *Rhodiola rosea* 100 mg și zinc 5 mg și un amestec de fosfatide din semințe de soia 1200 mg, ce include 420 mg de fosfatidilcolină, de asemenea, zilnic, cu 30 min înainte de somn se administrează 100 ml de apă plată, în care se dizolvă 40...50 ml de balsam care conține macerat hidroalcoolic din părți aeriene de sovârf, sunătoare, coada-șoricelului, rizomi de obligeana, frunze de izmă bună, rădăcini de lemn dulce și muguri de pin, precum și vin roșu de desert, zahăr, caramel, acid citric, vanilină și soluție hidroalcoolică, totodată cura de profilaxie constituie 3 luni.

15 Rezultatul invenției constă în elaborarea unei metode eficiente, simple în aplicare, care manifestă un rezultat eficient și stabil de profilaxie a stresului profesional, datorită sinergismului în urma efectuării exercițiilor fizice și celor respiratorii, concomitent cu utilizarea remediilor medicamentoase reușit combinate în raportul calitativ și cantitativ revendicat: 20 OxyMax (soluție apoasă care conține oxigen stabilizat 240000 U/l, câte 15 picături de 8 ori pe zi, Rhodiolin, care reprezintă un amestec din extract concentrat de *Rhodiola rosea* 100 mg și zinc 5 mg, o capsulă de 8 ori pe zi și *Triple potency lecitin*, care reprezintă un amestec de fosfatide din semințe de soia 1200 mg, care include 420 mg de fosfatidilcolină, câte o capsulă de 8 ori pe zi - toate dizolvate în 100 ml de apă plată în combinație cu utilizarea concomitentă a balsamului tonifiant cu 30 min înainte de somn.

25 Compoziția și modul de obținere a balsamului este descris în brevetul MD 2775 G2 2006.02.28.

Pentru a depăși stresul profesional urmează să oferim organismului (și în special creierului) uneltele necesare susținerii funcționale a efortului conștient. Centrul de alarmă al creierului, nucleul amigdalian este banca memoriei afective, depozitul tuturor momentelor noastre de triumf și de eșec, de speranță ori de teamă, de indignare, frustrare sau mânie. El apelează la aceste amintiri stocate pentru a evalua evenimentele momentului conform potențialului de pericol sau de oportunitate. Răspunzător de simțul de autoconservare încă de la începutul existenței omului, în momentul identificării unei situații de criză, nucleul amigdalian amplifică acuitatea senzorială, blochează gândirea complexă și declanșează răspunsuri reflexe, automate, având o legătură strictă cu instinctul primar de supraviețuire. Pe de alta parte, centrul executiv, rațional al creierului situat în lobii prefrontali este singurul care poate opri sau diminua directivele frenetice ale nucleului amigdalian. Centrul rațional al creierului situat prefrontal este asemănător unui cod secret care stopează alarma falsă dintr-un sistem de securizare. 30 Optimizarea funcțiilor acestui centru prefrontal și acutizarea performanțelor sale este singura cale de a potenția reacția primitivă de supraviețuire inițiată de nucleul amigdalian, care fără circuitul inhibitor al centrului rațional ar pune o surdină mintii executând manevrele cele mai bine repetate, chiar dacă ele înseamnă a zbiera de furie sau a îngheța de spaimă.

45 Prin metoda revendicată de profilaxie a stresului profesional se acționează asupra verigilor patogenetice ale stresului, și anume asupra nucleului amigdalian, centrului executiv rațional al creierului, care anterior nu era antrenat în profilaxia stresului.

Metoda de profilaxie a stresului profesional se efectuează în felul următor: zilnic, în cadrul orelor de muncă, peste fiecare 55...60 min se efectuează exerciții fizice timp de 5...10 min, apoi se efectuează exerciții respiratorii cu inspirație și expirație maximă timp de 3...5 min, după aceasta *per os* se administrează o soluție care conține: 100 ml apă plată, 15 picături de soluție apoasă care conține oxigen stabilizat 240000 U/L, un amestec din extract concentrat de *Rhodiola rosea* 100 mg și zinc 5 mg și un amestec de fosfatide din semințe de soia 1200 mg, ce include 420 mg de fosfatidilcolină, de asemenea, zilnic, cu 30 min înainte de somn se administrează 100 ml de apă plată, în care se dizolvă 50 ml de balsam care conține macerat hidroalcoolic din părți aeriene de sovârf, sunătoare, coada-șoricelului, rizomi de obligeana, frunze de izmă bună, rădăcini de lemn dulce și muguri de pin, precum și vin roșu de desert,

zahăr, caramel, acid citric, vanilină și soluție hidroalcoolică, totodată cura de profilaxie constituie 3 luni.

Avantajele metodei de profilaxie a stresului profesional constau în:

- sporirea eficienței profilaxiei stresului profesional cu 36% referitor la manifestările psihice și cu 34 % referitor la manifestările fizice ale stresului profesional;
- simplitatea realizării metodei și accesibilitatea remediilor care sunt comercializate practic în orice farmacie;
- prezența unui efect puternic și stabil în cazul efectuării unei profilaxii permanente.

Oxigenul stabilizat (OxyMax 240000 U/L) acționează asupra neuronilor care sunt cei mai sensibili la lipsa de oxigen. În lipsa oxigenului se instalează hipoxie, confuzie în gândire, memorie dificilă, depresie, tensiune nervoasă, plictiseală, sensibilitate la boli mentale, epilepsie. Oxiterapia are un efect tonic nervos foarte eficient, reduce efectele unui stres prelungit, ajută în activitatea intelectuală intensă.

Triple potency lecitin (amestec de fosfatide din semințe de soia – 1200 mg ce conține – 420 mg de fosfatidilcolină) în cazul nostru constituie sursa de lecitină. Scăderea cantității de lecitină din organism conduce la demielinizarea nervilor și la funcționarea dificilă a sistemului nervos, care se soldează cu tulburări psihice: rezistență scăzută la stres, irascibilitate, depresie, dificultăți de concentrare, memorie deficitară, insomnie. Lecitina participă la transferul impulsurilor nervoase, la buna funcționare a neuronilor, stimulează toate funcțiile creierului, stimulează memoria și concentrarea, capacitatea de învățare și menținerea echilibrului emoțional.

Rhodiola (extract concentrat de *Rhodiola rosea* – 100 mg și zinc – 5 mg) contribuie la creșterea semnificativă a secreției de serotonină și secundar de dopamină, epinefrină (neurotransmițători ce intervin în procesul de adaptare la solicitări și schimbări neașteptate) la persoanele expuse la stres, scăzând în același timp efectele componentelor potențial nocive (hormonii glucocorticoizi), asigurând astfel un raport optim al acestora.

Utilizarea balsamului tonifiant conform metodei revendicate permite îmbogățirea compoziției cu micro - și macroelemente, cu acizi organici și vitamine, ceea ce, în combinație cu substanțele biologic active ale altor ingrediente, favorizează principalele procese de schimb, reglează și restabilesc activitatea tractului gastrointestinal, îmbunătățesc circulația sanguină.

Metoda de profilaxie a stresului profesional a fost testată pe un lot de 118 persoane, dintre care 48 lucrători al Ministerului Justiției (judecători și grefieri 24 și 24), care au dat acordul pentru a fi implicați în profilaxia stresului profesional, 70 de persoane din sfera bancară și un lot de persoane martor de 70 persoane, dintre care 30 lucrători din justiție și 40 din sfera bancară, în total au participat 188 persoane. Toate 188 de persoane manifestau afecțiuni psihice: anxietate, plictiseală, capacitate de concentrare redusă, impulsivitate, agitație și agresivitate, insomnie, lipsa poftei de mâncare, manifestări fizice: palpitații, migrenă, ulcer gastric și duodenal, încălărungire prematură rapidă. Lotul experimental de 118 persoane a efectuat profilaxia stresului profesional conform metodei revendicate, iar lotul martor de persoane a efectuat profilaxia stresului profesional conform metodei tradiționale descrise în soluția cea mai apropiată. Peste 3 luni la 114 persoane din lotul experimental au dispărut manifestările psihice ale stresului profesional, la 4 persoane mai persista insomnia, manifestările fizice au dispărut la 96 de persoane, la 22 s-a stopat încălărungirea, iar la 7 din cei 22 s-au diminuat manifestările gastrice ale stresului profesional. Referitor la lotul martor, manifestările psihice s-au diminuat la 37 persoane, iar cele fizice - la 15. Rezultatele obținute atestă o eficiență înaltă în profilaxia stresului profesional față de metoda descrisă în cea mai apropiată soluție. Cura de profilaxie a stresului profesional constituie 3 luni, în cazul în care manifestările psihice mai persistă, cura de tratament poate fi repetată.

MD 222 Z 2010.06.30

6

(56) Referințe bibliografice citate în descriere:

1. RU 2155076 C2 2000.08.27
2. Эверли Дж.С., Розенфельд Р. Стресс – природа и лечение. Медицина, Москва, 1985, с. 154-159
3. MD 3447 G2 2008.08.31
4. Roxana Capotescu. Stresul ocupațional, teorii, modele, aplicații. Lumen, Iași, 2006, p. 146-178.

(57) Revendicări:

Metodă de profilaxie a stresului profesional, care constă în aceea că, zilnic, în cadrul orelor de muncă, peste fiecare 55...60 min se efectuează exerciții fizice timp de 5...10 min, apoi se efectuează exerciții respiratorii cu inspirație și expirație maximă timp de 3...5 min, după aceasta *per os* se administrează o soluție care conține: 100 ml apă plată, 15 picături de soluție apoasă care conține oxigen stabilizat 240000 U/L, un amestec din extract concentrat de *Rhodiola rosea* 100 mg și zinc 5 mg și un amestec de fosfatide din semințe de soia 1200 mg, ce include 420 mg de fosfatidilcolină, de asemenea, zilnic, cu 30 min înainte de somn se administrează 100 ml de apă plată, în care se dizolvă 40...50 ml de balsam care conține macerat hidroalcoolic din părți aeriene de sovârf, sunătoare, coada-șoricelului, rizomi de obligeană, frunze de izmă bună, rădăcini de lemn dulce și muguri de pin, precum și vin roșu de desert, zahăr, caramel, acid citric, vanilină și soluție hidroalcoolică, totodată cura de profilaxie constituie 3 luni.

Șef Secție:

GROSU Petru

Examinator:

IUSTIN Viorel

Redactor:

UNGUREANU Mihail

RAPORT DE DOCUMENTARE

pentru cerere de brevet de invenție de scurtă durată conform art.52(2) a Legii nr. 50/2008

(21) Nr. depozit: s 2009 0223	(85) Data fazei naționale PCT:
(22) Data depozit: 2009.12.08	(86) Cerere internațională PCT:
Prioritatea invocată: (31) nr.: 32) data: 33) țara: (51) IPC: Int. Cl.: C01B 13/00 (2006.01), A61K 31/685 (2006.01), A61K 36/41 (2006.01), A61K 36/53 (2006.01), A61K 36/185 (2006.01), A61K 36/61 (2006.01), A61K 36/888 (2006.01), A61K 36/488 (2006.01), A61K 36/15 (2006.01), A61K 36/88 (2006.01), A61P 25/28 (2006.01) Alți indici de clasificare: Titlul: Metodă de profilaxie a stresului ocupațional (71) Solicitantul: MEREUȚĂ Ion, MD	
I. Condiția de unitate a invenției ☒ satisface ☐ nu satisface. Notă:	
II. Minimul de documente consultate: MD 1994-2009 – baza de date EA 1995-2009 – baza de date, www.eapo.org SU 1970-1991 – certificate de autor	
III. Domeniul de documentare: a) Indicii IPC (ultima redacție): Int. Cl.: C01B 13/00 (2006.01), A61K 31/685 (2006.01), A61K 36/41 (2006.01), A61K 36/53 (2006.01), A61K 36/185 (2006.01), A61K 36/61 (2006.01), A61K 36/888 (2006.01), A61K 36/488 (2006.01), A61K 36/15 (2006.01), A61K 36/88 (2006.01), A61P 25/28 (2006.01) b) Termeni caracteristici, cuvinte-cheie, sinonime: stres, profilaxie; стресс, профилактика	
IV. Documente considerate a fi relevante	
Categoria	Date de identificare ale documentelor citate si, unde este cazul, indicarea pasajelor pertinente
D, A D, A D, A D, A	1. RU 2155076 C2 2000.08.27 2. MD 3447 G2 2008.08.31 3. Эверли Дж.С., Розенфельд Р. Стресс – природа и лечение. Медицина, Москва, 1985, c. 154-159 4. Roxana Capotescu. Stresul occupational, teorii, modele, aplicații. Lumen, Iași, 2006. p. 146-178.
	Relevant față de revendicarea nr. 1 1 1 1
Categorii de documente citate	
A - document care definește stadiul anterior în general	O - document referitor la o divulgare orală, un act de folosire, la o expunere etc.
X - document de relevanță deosebită: invenția revendicată nu poate fi considerată nouă sau implicând activitate inventivă	P - document publicat înainte de data de depozit dar după data priorității invocate
Y - document de relevanță deosebită: invenția revendicată nu poate fi considerată ca implicând activitate inventivă când documentul este asociat cu unul sau mai multe alte documente de aceeași natură	T - document publicat după data de depozit sau a priorității invocate, citat pentru a pune în evidență principiul sau teoria care fundamentează invenția
E - document anterior dar publicat la data de depozit național reglementar sau după această dată	D – Document menționat în descrierea cererii de brevet
Data finalizării documentării	2010.04.22
Examinatorul	IUSTIN Viorel

736 / FC / 05.0 / A / 4 / I /