Рабинович А.М.
Рабинович С.А.
Солдатова Е.И.

Иллюстрированная энциклопедия

Целебные растения России с давних времен

научный редактор директор Всероссийского института
лекарственных и ароматических растений,
академик РАМН и РАСХН В.А.Быков

Издательство «Арнебия»
Москва, 2012

От автора:

посвящается моему внуку

Александру Сергеевичу Рабиновичу

Об авторах

Рабинович Александр Моисеевич – заслуженный деятель науки Российской Федерации, доктор фармацевтических наук, профессор ботаники, академик МАЭН и АНИРР 50 лет работает главным научным сотрудником в Государственном научном учреждении Всероссийского НИИ лекарственных и ароматических растений ГНУ ВИЛАР. Автор и соавтор более 30 монографий, книг, брошюр, буклетов и свыше 350 научных работ, 14 изобретений и 2 патентов. Награжден дипломами Российской Академии с/х наук, 7 золотыми, серебряными и бронзовыми медалями ВДНХ, ВВЦ, международным орденом «Золотой лавровый венок» и бронзовой медалью Матеуса Венгерского аграрного общества. Участвовал в работе рабочих групп международных научных обществ «Horticultural», «Eucarpia», член двух специализированных советов по защите докторских диссертаций.

Рабинович Сергей Александрович – выпускник Тимирязевской с/х академии, специалист по лекарственным и гомеопатическим растениям, соавтор двух монографий «Лекарственные растения России» (иллюстрированная энциклопедия) и «Лекарственные растения России - энциклопедия в кармане». Солдатова Елена Ивановна – выпускница Тимирязевской с/х академии, специалист по стандартизации лекарственного растительного сырья и регистрации фитопрепаратов.

Рабинович А.М., Рабинович С.А., Солдатова Е.И.

Целебные растения России с давних времен

(иллюстрированная энциклопедия)

М.: Арнебия, 2012, 654 с., 300 илл.

Настоящая иллюстрированная энциклопедия включает 309 видов лекарственных и ароматических растений, используемых в официальной и традиционной медицине России.

Расположены они в алфавитном порядке с цветными и черно-белыми рисунками. Сопровождаются растения названиями на русском и латинском языках, кратким ботаническим описанием, ареалом (распространением), историей применения и использования при лечении и профилактике многих заболеваний человека и животных (в ветеринарии). Кратко указаны способы размножения и выращивания.

Каждый вид представлен достаточно полным составом наиболее важных биологически активных веществ в различных органах растений.

Указаны лекарственные формы, фитопрепараты, сборы, способы их приготовления в официальной и традиционной медицине со ссылками на литературные источники. Список использованной литературы представлен 216 источниками. Приводятся сведения о применении представленных видов в ветеринарии, фитокосметике, гомеопатии и рецепты по использованию в быту при приготовлении из описываемых видов первых и вторых блюд, фиточаев и других продуктов.

В Приложении (на 10 стр.) приведен перечень наиболее распространенных сборов из лекарственных растений, широко применяемых в традиционной медицине на Руси с древних времен.

Настоящая монография рассчитана на самый широкий круг читателей, специалистов по поиску перспективных видов лекарственных растений для создания новых фитопрепаратов и лекарственных форм; лечащих врачей (фитотерапевтов); народных целителей; преподавателей-биологов; студентов медицинских академий, университетов, других ВУЗов; учащихся школ, центров образования, колледжей, медицинских и фармацевтических училищ.

Небольшой экскурс в историю

Изучение лекарственных растений на Руси

В настоящее время для лечебных целей используется свыше 3000 веществ, субстанции, в т.ч. фитопрепаратов. В недалеком прошлом 1/3 из них вырабатывалась из лекарственных растений.

История использования лекарственных растений имеет далекое прошлое. О целебных свойствах растений свидетельствуют памятники санскритной, европейской, китайской, греческой, латинской культур.

При расшифровке древнеегипетских иероглифов указывалось о применении растений при различных заболеваниях. Эфирные масла, бальзамы, смолы, широко применялись в Египте в виде ароматических лекарственных форм. В древнейшей библиотеке ассирийского вождя Ассурба Нипаля (около 660г. до н.э.) лекарственные травы и сведения об их применении находились на табличках, написанных клинописью.

До наших дней в медицине дошли сведения первой китайской книги о лечебных травах (2600 год до н.э.). Известный в то время врач Ли Ши Чжень (1522-1594 гг.) в своем труде «Основы фармакологии» дал подробную характеристику свыше 1500 средств, получаемых из лекарственных растений.

Первые сведения о применении лекарственных растений на Руси относятся к XIII-XV вв. В это время появились переводы книг Аристотеля и Галена. Позднее появились многочисленные травники.

Особая роль в изучении лекарственных растений древности отведена медицинской школе известного ученого и врача Абу Али Ибн Сина, представлены они в пяти томах. В его «Каноне врачебной науки» приведено 900 видов лекарственных растений и способы их употребления. На Руси изучением и использованием лекарственных растений занимались еще славянские племена о чем свидетельствуют русские летописи (IX века).

Большую роль в области траволечения принадлежит царю Алексею Михайловичу (XVIIв.).

Он учредил «Аптекарский приказ», связанный с снабжением лечебными травами царского двора и армии. Он же в 1654 г. создал первую в России медицинскую школу, в которой готовили аптекарей и военных лекарей.

Позднее его сын Петр I издал указ о создании «аптекарских огородов» во всех крупных городах России. На крестьян была наложена «ягодная повинность», включающая сбор целебных трав.

Сын русского солдата, впоследствии академик, Иван Лепехин участвовал в создании первой русской «Фармакопеи», изданной в 1798 г. на латыни и в 1802 г. переведенной на русский язык.

При рациональном комплексном использовании лекарственных средств растительного происхождения с химиотерапевтическими методами позволяет расширить возможности комплексной терапии. В ряде случаев следует уделять предпочтение лекарственным растениям.

Широко и по сей день применяют лекарственные травы в Юго-Восточной Азии. Некоторые из них давно прочно вошли в медицинскую практику многих стран Европы (раувольфия, чилибуха, женьшень и др.).

Один из авторов, Рабинович А.М., проработав в ВИЛАРе свыше 50 лет значительное время провел в странах Юго-Восточной Азии (Вьетнам, Северная Корея, Лаос, Китай); в Индии и Африке (Конго), где смог воочию убедиться о широком использовании лекарственных растений в традиционной медицине в этих странах.

В настоящее время изучением лекарственных растений в России занимается ГНУ ВИЛАР – Государственное научное учреждение Всероссийский НИИ лекарственных и ароматических растений.

Это головное научно-исследовательское учреждение в России по изучению лекарственных растений и созданию новых лекарственных растений и оригинальных фитопрепаратов из растительного сырья.

В стенах этого учреждения проводится комплекс работ от «семени до препарата».

За свою историю – в 2011 году институту исполнилось 80 лет – в нем создано и внедрено свыше 70 фитопрепаратов, введено в культуру более 60 видов лекарственных растений.

Мы хотели предупредить читателя, что материалы настоящей монографии не являются пособием для самолечения. Прежде, чем применять те или иные лекарственные формы и растительное сырье, методы лечения должны быть согласованы с лечащими врачами.

Пользуемся случаем и благодарим сотрудников Всероссийского института лекарственных и ароматических растений (ГНУ ВИЛАР), принимавших участие в сборе сведений по традиционной медицине России.

АИР ОБЫКНОВЕННЫЙ

Acorus calamus L.

Семейство ароидные – Araceae

Встречается под названиями аир болотный, аир, аир тростниковый, ир, жаер, майер, ирныи корень, касатник, лепешняк, пищалка, сабельник, татарник, татарское зелье, явр. Название происходит от греческого «acorus» - неукрашенный в связи с невзрачными цветками.

Многолетнее травянистое растение высотой до 120 см с мощным горизонтальным корневищем, толщиной до 3 см и многочисленными шнуровидными корнями. Стебель прямостоячий, несет толстое мясистое соцветие (початок), длиной до 12 см. К соцветию прилегает в виде чехла кроющий лист (покрывало) до 50 см длины. Листья очередные, линейно-мечевидные, ярко-зеленого цвета, достигают 60 см длины. Мелкие зеленовато-желтые цветки сплошь покрывают початок. Плод - кожистая, продолговатая ягода красного цвета. Размножается семенами и делением корневищ.

Цветет аир с мая до июля. Плоды, как правило, не вызревают.

Используют корневища, содержащие душистое каламусовое эфирное масло (4,8 %); гликозид акорин; дубильные вещества; витамин С (до 150 мг%); танины. В эфирном масле основные компоненты: d– камфен (7 %), d – камфора (8,7 %), борнеол (3 %), каламен (10 %).

В XV веке попал в Португалию, оттуда в Европу.

Распространен — особенно на Украине и в Литве. Встречается в Приморье по Амуру, в Восточной и Западной Сибири, в европейской части, на Кавказе, реже в Средней Азии.

О целебных свойствах аира писали Диоскорид, Гален, Авиценна. Настой корневища принимали как тонизирующее средство при угнетении нервной системы, желудочных и кишечных коликах.

В «Словаре болезней» (1832 г.) сказано: «Сей корень возбуждает силы желудка и кишок, умножая деятельность сосудов»

Об аире отсутствуют легенды, но немногим известно, что «татарское зелье» так называли аир, попал к нам еще в XIII веке вместе с татарскими завоевателями.

В Европу он проник несколько позже в 1574 году, благодаря австрийскому послу в Константинополе, отправившему ценную посылку с живыми корневищами аира в Вену в ботанический сад.

Тайну его свято сохраняли в те времена турки, поставлявшие на рынки Европы засахаренные корневища, употребляемые как лакомство.

На Ближнем Востоке его корни можно встретить на базарах вот уже свыше 4000 лет. Издавна его применяли при лечении глазных заболеваний, - отсюда понятно происхождение его названия, что в переводе с древнегреческого означало «глаз, зрачок».

На Руси приятный запах его душистых листьев использовали в культовых обрядах. На Троицу ими устилали полы в домах, церквях и даже дворах.

Разводят это водное растение делением корневищ с корнями на отдельные куски, которые закапывают во влажную землю или по окраинам водоемов, причем уровень воды над ними не должен превышать 15-20 см [191].

Аир можно выращивать и в условиях богарного земледелия. Накоплен многолетний опыт получения хороших урожаев корневищ при проведении редких поливов в полевых условиях. Лучше ранней весной в начале отрастания растений поделить корневища (длина их 10-12 см), подрезать надземные побеги и высадить корневища на глубину 15-18 см на расстоянии 35-40 см друг от друга. Расстояние междурядий 45-60 см.

В течение вегетации проводят работы по уходу: рыхление междурядий, растений в рядках, уничтожение сорной растительности, умеренный полив, подкормки органно-минеральными удобрениями.

Можно выращивать аир даже в комнатных условиях, на лоджиях. У выкопанных в природе растений на 2/3 срезают надземную часть,

режут корневища на куски с 1-2 почками, высаживают в горшки, контейнеры на глубину 2-3 см, так, чтобы почки были на поверхности почвы. Необходимы богатые гумусом почвы и подкормки минеральными удобрениями из расчета нитроаммофоски 15-20 г на 2-3 л воды [141 в]. Убирают корневища на 3-4 год.

В официальной медицине спиртовой экстракт обладает противовоспалительным и болеутоляющим действием при ахилии, поносах. Применяют его как отхаркивающее средство при заболеваниях верхних дыхательных путей.

Аир входит в состав желудочного сбора и горькой настойки.

Порошок его корневища в виде таблеток «Викалин» и «Викаир», оказывает вяжущее, противокислотное и слабительное действие. Аирное масло является составной частью «Энатина», применяемого при желчекаменной и почечнокаменной болезнях. Иногда рекомендуют аир при холецестите, гепатите, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, особенно при пониженной кислотности желудочного сока.

В быту порошок корневища аира принимают при изжоге (на кончике ножа 3 раза в день). При жевании корня усиливается рвотный рефлекс, что может быть использовано для облегчения отвыкания от курения. О целебных свойствах аира писали Диоскорид, Гален, Авиценна. Настой корневища принимали как тонизирующее средство при угнетении нервной системы, желудочных и кишечных коликах. Корневища рекомендовали жевать при эпидемии холеры, гриппа [83].

Лекарственную форму – настой корневищ готовят следующим образом: 1 столовую ложку сырья насыпают в пол-литровый термос, заливают 2 стаканами кипятка, настаивают 10-12 ч. Настой выпивают в 3 приема по 1/2 стакана за 20-40 мин. до еды. Отвар корневища получают из 10 г резаного корня на 200 мл воды, принимают по 1/4 стакана 3-4 раза в день за 30 мин. до еды. Следует помнить, что лекарственные формы аира противопоказаны при беременности [89]. Настойку корневищ (1:5) на 40 %-

ном спирте (водке) применяют по 20 капель 2 раза в день перед едой.

На Руси издавна целебные свойства этого растения связывались с наличием эфирного масла в корне и экстрактивного горького вещества. Корень использовали даже вместо импортной коры хинного дерева. При лихорадках приписывали настой или отвар корня в дозе 45 г толченного сырья на 480 мл горячей воды. Рекомендовали эту смесь раз прокипятить в закрытом сосуде, упарить, оставив 360 мл отвара. На прием давали 2 столовые ложки через каждые 2 часа.

Применяли корень в основном при плохом пищеварении, закоренелой цинге, болях в суставах, при шатании зубов, слабости десен, а также при водянке, «запорах» мочи, простудных заболеваниях («мокротном удушье»). Кроме того рекомендовали его при беляк, золотухе [90].

При водянке делали отвар из 15 г корневища на 600 мл воды, уваривали на малом огне 15 минут и принимали по 100 мл 3 раза в день за полчаса до еды. Готовили и настойку из 50 г корневища на 0,5 л водки: настаивали неделю. Принимали ее по 1 чайной ложке 3 раза в день за пол часа до еды. При выпадении волос (себорея), от перхоти голову мыли отваром корневища аира. При воспалении почечных лоханок (пиелит) рекомендовали принимать порошок корневища по 0,2-0,5 г 3 раза в день. При гонорее проводили сидячие ванны из отвара 30 г корневища на 1 л воды. Настой или отвар из 15 г корневища на стакан воды (настаивают 8 часов или кипятят 20 минут) и принимали по 1 столовой ложке 3 раза в день перед едой при гриппе. Пользуются и настойкой из 20 г корневища на 100 мл спирта или на стакан водки. Настаивали 8 дней. Принимали по 20-40 капель 3 раза в день. В ряде случаев в зубной порошок подмешивают порошок аира при альвеолярной пиорее (пародонтозе) и других разрыхленных десен, с целью укрепления зубов и десен из расчета 0,2-0,5 г на прием, чистят же зубы 3 раза в день. Аир хорошее ранозаживляющее и противовоспалительное средство. К ранам и больным местам прикладывают вату, смоченную в настойке или настое аира. При истощении принимали настой или отвар корня по 100

мл 3 раза в день за полчаса до еды, аналогичный метод использовался и при инфекционных болезнях как обеззараживающее средство; в качестве наружного средства промывали им различные язвы и раны; также присыпали раны и язвы порошком из корневищ аира. Препараты аира применяли даже при тифе и холере. Во время эпидемий, как профилактическое средство, корневища аира просто жевали и это многих спасало от тяжелых заболеваний. При различных желудочно-кишечных болезнях, язве желудка и двенадцатиперстной кишки применяли отвар или настой корневища по столовой ложке 3 раза в день или настойку по 20-40 капель 3 раза в день [116].

Порошок этого корня имеет весьма едкий вкус, однако его полезно использовать в различных зубных паст, порошков.

«Сей корень возбуждает силы желудка и кишок, умножая деятельность сосудов; производит чувство теплоты, гонит ветры, способствует отделению желчи, также и пищеварению. Он в особенности приносит пользу выздоравливающим после лихорадок, медлительных горячек, мокротных нечистот и припадков от глистов, в цинге, в золотухе, в астенических лихорадках, в удушье и в недостаточном позыве к пище. Ирный корень имеет силу противогнильную в высочайшей степени» [22].

Его дают в порошке от 10 до 20 граммов, 4 раза в день. Можно его принимать с медом, в виде «кашки» [59].

В традиционной медицине корень аира принимают внутрь при заболеваниях печении желчного пузыря, почек, различных гинекологических болезнях, подагре, ревматизме, рахите и как средство, улучшающее зрение и слух.

Наружно его применяли при гинекологических болезнях (сидячие ванны) и для мытья головы при выпадении волос. Отвар корня аира используют в качестве полоскания при ангинах, зубной боли, альвеолярной пиорее и неприятном запахе изо рта.

Кроме того из аира в аптеках готовили «Набор противоцинготный»,

который применяли в виде отвара или настоя с молодым пивом. На 2400 г корня давали 48 литров пива или сусла, ставили в погреб на 4-6 дней, пока закончится брожение, потом процеживали и пили ежедневно от 200 до 400 мл с добавлением 400 г соды. Этот рецепт применяли и при водянке и мочекаменной,почечнокаменной болезнях.

В Бухаре применялось универсальное домашнее средство из свежих корней аира. Их клали в горячую золу, потом очищали верхнюю кожицу, толкли и применяли при любых болезненных припадках.

Интересно, что татары в походах Орды при недостатке чистой воды, пили болотную воду, предварительно опустив в нее порошок корня аира. Эти свойства полезно учитывать и в наши дни [150].

Корень аира вместе с цитварным семенем в виде крепкого настоя считалось лучшим средством, изгоняющим глистов. Принимают его в виде порошка от 1,2 до 1,8г 3 и более раза в день. Детям рекомендуют делать кашку из корня 3,7-7,5 г с медом и дают по чайной ложке несколько раз в день.

В аптеках на Руси при плохой работе желудка, метеоризме, «астенических лихорадках» принимали по 0,6-1,2 г «Пряный порошок» корня с водой или белым вином. Входил корень и в «Ароматную настойку» вместе с гравилатом, горечавкой и семенами укропа.

Для лечения язв, бородавок рекомендовали из аира «Порошок травительный» [120].

Использовали и настойку аира из 60 г корня на 3–60 мл спирта. Настаивали в течение 5 дней; затем процеживали и пили по чайной ложке, разведенной в рюмке воды для улучшения пищеварения, при цинге, лечении белей.

Представляют интерес данные, что кора хины, аир, фиалковый корень и сандал красный — укрепляют десны. Чтобы сохранить зубы от гнилости, необходимо жевать порошок ирьиного корня несколько раз в течение недели.

В косметике для укрепления волос делают вначале отвар из корней и

корневищ, кипятят 10-15 мин, добавляют цветки и листья, вновь кипятят 5 мин и моют голову или делают примочки. Приводят и такой рецепт при выпадении волос: 20 г корневища аира, 20 г корня лопуха, 10 г цветков ноготков, 15 г шишек хмеля; заваривали эту смесь 1 л кипятка и смачивали голову на ночь перед мытьем [131].

Корень аира входил в «Ароматную настойку», различные горькие водки [8]. В связи с этим его следует широко использовать в ликероводочном производстве.

Тайны его питательных качеств использовали на базарах 4000 лет назад. Особенно в Турции как лакомство применяли засахаренные корневища. Распространен аир был татарами по всей Руси, от Крыма до Ливонии. Сухие корневища с приятным запахом используют для отдушки лекарств, иногда добавляют в пиво. Вместо лаврового листа кладут корень аира в компоты из свежих и сухих яблок, груш, ревеня. Варят в сиропах и засахаривают для кондитерских изделий. Часто используют в качестве заменителя имбиря и мускатного ореха [191]. Сырые отрезки корневищ аира собирают по мере необходимости. С 1 $м^2$ можно получить до 4-5 кг корневищ. Их тщательно моют в холодной воде, режут на куски 5-10 см, сушат в тени или в сушилках при 30-35 °С. Хранят в плотно закрытых банках, пакетах. Срок хранения сырья от одного до полутора лет [139].

АКАЦИЯ БЕЛАЯ

Robinia pseudoacacia L.

Семейство бобовые - *Fabaceae*

Встречается под названием: душистая акация, бучина, лжеакация, ложная акация, акация, робиния лжеакация. История последнего названия следующая.

Впервые в Европе это растение посадил садовод Людовика XIII В. Робин в 1635 г. В честь него известный систематик Карл Линней и назвал этот вид.

Листопадное дерево высотой до 35 м с коричневой корой покрытой прочными колючками и непарноперистыми листьями длиной 11-12 см, несущими от 9 до 21 продолговатых, овальных листочков, длиной 1,5-4,5 см, шириной 2 см. Цветки белые или розовые, душистые, крупные (флаг длиной 1,5-1,8 см, шириной 1,3-1,5), собраны в многочисленные, крупные, удлиненные цветоносы; поникающие кисти длиной до 17 см. Плод - боб длиной до 12 см, шириной 14 см, плоский, продолговато-линейный, с загнутым носиком на ножке. Семена гладкие, продолговато-овальные длиной 5 мм, шириной 3 мм, коричневого цвета с черными пятнышками. Размножается семенами. Цветет в мае-июне; плоды созревают в октябре-сентябре.

Родина - Северная Америка. Выращивают в садах и парках европейской части России, на Кавказе, дальнем Востоке и в Средней Азии.

В коре и стеблях содержится алкалоид робин; ситостерины, стигмастерин; дубильные вещества; в цветках - гликозид робинин и эфирное масло; в листьях - индиговый гликозид индикан; красящее вещество акацетин; каротин (до 0,21 %); в семенах (до 11 %) жирное высыхающее масло (до 11 %); в древесине и коре дубильные вещества (до 7,2 %).

Первые семена этого растения в Россию попали в 1804 г. Их впервые выписал из-за рубежа основатель Харьковского университета, профессор В.Н. Каразин.

По данным народных корреспондентов хороший лечебный эффект получали, используя наружно, спиртовую настойку цветков при радикулите, миальгии, ревматизме, тромбофлебите, отложении солей, ушибах, ранах, простуде, для рассасывания вздувшихся узлов вен. Больные места обильно смачивали настойкой и растирали. Хорошие результаты получали при параличе, когда совсем не действовали конечности.

Отвар цветков применяется при женских болезнях: заболевание матки, белях,задержке менструации. Применялись цветки и как противосудорожное средство.

В гомеопатии кора молодых ветвей рекомендуется как желудочное средство.

Следует помнить, что повышенные дозы настойки цветков или отвар коры могут вызвать отравления у животных, а вдыхание древесной пыли вредно для людей.

АКТИНИДИЯ КОЛОМИКТА

Actinidia kolomicta Maxim

Семейство актинидиевые – Actinidiaceae L.

Известно под названием амурский виноград, амурский крыжовник, дальневосточный изюм или кишмиш.

Деревянистая лиана, поднимающиеся по деревьям на высоту до 25 м. Стволы вьющиеся, ветвистые до 2 - 5 см в диаметре.

Листья очередные, до 15 см длиной и 12 шириной, обратнояйцевидные,с сердцевидным или округлым основанием, двояко-остропильчатые. Биологическая особенность вида – вначале лета листья, находящиеся в тени, становятся пурпурными, и красная часть пластинки листа отделяется от зеленой, белой каймой. Цветки белого цвета с приятным запахом, поникающие, на опушенных цветоносах, от 1 до 3. Плоды сочные, зеленого цвета, полосатые, гладкие имеют тупо-эллиптическую форму и вес от 1,5-4г, при созревании сладкие или кисло-сладкие со специфическим запахом. Внутри плода до 90 семян. В культуре одно растение дает 3-10 кг плодов. Ещё И.В. Мичуриным выведены зимостойкие сорта: Крупная Мичуринская, Клара Цеткин, Анастасия, а также Фестивальная, Дивная, Фантазия садов, Парковая, Зеленоглазка, Виноградная, Приусадебная.

Цветет на четвертый год в июне-июле; плоды созревают в августе-сентябре. Распространена в России на дальнем Востоке - в Приморском крае, южной части Хабаровского края, на Сахалине и Курильских островах. Растет преимущественно в горных кедрово-широколиственных и елово-

пихтовых лесах, на старых гарях, прогалинах, вырубках, по краям каменистых россыпей и скал. Поднимается в горы до 1800 м над уровнем моря. Ареал её охватывает Восточную Азию, Индокитай, Японию.

Размножается посевом семян в грунт на глубину 1-2 см в лунки, расстояние между которыми 1,5-2,0 м.

При вегетативном размножении используются полуодревесневшие черенки с 2-3 почками в грядках с богатой гумусом почвах. Длина черенка 10-15 см. В культуре требует опоры разного типа.

Введена в культуру в европейской части России и в других регионах, применяется в зеленом строительстве в вертикальном озеленении.

Используются сочные плоды с приятным ананасовым ароматом, содержащие иридоиды; карденолиды; тритерпиноиды; полисахариды; стероиды; алкалоиды; флавоноиды; аскорбиновую кислоту (1000-1430 мг%); сахар (4,2-9,8 мг%); β- каротин (0,25мг%), витамин Р (20-30 мг%); органические кислоты (0,78-5,0 %); пектиновые, дубильные вещества. В плодах актинидии содержатся макроэлементы: калий - 21,1, кальций -6,2, магний - 1,4, железо - 0,04мг/г. Значительное количество микроэлементов: марганец - 22,2, медь - 11,5, цинк - 12,7, селен - 0,13, бор - 0,5, йод - 0,1 мкг/г. В семенах жирное масло, витамины B_2, B_6, С, Е, РР, никотинамид (до 34 %).

По содержанию аскорбиновой кислоты приближаются к плодам шиповника и превосходит апельсин, лимон, черную смородину.

Рекомендуется применять их при авитаминозе С. В традиционной медицине Дальнего Востока плоды применяются в качестве профилактического и лечебного средства при цинге, различных кровотечениях, туберкулёзе, кариесе, коклюше, бронхите, как слабительное и противоглистовое средство. Плоды полезны при нарушениях обмена веществ, хронических и спастических запорах, при инфекционных болезнях.

В более южных районах Дальнего Востока произрастает другой вид - актинидия острая *(Acdinidia arguta L. (Sieb. et zucc) Planch tx Miq)*.

Плоды ее еще более ценные, но она менее холодостойка. Плоды актинидии употребляют в сыром, сушенном и замороженном виде. Из них готовят вкусное варенье, соки, компоты, пастилу, мармелад, детское питание, начинку для конфет.

АЛОКАЗИЯ КЛОБУЧКОВАЯ

Alocasia cucullata (Lour.) Schott.

Семейство ароидные – *Araceae*

Многолетнее травянистое растение высотой до 2,5-3,0 м. известно 70 видов многолетних клубеньковых растений. У алоказии клобучковой клубни расположены вплотную к основному материнскому клубню. Листовая пластинка широко-яйцевидная, на верхушке – коротко-заостренная, блестящая, от ярко- до темно-зеленой, полукожистая, длиной 25-40 см, шириной 8-28 см. В месте прикрепления черешка на верхней стороне листа имеется характерное вздутие. Цветут только хорошо развитые растения с большим числом листьев. Цветонос высотой 20-30 см , покрывало длиной 10-15 см и шириной 3-8 см, початок короче покрывала. Ягоды полушаровидные, 6-8 мм в диаметре.

Распространена в тропической Азии: в Индостане, Индокитае и островах до Северной Австралии. Культивируют в Индии (Бенгал), Бирме, Северном Вьетнаме, Зондских и Моллукских островах; в Бразилии, Австралии, на Таити и др.

Одно из крупнейших ароидных растений. В корневищах крахмал (20-45 %). Пищевое (овощное) растение. Корневища и молодые листья используют в вареном и печеном виде. Сок обладает обжигающими свойствами.

В традиционной медицине применяют настойку листьев при мастопотии, миомах и других видах опухолей, в том числе и злокачественных.

Лекарственную форму готовят следующим образом. Как только

появляется четвертый лист, наиболее старый из листьев начинает подсыхать и отмирать. Этот лист надо осторожно, вместе со стеблем срезать, пока он достаточно свеж и зелен; измельчить и залить 100 мл 70 %-ного спирта. именно столько требуется на лист размером с ладонь взрослого человека. Настой нужно подержать в темном прохладном месте 10 дней, процедить и принимать строго по схеме на столовую ложку воды 3 раза в день за 30 минут до еды : 1 день – по 1 капле настойки, 2 день – по 2 капли, 3 день – по 3 капли и т.д. Увеличивая дозу настойки на одну каплю ежедневно, довести прием до 52 капель (одной чайной ложки) и с этого момента принимать по чайной ложке, пока не закончится лекарство. На курс лечения требуется от 100 до 200 мл настойки. При необходимости курс повторяют (с перерывом).

АМАРАНТ ТРЕХЦВЕТНЫЙ

Amaranthus tricolor L.

Семейство амарантовые – *Amaranthaceae*

Известен только 1 вид многолетнего амаранта – Amaranthus greggii, произрастающий в устьях рек в Мексике. Различают до 900 видов амаранта.

Однолетнее растение с прямостоячим, приподнимающимся или стелющимся стеблем. В культуре достигает высоты 2 м. корень стержневой, длиной 2-3 м. стебель 1,5-3,0 м высотой, прямой, ветвистый, облиственный. Листья продолговато-эллиптические, клиновидные. Цветки в крупных соцветиях. Семена мелкие, блестящие, разной формы и окраски (от белой до черной).

Размножается семенами. Высокопродуктивная культура: с 1 га собирают 1200-1700 ц зеленой массы или 20-25 ц семян.

Посев семян производят в хорошо прогретую почву (середина – конец мая в условиях Подмосковья) на глубину 1-5 см с прикатыванием после посева.площадь питания 70х30-40 см. в начале развития сеянцев их регулярно пропалывают и прореживают. Прополки проводят каждые 7 дней (до конца августа). Хорошие результаты дают подкормки коровяком (1:5) и

золой (200 г на 10 л воды) со слабыми концентрациями минеральных удобрений. Семена созревают неравномерно, поэтому растения срезают и ставят на дозаривание (5-7 дней). Семена легко осыпаются при обмолачивании растений. Досушивают их в течение 10 дней. Для повышения всхожести семян их увлажняют и выдерживают при температуре -2+3°С в течение 40-45 дней. Растение требовательно к теплу. Оптимальная температура для его роста и развития около 26-30°С. Переносит заморозки -1-2°С, устойчиво к засухе и болезням. Может расти на кислых, песчаных и даже каменистых почвах, предпочитает легко-суглинистые и дерново-подзолистые почвы. Выведен высокопродуктивный сорт Валентина; существуют и другие сорта: Жайвир, Кармин, Рушничек, Ультра, Харьковский, Шунтук, Эльбрус.

Распространен амарант на американском континенте. На протяжении 4000 лет является одной из основных зерновых культур. Высоко ценился еще в цивилизации инков и ацтеков. Еще в XV веке последний император ацтеков получал налог семенами амаранта. История амаранта во многом трагична. До открытия Колумбом Америки зерновой амарант в течение тысячелетий был одним из основных продуктов питания индейцев Нового Света. Его пищевое значение было так же велико, как кукурузы и бобов. Однако, если эти культуры были впоследствии завезены в Старый Свет и начали там новую жизнь, то амарант был запрещен конкистадорами (как ритуальное растение ацтеков) и на долгие столетия оказался забытым.

Одним из первых попытался привлечь внимание к амаранту наш соотечественник, академик Н.И.Вавилов после поездки в Мексику в 1930 году. Но потребовалось еще 60 лет, чтобы его планы начали претворяться в жизнь. Ныне амарант в России возделывают примерно на 50 тысячах га, в основном на зеленую массу.

В последнее время культура амаранта широко возделывается в Индии, Китае, в Юго-Восточной Азии, Африке, Европе. Только в Китае эта культура в отдельные годы выращивалась на площади более 80 тысяч га. В России

внедряется медленно, но плантации амаранта появились в Оренбургской, Челябинской, Ленинградской областях.

В листьях и семенах содержится большое количество белка (до 18 %); лизина в семенах почти столько же, сколько его в сое, а по содержанию жирного масла он в 2-4 раза превосходит пшеницу. В листьях содержатся также флавоноиды, аминокислоты, макро- и микроэлементы : кальций, фосфор, железо, калий, витамины С, Е и провитамин А. В семенах масло (8 %), в котором содержится сквален (до 10 %). Из липидной фракции листьев выделено 9 каротиноидов, из которых идентифицированы α- и β-каротины и зеаксантин. Из флавоноидов выделены вещества с Р-витаминной активностью (рутин, кверцетин, трифольен) и эфиры фенолкарбоновых кислот.

Является накопителем нитратов, что иногда затрудняет применение листьев в поздний период. В тоже время, регулярное употребление амаранта улучшает обмен веществ в организме. Выводит тяжелые металлы, предохраняет от различных заболеваний, в т.ч. онкологических и связанных с облучением.

В традиционной медицине имеются сведения о применении амаранта при заболеваниях почек, неврозах, ожирении, диабете, авитаминозе и в послеоперационный период. Каждое растение – это целая аптека. Еще в эпоху средневековья писали, что амарант “очищает желудок и кишки, понижает жар“. Отвар соцветий *A.cruentus* – хорошее средство от кашля. Другой вид *A. retroflexus* применяется при кишечных коликах, запорах в качестве слабительного, при головных болях, опухолях и как кровоостанавливающее средство.

Амарант отличается антибактериальной активностью и в Пакистане применяется при дихарии и импотенции. *A. retroflexus* - при пневмонии.

Амарант великолепный – поставщик белка высшего качества, хорошо сбалансированного, легко усвояемого, полезного. Японцы сравнивают зелень амаранта с мясом кальмара. По выходу белка и незаменимым кислотам он

существенно превосходит сою, горох, люцерну, чем ценен и для животноводства.

Из него готовят много блюд, особенно за рубежом (в Европе, Азии, Америке). Овощные формы амаранта сходны со шпинатом. Но значительно превосходят его по белку. В этих странах листья широко используются для салатов, супов, гарниров. Семена амаранта по вкусу напоминают орех, а листья – салат. Стебель и свежие листья, собранные до периода цветения, используются как капуста или шпинат: из них делают салаты, гарниры, закуски. Если при консервировании огурцов добавить четвертушку или треть листа на литровую банку, огурцы до весны сохранят свежесть и упругость.

Исследователи Всероссийского НИИ лекарственных и арома-тических растений (ВИЛАР, Москва) выявили мочегонное действие амаранта и установили, что его масло эффективно при ожогах, в чем не уступает облепиховому маслу.

В США зерно амаранта используется как добавка к хлебобулочным изделиям, улучшает их питательные свойства (“амарантовый хлеб“). Приводим ряд рецептов для этого великолепного растения.

Растение широко используют в кулинарии. Приводим ряд рецептов:

- амарант тушеный: столовая ложка растительного масла, 3 ложки томатного соуса, зелень амаранта, соль, перец; потушить на слабом огне, перемешать;

- амарант запеченный: мелко порезать зеленый лук, растереть со столовой ложкой сливочного масла или маргарина, добавить взбитые яйца с солью, измельченную зелень амаранта; хорошо перемешать, выложить на смазанную маслом сковородку, жарить на плите или в духовке, до подрумянивания верха блюда;

- Амарант по-римски: зелень амаранта опустить в кипяток и кипятить 10 минут под крышкой, воду слить, зелень нарезать; распустить масло, покрошить в него измельченный чеснок, семечки подсолнечника или тыквы,

слегка прожарить и добавить зелень амаранта, томатную пасту, пряные травы; тушить до готовности, подсолить;

- блины из амаранта: 2 головки репчатого лука мелко порезать, измельчить 2 стакана зелени амаранта, добавить яйца, соль, перемешать и жарить в жиру;

- сдоба из зерен амаранта: взять поровну пшеничной муки и муки из высушенных и размолотых зерен амаранта, размешать, положить дрожжи, соль, немного меда, можно ягоды; отдельно смешать молоко, растопленное масло и взбитые яйца, соединить с тестом, размешать, но не взбивать; печь в форме в хорошо нагретой духовке 25-30 минут, пока верхняя корочка не станет золотистой.

АМОРФА КУСТАРНИКОВАЯ

Amorha fruticosa L.

Семейство мотыльковые — *Fabacea*

Листопадный кустарник высотой 1-2 (до 6) м. Молодые прутьевидные побеги ветви волосисто-опушенные. Листья крупные, ажурные, ярко-зеленые, непарно-перистые, длиной до 28 см с 11-25 листочками, реснитчатых по краю, при растирании со специфическим запахом. Цветки мелкие, собраны в густые, прямостоячие колосовидные кисти душистые, пурпурно-фиолетовые собранные в густые, вверх направленные кисти, до 15 см длиной, придают кусту нарядный вид.

Размножается семенами – путем посева на глубину 2-3 см и вегетативно – зелеными черенками, отводками, корневыми отпрысками.

Распространена в восточных и юго-восточных штатах США, в средней Азии. В России изредка встречается в средней полосе европейской части.

Культивируется почти повсеместно на Кавказе, часто в полезащитных лесополосах Предкавказья.

Используют семена, содержащие ротеноидные гликозидьг – аморфин

(0,8 %), дегидроаморфигенин (7,8 %), аморфигинин – d-глюкопиранозид, аморфигенол.

Препарат из гликозида – Фрутицин, рекомендован как успокающее средство при вегетативных неврозах, параксизмальной нейрогенной тахикардии и неврозах сердечно – сосудистой системы.

АНФЕЛЬЦИЯ СКЛАДЧАТАЯ

Ahnfeltia plicata (Huds.) Fries

Семейство филлофоровые - *Phyllophoraceae*

Морская водоросль высотой до 20 см. Слоевищё образует темно-фиолетовые дерновины из разветвленных, стелющихся и вертикальных, цилиндрических, жестких побегов до 50 см в поперечнике. Толщина побегов до 1,2 см. Размножается спорами и вегетативно (стелющимися по дну побегами, частями слоевища). Споры образуются в наружном слое бугорков (нематециев), появляющихся на поверхности ветвей. Спороносит с апреля до июня. Растет на камнях и скалах (прикрепленная форма). Наряду с ней широко используется неприкрепленная форма, свободно лежащая на песчаном или илистом грунте, выделенная в самостоятельный вид – анфельция тобучи *(A. tobuchiensis (Kanno et Matsub.) Makuenko).*

Слоевище живет 6-7, реже до 15 лет. Распространена главным образом на Дальнем Востоке в Охотском, Японском морях, а также в Белом, Баренцевом, Карском, Балтийском, Беринговом и Чукотском морях.

Используют слоевище, содержащее агар (до 28 %), состоящий из полисахаридов и обладающий высокой желирующей способностью. В золе содержится 0,73 % йода. Агар широко используется для приготовления питательных сред (микробиология, культура тканей), лекарственных форм; способствует работе перистальтики при желудочных заболеваниях, обладает послабляющим свойствами [6]. Применяется для изготовления твердеющих паст при протезировании зубов, при приготовлении

бактериологических и других сред, а также в биохимических исследованиях.

АПЕЛЬСИН СЛАДКИЙ

Citrus sinensis (L.)Osbeck

Семейство рутовые — *Rutaceae*

Встречается под названием китайское яблоко.

Многолетнее вечнозеленое древесное растение высотой 12 м. с колючими угловатыми побегами. Листья овальные, острые на верхушке, темно-зеленые, черешки узкокрылатые. Цветки до 3 см в диаметре, ароматные белого цвета. Плоды обычно до 10 см. Масса одного плода может достигать 500 г. Корка плодов оранжевая, гладкая, или шероховатая, отделяется от мякоти. Мякоть оранжевая, кисло-сладкая, разделяется на 9-13 долек. Цветет в течение всей весны; плоды созревают в течение года, не одновременно.

Одна из древнейших культур (4 тыс. лет назад) Южной и Юго-Восточной Азии, а в Китае (на его родине) выращивали за 2200 лет до н.э. В Европу завезли португальцы в XV веке. В Америку завез в 1493 г. Христофор Колумб.

В России начали выращивать в оранжереях дворца Александра Меньшикова сподвижника Петра Великого с 1714 г. в Ораниенбауме, под Санкт-Петербургом. Екатерина Великая возвела Ораниенбаум в ранг города и утвердила его герб, на котором красуется дерево апельсин на серебряном поле [32].

В мякоти плодов содержится сахар (6-8 %); кислоты (1-2 %), в основном лимонная; каротин, витамины A_1, B_1, B_2,C, PP; много солей (в т.ч. калия 197 мг%). Апельсин отличается фитоцидными свойствами. Несколько капель апельсиновой кислоты на один литр молока сохраняет его несколько недель.

В традиционной медицине сок можно использовать при лечении инфицированных ран и язв. Он хорошо утоляет жажду при лихорадочных состояниях, возбуждает аппетит, улучшает

пищеварение; отличается диетическими свойствами. При хронических запорах рекомендуют пить сок утром натощак и вечером перед сном.

Рекомендуем есть апельсин при гипертонической болезни, атеросклерозе, болезнях печени, ожирении, подагре [128].

Цитрусовые богаты витамином С и растительными веществами, обладающими защитными свойствами. Витамин С – мощный антиоксидант, защищающий организм от действия свободных радикалов, которые способствуют образованию опухолей. Диета, богатая витамином С, снижает риск возникновения рака легких, желудка, молочной железы и кишечника. Цитрусовые содержат много флавоноидов, также обладающих противораковым действием.

Рекомендуем использовать апельсины в лечебном питании:

- омлет с апельсинами готовят из 2 яиц, 60 г муки, 100 мл обезжиренного молока, 2 апельсинов, 1 чайной ложки сливочного масла; готовят омлетную смесь, взбивая яйца с мукой и молоком, добавляют мелко нарезанные апельсины; на растопленном сливочном масле пекут омлет целиком или порциями;
- паштет из апельсинов готовят из 50 г любых хлопьев, 50 г молотых орехов, 300 г апельсинов; апельсины чистят, нарезают мелкими треугольниками и смешивают с замоченными хлопьями; добавляют орехи и вновь хорошо перемешивают; раскладывают порции и посыпают сверху натертой апельсиновой цедрой;
- цукаты из апельсиновых корочек готовят из равных по массе чстей сахара и свежих, очищенных от белых волокон, апельсиновых корок; очищенные корки отваривают до мягкости 3-4 раза сливая воду и заливая холодную так, чтобы вода покрывала корки до половины; добавляют сахар и варят сироп на слабом огне до загущения; перекладывают в банки вместе с сиропом, чтобы цукаты не затвердели.

АРНИКА ОБЛИСТВЕННАЯ

Arnica foliosa Nutt.

Семейство астровые – *Asteraceae*

Многолетнее травянистое растение высотой 60-70 см с коротким корневищем, образует много облиственных надземных побегов, на концах которых многочисленные цветочные корзинки, 5-6 см в диаметре. Листья ланцетовидные, сильно жилковатые, мелкозубчатые. Все растения опушенные.

Распространена в степных районах Северной Америки. Используется в России как полноценный заменитель арники горной (*Arnica montana L.),* произрастающей на Карпатах, заготовки которой практически запрещены.

Размножается - посевом семян в грунт на глубину 1-1,5 см в борозды. Посев производят весной в богатые гумусом почвы. Ширина междурядий 50-60 см. Всходы появляются через 2-3 недели. Можно выращивать через рассаду, которую высаживают в грунт в июле. Легко размножается вегетативно отрезками корневищ 5-7 см. Растения отзывчивы на подкормки комплексными минеральными удобрениями (нитроаммофоской) 1 раз в месяц.

Наряду с арникой облиственной в России культивируется Арника Шамиссо (*Arnica chamissonis Less.),* отличающаяся несколько меньшей высотой (45-50 см), в 2-3 раза более мелкими цветочными корзинками (около 2 см в диаметре), но дающая урожай уже в первый год вегетации; арнику облиственную убирают на втором году.

Используют цветочные корзинки, содержащие горький арницин (до 4 %); эфирное масло (0,016 %); дубильные вещества (около 5 %); цинарин (0,05 %); холин; минеральные соли; бетаин; полисахариды (моносахаридный состав которых представлен в основном d-глюкозой, d-ксилозой и глюкуроновой кислотой); камедь. В цветках значительное количество фенольных соединений, в т.ч. кверцетин, лютеолин, кемпферол, лютеолин-гликозид. В соцветиях макроэлементы. мг/г: калий – 32,0, кальций – 6,7, магний – 3,6, железо – 0,3;

микроэлементы, мкг/г: кобальт, молибден, хром, алюминий, ванадий, бор. Является концентратом меди, молибдена, цинка, селена [96].

Препараты арники (настой и настойка 1:10 на 70 %-ном спирте) особенно широко используется в гомеопатии. В виде отвара, настойки, мази применяются наружно при фуркнкулах, абсцессах, кровоподтеках, ушибах, как отвлекающее средство.

В акушерско-гинекологической практике как маточное, кровоостанавливающее средство, в послеродовом периоде, а также при воспалительных заболеваниях половой сферы; благоприятно действует при стенокардии, сердечной слабости.

В традиционной медицине применяют при болезнях сердца, бронхитах, судорогах, эпилепсии, сотрясении мозга и инсультах, невралгических болях, при подагре.

АРОНИЯ ЧЕРНОПЛОДНАЯ

Aronia melanocarpa (Michx.) Elliot.

Семейство розоцветные– *Rosaceae*

Встречается под названием рябина черноплодная.

Кустарник высотой до 2,5 м с развитой корневой системой. Побеги округлые, многочисленные (до 90). Листья очередные, простые с цельной обратно-яйцевидной пластинкой, с пильчатыми краями до 8,5 см длиной и 6,5 см шириной; летом ярко-зеленые, осенью красного цвета. Цветки небольшие (до 1 см в диаметре), белые, собраны в плотные щитковые соцветия. Плоды округлые, до 1,5 см в диаметре, черные, с сизым налетом, иногда темно-красные.

Цветет в конце мая – начале июня; плоды созревают в конце августа – начале сентября.

Произрастает в восточной части Северной Америки. Широко культивируется в России в нечерноземной зоне европейской части, в Алтайском крае, на Сахалине, Урале, Западной Сибири.

Размножается путем посева стратифицированными семенами, делением куста, отводками, черенками, прививкой.

На постоянное место аронию следует высаживать весной или осенью. Расстояние между кустами 2-2,5м. Посадочные ямы размером 60х60х40 см должны быть заправлены питательной смесью: 1-2 ведра перегноя, компоста или торфа, добавляют 100-150г суперфосфата, 50-70г сернокислого калия или 200г нитроаммофоски. Для посадки используют хорошо развитые отводки с корнями.

Плодоносит до 20 лет, выдерживает морозы до -36 °С. Размножается семенами и отводками, делением куста, черенками, прививкой. Посев семян производят весной на глубину 2-3 см. Расход семян 1-1,5 г/м^2. Сеянцы в возрасте 2-3-х лет пересаживают на постоянное место 3,0х3,0 м или 4,0х2,5м.

Перед посадкой под перекопку вносят органические удобрения в дозе 3-4 кг/м^2.

Регулярно проводят рыхления почвы, полив, борьбу с сорной растительностью. Ежегодно весной вносят азотные удобрения в дозе 15 г/м^2 и фосфорные в дозе 30 г/м^2.

Используют ценные плоды аронии, содержащие сахара (6,2-10,8 %); яблочную кислоту (1,3 %); другие органические кислоты; пектиновые (0,75 %) и дубильные (0,35-0,6 %) вещества; гликозид цианидин; флавоноловый гликозид, гесперидин, рутин, свободный кверцетин и катехины.

Кроме того, в плодах содержится каротин, витамины А, B_1, B_2, С, Е, Р (0,5 %). Макроэлементы: калий-13,9, кальций-1,3, магний-1,0, железо-0,05; микроэлементы: марганец, медь, цинк, кобальт, хром, алюминий, никель, стронций, свинец. Является она концентратом селена [96].

Сок аронии и витамин Р (порошок) применяют для профилактических и лечебных целей при гипо- и авитаминозе витамина Р, нарушениях проницаемости сосудов, лучевой болезни, ревматизме, гипертонической болезни, других заболеваниях.

Плоды используются в пищевой промышленности для приготовления соков, варенья и др. продуктов, является пищевым красителем [139].

АСТРАГАЛ СЕРПОПЛОДНЫЙ

Astragalus falcatus Lam.

Семейство мотыльковые — *Fabaceae*

Многолетнее травянистое растение высотой до 1,2 м, стебли прямостоячие, мелкобороздчатые, покрыты черно-белыми волосками. Листья длиной 10-16 см, с короткими черешками; листочки 9-18 парные, продолговатые, длиной 10-20 мм. Цветки поникающие, беловатые, со слабым пурпурным оттенком, собраны в продолговатые кисти длиной 10-12 см. Плоды — сидячие бобы, линейно-продолгаватые, длиной до 22 мм и шириной до 4 мм, серповидно-изогнутые.

Цветет в июне-июле; плоды созревают в июле-августе. Распространен в европейской части России в южных районах: в Заволжье, на Нижнем Дону, в Волжско-Камском и Волжско-Донском регионах; повсеместно на Кавказе.

Размножается посевом семян в грунт на глубину 2-3 см.

Возделывание: лучшие предшественники – озимые, посеянные на удобренном пару и однолетние лекарственные культуры. При зяблевой вспашке вносят органические удобрения 30 т/га и NPK60. Норма высева семян 10-15 кг/га, междурядия 45 см, глубина заделки семян 2,5 см. Проводят 2-3 рыхления междурядий. В первый год собирают 18,8 ц/га, на второй год 30,4 ц/га, на третий – 23,9 ц/га. Траву сушат в сушилках пр температуре 40-60ºС, на чердаках; слой измельченной травы 5-7 см, периодически переворачивая сырье. Сырье высыхает за 5-7 дней.

Используют надземную часть, содержащую флавоноиды; робинин (до 2,2 %); алкалоиды (до 0,03 %); кумарины (до 2 %) (скополин, скиммилин), азотосодержащие соединения (мизеротоксин, цибариан, хиптагин, каракин и другие).

В надземной части содержатся макроэлементы: калий — 16,1 мг/г, кальций — 18,8, магний — 4,0, железо — 0,14 мг/г. Является концентратором микроэлементов: барий, селен, стронций [96].

Из цветков и листьев создан препарат Фларонин (Робинин), обладающий противоазотемическим действием.

АСТРАГАЛ ШЕРСТИСТОЦВЕТКОВЫЙ

Astragalus dasyanthus Pall.

Семейство бобовые – Fabaceae

Многолетнее травянистое растение высотой до 40 см с маловетвистым, многоглавым стержневым корнем. Стебли многочисленные, прямостоячие или восходящие, толщиной до 5 мм.

Листья сложные, непарноперистосложные длиной до 20 см и шириной до 5 см, на коротких черешках. Стебли и листья густо опушены белыми или рыжеватыми волосками. Цветки собраны в плотные головчатые соцветия по 5-20 шт. Чашечка колокольчатая, венчик светло-желтый мотыльковый. Плоды яйцевидные или овальные, невскрывающиеся, твердые, малосемянные, бобы с носиками. Семена - плоские, треугольные, желто-зеленые.

Цветет в мае-июне, плоды созревают в июле-августе.

Распространен на юге европейской части России, в Молдавии и на Украине, в степях, на склонах балок и речных долин, в изреженных зарослях кустарников, на лесных опушках.

Размножается посевом семян весной на глубину 2,5-3,0 см. Расход семян 1,0-1,5 г/м^2. Нормальная густота стояния на 1 пог. метр 10-20 растений; расстояние между рядами 45 см. При посеве вместе с семенами вносят гранулированный суперфосфат в дозе 2-3 г/м^2. Всхожесть семян 9-16 %, после стратификации повышается до 80 %. При весеннем посеве всходы появляются на 16-22 день.

При подготовке участка к посеву под перекопку (перепашку) вносят 2

кг/м^2 органических удобрений в смеси с минеральными: азотными удобрениями 20г/м^2, суперфосфата 30г/м^2, калийной соли 10 г/м^2. Ежегодно в период активной вегетации растений вносят азотную подкормку из расчета 10 г/м^2 и гранулированный суперфосфат 20 г/м^2.

Используют траву астрагала, содержащую полисахаридный комплекс; соли глицирризиновой кислоты; флавоноиды (кверцетин, кемпферол); красящие вещества; полисахариды - басарбин и арабин (3-10 %); камедь (трагакант); макроэлементы, мг/г: калий-32,8, кальций-10,2, магний-2,7,железо-1,27; микроэлементы, мкг/г: марганец-0,16, медь-0,43, цинк-0,31,кобальт-0,32, молибден-8,0, хром-0,08, алюминий-0,66, барий-0,89, ванадий-0,48, селен-2,5, никель-0,48, стронций-0,13, свинец-0,09, йод-0,06, бор-53,2 м. Концентрирует железо, молибден, селен, барий [96].

Лекарственные формы этого вида астрагала используются в качестве вяжущего, рвотного и отхаркивающего средства. Настой надземной части показан при неврастении.

В последние годы установлено, что астрагал успокаивает нервную систему снижает артериальное давление, улучшает коронарное кровообращение, отличается сильным диуретическим действием. Применяют его при лечении неврозов, гипертонической болезни, при хронической сердечно-сосудистой недостаточности I, II степени, остром и хроническом нефрите. Трава обладает потогонным действием.

Для приготовления настоя 1 столовую ложку травы высыпают в термос, заливают 1,5 стакана кипятка и настаивают всю ночь. Настой выпивают в 3 приема в течение дня за 20-40 мин до еды [89]. Растение обладает широким спектром фармакологической активности. Кроме вышеуказанных целебных свойств, рекомендовали его при хронической сердечно-сосудистой недостаточности, нарушениях коронарного кровообращения, остром и хроническом нефрите. У больных после приема настоя травы увеличивалась скорость кровотока, нормализовалось кровяное давление, исчезала тахикардия, уменьшалась отечность, увеличивался диурез.

На Руси отвар из корня рекомендовали в качестве отхаркивающего и мочегонного средства, при расстройстве сердечной деятельности у пожилых людей [89]. Назначали астрагал виде настоя 3-6 раз в день по 1-2 столовых ложке.

В ветеринарии настой (1:20) применяют при хронической сердечной недостаточности, стенокардии и гипертонии лошадям 200-250 мл, овцам и свиньям – 40-60 мл, собакам 15-20 мл.

Является медоносным растением.

БАЗИЛИК КАМФОРНЫЙ

Ocimum basilicum L.

Семейство яснотковые — *Lamiaceae*

Встречается под названиями: базилик обыкновенный, базилик огородный, базилик мятолистный, душки, душистый василек, красный василек.

Полукустарник. В культуре выращивают как однолетнее травянистое растение. Отличается ветвящимся корнем и прямым, ратветвленным стеблем, высотой 40-60 см. Листья короткочерешковые, продолговато-яйцевидные, супротивные. Пластинка листа узкозубчатая или цельнокрайня. Стебель, листья чашечки покрыты волосками. Цветки белые или бледно-розовые собраны по 6-10 штук в мутовки, образующие на верхушке стебля и на разветвлениях длинные - до 35 см соцветия. Плод представлен 4-мя орешками коричнево-черного цвета. Семена не теряют всхожесть 4-5 лет. Размножается семенами и черенками.

Цветет с июля до сентября — середины ноября (до заморозков); плоды созревают в сентябре-ноябре.

Базилик хорошо размножается семенами, которые в сухом виде высевают в ящики с питательным грунтом на глубину 0,5-1,0 см в марте-начале апреля. Оптимальная температура для прорастания семян 20-25ºС. Всходы появляются через 10-15 дней. Высаживают рассаду в открытый грунт

после периода заморозков в лунки или бороздки на расстоянии 15-20 см в ряду и 60 см между рядами. Глубина посадки 6-8 см. Уход сводится к регулярным рыхлениям междурядий, прополке посевов, поливам и внесению удобрений.

Родина — Восточная Индия. Одичал в тропиках и субтропиках Америки; Азии, Африки. Как пряное растение известно в Древней Греции. На Руси с напала XVII века используется как лекарственное растение. В наши дни плантации его можно встретить в южных районах страны, в Крыму, в Молдавии, особенно в Средней Азии и Закавказье.

До сих пор в Грузии и в Армении бытует поговорка: «Кто базилик жует, тот долго живет». Приятный вкус его и запах душистого перца позволяют широко использовать это целебное растение в свежем и сухом виде в качестве пряности к салатам, сыру, супам и подливам, к мясными рыбным блюдам. Порошок его в смеси с розмарином может заменить душистый перец. Рекомендуют использовать его для ароматизации томатного сока, пасты, уксуса, коктейлей, подливок, приправ, овощных консервов.

В листьях и цветках содержится камфорного эфирного масло (0,02-1,0 %); камфоры в масле 55-80 %; в листьях каротин (3-8,7мг%) и рутин (до 150мг%); витамин С (62 мг%), витамина B_2 (0,092мг%), витамин РР (0,315мг%).

Трава базилика имеет приятный специфический запах. Применяли её в традиционной медицине при нервных заболеваниях, рвоте и при ревматизме. Обладает противовоспалительным действием — используют для лечения катара желудка, возбуждения аппетита. В сухом виде порошок травы возбуждает чихание, облегчает головную боль при длительном насморке. Применяют при лечении бронхита, упорного кашля, при коклюше. Наружно — для лечения трудно заживающих ран. Надземная часть с цветками без нижних одревесневших частей стебля помогает для повышения аппетита, лечения цистита, пиелита, простуды,

насморка, ангины, ран и экземы. Готовят настой: 2 чайные ложки измельченной травы заливают 1 стаканом кипятка, настаивают 10-15 мин. Принимают по 1 столовой ложке 3 раза в день. Из семян при намачивании в горячей воде получают слизь, которая применяется при трещинах на сосках и как примочка к воспаленным глазам [199]. Приготовляют настой из 3,7-7,5 г травы, которую заливают 120 г горячей воды и пьют вместо чая. Траву принимают и как наружное средство в виде припарок, ароматических ванн при этом снимается отечность [70].

Авиценна называл базилик безрудж, хави и рекомендовал траву в смеси с уксусом и розовым маслом в качестве наружного средства при воспалениях, опухолях [1]. Прикладывал к местам укусов ядовитых насекомых (скорпионов, шершней).

Высохший сок травы - порошок принимали внутрь для улучшения зрения; в свежем виде — при кровохарканье, расстройстве дыхания, для увеличения количества молока у кормящих матерей. При носовом кровотечении Авиценна рекомендовал вставлять в нос фитиль, смоченный смесью раствора камфоры, уксуса и нескольких капель сока базилика. Семена базилика давали при недержании мочи [82].

Имеются сведения, что базилик на Руси издавна применялся при лечении ревматизма, при тошноте, головной боли, задержке менструации [42], как мягчительное средство для полосканий и ароматических ванн [21].

БАЗИЛИК ЭВГЕНОЛЬНЫЙ

Ocimum gratissimum L. x Ocimum menthifolium Hoshst.

Семейство яснотковые – *Lamiaceae*

Сильно ветвистый полукустарник пирамидальной формы, высотой 70-100 (150) см, с запахом гвоздики. Корень ветвистый, мочковатый, длиной до 80 см. Стебель и ветви четырехгранные, слабоопушенные. Листья черешковые, супротивные, продолговато-яйцевидные, зубчатые, снизу

слабоопушенные; пластинка листа длиной 10-15 см, черешок 4-5 см длиной. Цветки длиной 5-6 мм, собраны в пазухах листьев, образуют на верхушке стебля и его разветвлениях колосовидные соцветия. Чашечка длиной 3-4 мм, двугубая. Венчик двугубый, грязно-желтоватый. Плод состоит из 4 округлых орешков, темно-коричневого цвета.

Выращивается по типу базилика камфорного. Размножается семенами.

Цветет в августе; плоды созревают в сентябре. Является гибридом между базиликом привлекательным и базиликом мятолистным, не встречающихся в диком виде в России. Культивируется на юге Краснодарского края и в других регионах.

Используеся надземная часть, содержащая эфирное масло (0,3-0,8 %) с основным компонентом – эвгенолом (50-80 %). Кроме эвгенола в масле содержатся метилхавикол, камфора, оцимен [5].

Препарат Эвгенол и эфирное масло используются в зубоврачебной практике как дезинфицирующее и дезодорирующее средство в стоматологии.

БАРБАРИС ОБЫКНОВЕННЫЙ

Berberis vulgaris L.

Семейство барбарисовые-*Berberidaceae*

Встречается под названиями: кислица, кислянка, квасница, байберин.

Листопадный кустарник высотой до 3 м с мощной поверхностной корневой системой, включающей деревянистые корневища горизонтального типа. Прямостоящие побеги покрыты колючками длиной до 2 см. Листья очередные, эллиптические, по краям зубчатые, длиной до 6 см, шириной 2 см. Цветки светло-желтые, диаметром до 10 мм. собраны в пазушных поникающих кистях. Плоды - сочные продолговатые ягоды длиной до 10 мм, темно-коричневого цвета. Размножается семенами, зелеными черенками. Цветет в апреле – июне. Плоды созревают с конца июля до октября.

Произрастает во всех странах Европы, кроме Греции, распространен в Крыму, на Северном Кавказе, в ряде районов юга и запада европейской части России, в

горах Средней Азии и Кавказа поднимается на высоту 2,2 тыс. м над уровнем моря.

Используют кору корней и листья последние собирают сразу после цветения (май-июнь). В корнях найдено более десяти алкалоидов, в том числе берберин (до 1 %). В коре корней алкалоиды (13,4 %), в том числе берберин (9,4 %), пальматин, колумбамин, берберрубин, ятрорицин, бербамин, оксикантин (4,8 %); в листьях – алкалоид берберин, оксикантин, бербамин, леонтедин и др.; аскорбиновая кислота (до 150 мг%), витамина Е (до 40 мг%), каротин, фенилкарбоновые кислоты. В листьях накапливаются макро- и микроэлементы: калий 15 мг/г, кальций - 7,3 мг/г, магний - 1,1 мг/г, Железо - 0,1 мг/г, микроэлементы (мг/г): марганец - 46,9, медь - 14,4, цинк - 29,0, кобальт - 0,72, молибден - 0,4, хром - 0,4, алюминий -60,4, барий – 8,08, селен - 0,4, никель- 2,88, стронций - 2,32, свинец - 0,72, бор - 67,6, йод – 0,15. Концентрирует медь [96]. В плодах содержатся яблочная, винная, лимонная и аскорбиновая кислоты (до 6 %); сахара (до 4,7 %); витамин С (до 150 мг%) .

Это растение было известно и широко использовалось в древнем Вавилоне и Индии. Сведения об «очищающих кровь» ягодах барбариса находят на глиняных дощечках, датированных более чем 650 лет до н.э. В средние века применяли его при малярии и желтухе. Из молодых листьев готовили салаты.

Из ягод барбариса готовили напитки, сиропы, квас, вино, ликеры, настойки, варенье, джем, хороший уксус и водку; сушеные ягоды добавляли в похлебку. Сок из ягод этого растения может вполне заменить лимонный, его употребляют как приправу к кушаньям, а также делают из него желе и добавляют в пунши. Для приготовления приятного пунша берут 1 часть барбарисового сока, 2 сахара, 3 водки и 6 частей горячей воды. Сушеные листья барбариса на Руси использовали для приготовления чая. Молодые листья в можно использовать вместо щавеля.

В официальной медицине препараты барбариса обыкновенного: Берберин сульфат. Настойка и настой из листьев барбариса применяют

как желчегонные средства при гепатитах, холецистите, дискинезиях желчных путей, желчекаменной болезни.

Таблетки Берберин сульфата принимают по 0,005-0,01 г (5-10 мг) 3 раза в день перед едой. Курс 2-4 недели. Настойка из листьев (на 40 %-ном спирте) (1:5) назначают внутрь по 30-40 капель 2-3 раза в день. Курс 2-3 недели. Настой листьев-10 г сухих измельченных листьев-1 столовая ложка, заливается 200 мл горячей кипяченой воды, выдерживают на водяной бане 15 мин, охлаждают при комнатной температуре 45 мин, процеживают, отжимают, доводят объем до 200 мл. Хранят в прохладном месте не более 2-х суток.

Для медицинских целей в нашей стране используется и настойка из листьев барбариса амурского (*Berberis amurensis L.*). Готовят её также в соотношении 1:5 на 40 %-ном спирте. Назначают по 15-20 капель 2-3 раза В день [9].

На Руси из коры или корней барбариса готовили отвар из расчета 1 чайная ложка сухого сырья на 0,5 л кипятка, варили 10 мин. Принимали отвар по 0,5 стакана 4 раза в день при нейродермите, экземе, осложненных заболеваниями печении пищеварительного тракта [117].

Различные органы этого растения применяли при нарушении водно-солевого артритах, остеохондрозе, при желчнокаменной и мочекаменной болезнях. Действующие вещества барбариса обладают противовоспалительным и обезболивающими и желчегонными свойствами. Эти качества позволили лечить различные заболевания печени и желчного пузыря (гепатит, холецистит, холангит), хронический панкреатит. При желтухе принимают настой из 30 г коры барбариса с 200 мл воды [65]. В Забайкалье используют это растение и как потогонное средство.

Барбарис обладает выраженным кровоостанавливающим и вяжущим действием. Применяли его в акушерско-гинекологической практике при маточных кровотечениях, а также в гастроэнтерологии при желудочно-кишечных кровотечениях и при хронических поносах.

Плоды барбариса также применяли при повышении артериального давления, а отвар корня использовали при заболеваниях женской половой сферы. Готовили настой из 1-2 столовых ложек сырья барбариса на 0,5 л кипятка (суточная доза).

Интересны сведения народных корреспондентов о том, что при появлении крови в моче (гематурия) рекомендовали принимать каждый час по столовой ложке отвар — на стакан воды 30 г корня или коры побегов барбариса, собранной летом. Когда кровотечение уменьшалось, принимали отвар только 3 раза в день. Можно пользоваться и настойкой из 25 г сырья на 100 мл спирта, по 30 капель на прием [71].

На Руси плоды барбариса применяли при воспалении желчных путей, кровавых изнурительных поносах, цинготных припадках. Для чего свежие или сухие плоды отваривали и употребляли вместо питья. В быту брали выжатый сок ягод (60-90), заливали водой (полкружки).

В фармакопее России при поносах, цинге, для утоления жажды. При высокой температуре рекомендовали принимать барбарисовое варенье и сироп, которые добавляли к питью в дозе 30-60 мл. В гомеопатии применяется барбарис при нарушениях соляного обмена [49].

Широко используется в зеленом строительстве как декоративное растение. Кора побегов и корень его обладают красящими свойствами: их рубили, сушили и применяли для крашения бумаги, шелка [90].

БАРВИНОК МАЛЫЙ

Vinca minor L.

Семейство кутровые – *Apocynaceae*

Встречается под названиями: барвенок, зеленка, могильница, могильник, плющ, цвенок, барвеника, гробная трава. Последние название объясняется тем, что на Руси его издавна сажали на кладбищах. Этот обычай сохранился

и в наши дни.

Многолетнее вечнозеленое травянистое растение высотой 10-20 см, с голыми ветвистыми, лежачими, окореняющимися стеблями. Цветоносные стебли прямостоячие. Листья кожистые, сверху блестящие, короткочерешковые, эллиптические длиной 3--5 и шириной 1,5-2,5 см, острые. Цветки одиночные, синего цвета, сидят в пазухах листьев. Венчик диаметром 2,5. Плод - листовка цилиндрической формы, зеленоватого цвета, Семена продолговатые, бугорчатые, коричневого цвета. Размножается семенами и делением. Цветет в мае-июле; плоды созревают с июня.

Встречается в европейской части нашей страны и на Кавказе в тенистых лесах. Чаще этот вид барвинка можно встретить в садах и парках.

В надземной части содержится горькое вещество – винцин; танины; алкалоиды, в том числе минорин (0,7 % от суммы), винкаминорин, винкамин, резерпин, изовинкамин, гликозид винказид; дубильные вещества (6,8 %), зола (10,5 %). В надземной части накапливаются макроэлементы (мг/г): калий-26,3, кальций-7,6, магний-2,2, железо-0,7, медь-0,37, цинк-0,36, кобальт-0,09, молибден-8,8, хром-0,05, алюминий-0,4, барий-0,59, ванадий-0,25, селен-4,4, никель-0,14, стронций-0,05, свинец-0,09, йод-0,05, бор-41,2 . Концентрируется молибден, железо, селен [96].

О целебных свойствах барвинка известно с давних времен. В Древней Греции применяли его Плиний и Диоскорид. В официальной медицине, как и с древних времен применяли в качестве успокаивающего средства для снижения кровяного давления, при головокружениях и головных болях; оказывает сосудорасширяющее действие. Показана трава при нарушениях мозгового кровообращения.

При этом готовят настой из травы барвинка малого: 1 ст.л. измельченных листьев заливается 200 мл кипятка; кипятят на водяной бане 15 мин, охлаждают, процеживают, принимают в течение дня по 1/3 стакана 3 раза в день [170].

На Руси в традиционной медицине барвинок широко применяли при

опухолях, нарывах в ушах, при укусах ядовитых змей, зубной боли, экземе; для полоскания при воспалении горла; при кровоточивости десен. Имеются сведения о применении барвинка малого при туберкулезе, маточных кровотечениях, белях.

Водный отвар с молоком рекомендовали для полоскания при грудной жабе. Настойку травы использовали для лечения десен и при шатании зубов. Примочки из свежей толченной травы применяли для заживления ран. Для этого отвар готовили из 30 г травы и 400 мл воды, пили его по чашке с добавлением вина несколько раз в день [130].

Свежую толченую траву применяли для заживления ран. Для этого отвар готовили из 30 г и 400 мл воды, пили его по чашке с добавлением вина несколько раз в день [130].

Отвар из одной горсти травы барвинка и двух горстей травы окопника лили при кровотечениях (по одной чайной ложке утром и вечером). В этом же случае готовили отвар из одной горсти травы барвинка и двух горстей корня живокости, которые, смешав, варили в бутылке (1 л) с водой, уваривая до половины объема. Затем его процеживали, отжимали и пили [92].

Применяли траву барвинка и при туберкулезе, кровохаркании, «слабости легких», маточном и геморроидальном кровотечениях, женских болезнях.

Однако более эффективен отвар травы на вине.

Припарки из травы применяли при грыже. Разжижении молока у кормящих матерей.

Для лечения гипертонии готовили отвар из 1 столовой ложки измельченных листьев на стакан воды (суточная доза), кипятили его 20 мин, охлаждали, процеживали и употребляли в 3-4 приема.

Барвинок малый – ядовитое растение. Следует точно соблюдать дозировку [16].

БАРВИНОК ТРАВЯНИСТЫЙ

Vinca herbaceae Waldst.et Kit.

Семейство кутровые-*Apocynaceae*

Многолетнее травянистое растение высотой 30-100 см со стелющимися, не укореняющимися стеблями. Листья эллиптические, длиной 3-4 см, шириной 1,0-1,5 см, острые, опадаютцие на зиму. цветки фиолетовые, сине-фиолетовые, сидят в пазухах листьев на приподнимающихся побегах. Венчик диаметром 15-18 мм. Плод-листовка, длиной 3-4 см, шириной 0,4-0,5 см, дуговидно изогнутая. Семена темно-коричневые, цилиндрические, продолговатые. Размножается семенами и делением. Цветет дважды: в мае и июле. Цветки его «работают как часы». Лепестки раскрываются ровно в б часов утра и закрываются ровно в 5 часов вечера.

Встречается в европейской части нашей страны, на Кавказе, в Средней Азии по опушкам лесов, в степях; на степных склонах гор, меловых обнажениях, среди кустарников.

В траве содержатся алкалоиды (до 0,84 %), в корнях (до 4,0 %) - минорин, винкаминорин, винкамин, резерпин, изовинкамин; гликозид винказид; тритерпиноиды; фитостерины; флавоноиды (до 0,7 %); циклитоиды; дубильные вещества (до 6,8 %); горькое вещество – виницин; зола (10,5 %).

В традиционной медицине этот вид используется как глистогонное средство против аскарид. Для чего 10-15 г свежих корней измельчают, заваривают таким же количеством горячей воды , настаивают, процеживатот и получают разовую дозу – 150-200 мг настоя.

Барвинки считались символом упрямства и верной любви. Считается, что он приносит счастье. Его используют в народных праздниках и обрядах. На Украине на Ивана Купалу венками из барвинка украшают головы невест

и прически молодых девушек. Девушки в Австрии в ночь на святого Матвея бросают венки из барвинка в проточную воду и с завязанными глазами пытаются поймать их, обрести счастье.

Название рода *Vinca* происходит от латинского глагола *Vincere* (побеждать). Он первый вестник весны – победитель зимы, символ торжества жизни над смертью. Поэтому его принято сажать на могилах дорогих людей как знак вечной любви и воспоминаний. Не случайно из него плели венки и укладывали у изголовья умерших.

Отвар из одной горсти травы барвинка и двух горстей травы окопника пили при кровотечениях (по одной чайной ложке утром и вечером). В этом же случае готовили отвар из одной горсти травы барвинка и двух горстей корня живокости, которые смешав варили в бутылке (1 л) с водой, уваривая до половины объема. Затем его процеживали, отжимали и пили [150].

Применяли траву барвинка и при туберкулезе, кровохаркании, "слабости легких", маточном и геморроидальном кровотечениях, женских болезнях. Однако более эффективен отвар травы на вине.

Припарки из травы применяли при грыже, разжижении молока у кормящих матерей.

Для лечения гипертонии готовили отвар из 1 столовой ложки измельченных листьев на стакан воды (суточная доза) кипятили его 20 мин, охлаждали, процеживали и употребляли в 3-4 приема.

Надземная часть обладает косметическими свойствами; используется для получения красителя серого цвета.

БАРХАТ АМУРСКИЙ

Phellodendron amurense Rupr.

Семейство рутовые – *Rutaceae*

Встречается под названиями амурское пробковое дерево, бархатное дерево, пробковый дуб.

Листопадное дерево высотой 10-15 (до 30) м с густой, раскидистой

кроной и светлой корой. Ствол диаметром 50-70 см покрыт бархатистым на ощупь, морщинистым пробковым слоем толщиной до 7 см, чаще серебристо-серого цвета. Листья снизу очередные, сверху веток супротивные, непарноперисты е, сложные; состоят из 7-13 ланцетных листочков. Цветки зеленоватые до 8 мм диаметром, собраны по 2-5, реже одиночные на концах веточек. Плод – многокосточковая шаровидная костянка диаметром около 1 см, блестяще-черного цвета, с сильным запахом, содержит по 5-6 полуовальных семян с сетчатой поверхностью, почти черного цвета. Размножается семенами.

Листья распускаются поздно - в конце мая-июня. Цветет во второй половине июня в течение 8-10 дней, плоды созревают в сентябре и быстро опадают. Ежегодно обильно плодоносит. Отличается бархат амурский долголетием – дерево живет 250-300 лет.

Распространен на Дальнем Востоке – по всему Приморью и Приамурью, встречается почти повсеместно в садах и парках.

В лубе растения содержится алкалоид берберин (до 2 %), пальметин, дубильные вещества (до 1,8 %), в плодах содержатся кумарины; сапонины; гликозиды (до 6,3 %) ; в листьях более 10 флавоноидов; витамины С и Р; эфирное масло (в период цветения 0,01 %), в соцветиях (0,15%), в плодах (8,05 %). В корнях накапливаются макроэлементы: калий – 3,7мг/г, кальций – 18,6, магний – 0,8, железо – 0,2, а также микроэлементы (мкг/г): марганец-202,0, медь-5,84, цинк-15,9, кобальт-0,96, молибден-0,31, хром-0,48, алюминий-140,9, барий-582,48, селен-0,16, никель-0,72, стронций-0,48, бор-111,6, йод-0,1. Концентрируются стронций и барий. В листьях также много макро- и микроэлементов. Они являются концентраторами кальция, бария, стронция [96].

Бархат амурский является реальным источником сырья для производства препарата Берберин бисульфат, применяемого в качестве желчегонного средства при хроническом гепатите, гепатохолицистите, холецистите, желчнокаменной болезни . Биологически активные вещества

коры и луба обладают вяжущим, противовоспалительным, отхаркивающим действием. Проявляют активность при болезнях почек, нефрите, нефроцистите, андрии, гематурии; болезнях сердечно-сосудистой системы.

В традиционной медицине издавна листья и плоды бархата в Приамурье применяют при туберкулезе; отвар и настой листьев используют при расстройствах кишечника, а луб используют в качестве жаропонижающего средства [87].

Отмечалось, что дикие животные (олени, медведи, птицы), страдающие гельминтозом, охотно поедают плоды и листья этого растения; молоко от коров, поевших листья бархата, не прокисает в течение многих дней

Полученный из бархата лактон в экспериментах на животных вызывал снижение сахара в крови.

Существует рецепт при диабете при повышенном мочеотделении, вызванном сильной жаждой. Берут 0,6 кг коры бархата, кипятят 3-5 раз в 1,8 л воды и этот отвар употребляют при появлении жажды.

Луб содержит стойкий лимонно-желтый краситель для окраски тканей и тонкой кожи в желтый и зеленый цвета. Эфирное масло плодов используется в парфюмерии.

БАШМАЧОК КРАПЧАТЫЙ

Cypripedium guttatum Sw.

Семейство орхидные – *Orchidaceae*

Встречается под названиями: марьин башмачек, башмачки, зозилькины башмачки, кукшикины ножки, петушки, двухцветная трава, костоломная трава, куропатка, курочки, рябые зозульки и др.

Многолетнее травянистое растение высотой 15-50 см, с тонким, ползучим, шнуровидным корневищем. Стебель в нижней части покрыт длинными, в верхней - более короткими оттопыренными железистыми волосками. Листья ланцетно-эллиптические длиной 6-12 см, шириной 5-6 см. Цветки одиночные, очень красивые, диаметром до 2,5

см. Верхняя часть лепестка округло-эллиптическая, заостренная, белая с фиолетово-розовыми пятнами; нижний лепесток сросшийся зеленоватый длиной 1,2-1,7 см. Губа цветка с двумя лопастями, мешковидно-вздутая, по форме напоминает туфельку или башмачок, длиной 2-2,3 см. Завязь веретенообразная, мелко-густожелезисто-опушенная. Размножается семенами. Цветет в конце мая - начале июня; плоды созревают в сентябре.

Распространен на северо-востоке европейской части нашей страны, в Восточной и Западной Сибири, на Дальнем Востоке. В хвойных и смешанных лесах часто встречаются заросли.

Содержит эфирное и жирное масло, смолистые и дубильные вещества, танин [48].

Надземная часть применяется при болезнях сердца; цветки при туберкулезе легких, гонорее, психических болезнях, эпилепсии, судорогах, новообразованиях.

На Руси в Западной Сибири водный настой из зеленых частей растения применяли внутрь при бессоннице, детском испуге, головных болях [107]; при желудочно-кишечных заболеваниях и как слабительное средство [107]. При судорогах 4-5 листьев настаивали в 0,5 стакана воды и принимали по 1 чайной ложке 5 раз в день [28]. Траву и цветки в Казанской губернии использовали в качестве противоревматического средства [82].

Имеются сведения, что трава и цветки входили в сборы для лечения сердечных заболеваний, болезней крови, лихорадки. В Сибири отвар корня и надземной части принимали при эпилепсии, головных болях, отсутствии аппетита, психических расстройствах. Одну чайную ложку сырья заливали стаканом кипятка [48].

Это растение охотно поедают пятнистые олени весной. Редкий и исчезающий вид.

БЕДРЕНЕЦ КАМНЕЛОМКОВЫЙ

Pimpinella saxifraga L.

Семейство укропные- *Apiaceae*

Встречается под названиями: вешних, гигель, воронец ,зубной корень - зубовник, белоцветка, козловник, дикий укроп, укропник, анис, рябинка, дикая морковь, полевой пастернак, сердечник и др.

Многолетнее травянистое растение с многоглавым корневищем бурого цвета длиной до 20 см и шириной до1,5 см. Стебель прямой, округлый, высотой 15-120 см, полый внутри. У поверхности почвы образует розетку прикорневых листьев длиной (с черешками) 10-20 см, округло-яйцевидной формы. Средние листья влагалищные, глубоко рассеченные на узкие доли, почти дважды перистые. Цветки белые, реже розоватые. Лепестки снаружи щетинисто-вопосистые. Соцветие - сложный зонтик с 6-21 голыми лучами и 5-8 см в поперечнике. Плоды коротко-яйцевидные, длиной 2-2,5 мм, шириной 1,5-2 мм. Размножается семенами. Цветет с июня по октябрь; семена созревают в сентябре-октябре.

Распространен почти по всей европейской части нашей страны, Западной и Восточной Сибири, в Крыму, на Кавказе, в Средней Азии в сосновых лесах, на лесных опушках, на высокогорных лугах, вдоль дорог.

В корнях и корневищах содержится эфирное масло (до 0,3 %); кумарины (до 0,7 %); фитостерины; флавоноиды; изобергаптен. В семенах жирное масло (1,6-3 %), в плодах (29 %) [42]. В корневищах с корнями содержатся дубильные вещества, а также смолы, камедь. Корневища собирают от взрослых растений осенью или ранней весной.

Бедренец показан при болезнях дыхательной системы: пневмонии, кашле, бронхиальной астме, бронхите, трахеите; при болезнях уха, горла, носа; полости рта (стоматиты, гингивиты); при коклюше.

На Руси в XVII-XVIII вв. рекомендовали бедренец при запорах и как мочегонное средство. Вначале это растение применяли при лечении лихорадки, простуде, от удушья, при мочекаменной болезни. Примочки

увеличивали молоко у кормилиц при прикладывании их на грудь [60]. Отвар корня использовали при болях в животе, от запоров, при дизентерии, в малых дозах он улучшал пищеварение, а наружно помогал от нарывов. В Саратовской губернии использовали отвар от кашля. Для приготовления отвара 15 г корня отваривали в 200 мл воды. Принимали по 1/3-1/2 стакана утром и вечером.

Бедренец использовали в дерматологии, косметологии. Свежим соком Корней выводят пятна на лице [171]. Настоем из бедренца лечили накожные сыпи, экзему. Для чего 17 г сухих корней и листьев настаивали в 400 г воды.

Известны и другие лекарственные формы. Грудной экстракт бедренца: четыре части корня настаивали в 8 частях 90 %-ного винного спирта и 6 частях дистиллированной воды в течение дней при температуре 15-20 С, часто помешивая. Затем процеживали, выжимки настаивали в 4 частях 90 %-ного винного спирта и 3 частях воды в течение 12 ч и вновь процеживали. Все сливали и выпаривали до получения экстракта.

Настойку корня бедренца делали из 1 части корней и 5 частей 70%-ного винного спирта. Настаивали в течение 7 суток при температуре 20°С, часто взбалтывая. Затем жидкость процеживали. Принимали по 10-15 капель от сухого кашля воспалительных процессах в горле, по 25 капель на сахар - от «горловой жабы», катара горла и хрипоты. Сок корня, сваренный с розовым маслом и вином, отлично помогает при судорогах, если растирать им больные места и одновременно принимать внутрь [42].

В Вологодской губернии для этик же целей корень настаивали на вине (1 часть на 6 частей вина). Принимали по 15-20 капель 3-4 раза в день.

В Ярославской губернии корень 6едренца использовали для лечения водянки, настаивая 2 его части в 5 частях водки; принимали по 30 капель 4-5 раз в день.

Имеются сведения, что настойку корневища с корням (*Rhizomat seu Radix Pimpinellae)* применяли при катаре верхних дыхательных путей,

ангине, ларингите, бронхите, астме, при головных болях, сердечных заболеваниях. Корень 6едренца обладает потогонными мочегонным действием, возбуждает аппетит [65].

На Руси официально использовались: Корневище с корнем бедренца и Спиртовая настойка [8].

Бедренец использовали в дерматологии, косметологии. Свежим соком корней выводят пятна на лице [117]. Настоем из бедренца лечили накожные сыпи, экзему. Для чего 17 г сухих корней и листьев настаивали в 400 г воды

Настой травы – 1 столовая ложка травы на 2 стакана кипятка, настаивают 2 часа в закрытом сосуде. Принимают по 1-2 столовые ложки 3-4 раза в день до еды как вяжущее, слабительное, мочегонное и рвотное, а также при вышеуказанных заболеваниях.

При легочных кровотечениях готовят настой: 2столовы е ложки травы заливают стаканом кипятка, кипятят 5 мин, настаивают 20 мин, добавляют 2 столовые ложки портвейна и пьют по 1/3 стакана 3 раза в день.

Молодые листья используются в салатах.

БЕЗВРЕМЕННИК ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ

Colchium speciosum Stev.

Семейство лилейные - *Liliacea*

Встречается под названием безвременник белозёвый.

Многолетнее травянистое растение высотой до 60 см, развивающее под землей продолговато-овальные корнелуковицы до 7 см длиной. Побег несет 3-6 овально-продолговатых листьев. Биология развития этого вида очень своеобразна. Цветет безвременник со второй половины августа до начала сентября, выбрасывая на поверхность почвы только крупные цветки, от розово-пурпурного, лилово-розового до почти белого цвета. Облиственные Стебли вместе с зелеными плодами появляются и развиваются в июне-июле. В этот период созревают семена, растения обсеменяются и листья отмирают.

Плоды - трехгнездные коробочки до 5 см длиной. Семена округлые, коричневого цвета, до 3 мм в диаметре.

Размножается семенами и вегетативно (клубнелуковицами). Возделывали его под Петербургом.

Распространен в европейской части по Главному Кавказскому хребту, в основном, в западном Закавказье, а также в Талыше. Поднимается в субальпийскую зону на высоту 1200-3300 м над уровнем моря. Произрастает в субальпийском поясе среди буковых, грабовых, кленовых и буково-каштановых лесов. Его можно легко заметить поздней осенью, когда его крупными розовыми цветками покрыты целые массивы даже на высоте 3000 м над уровнем моря.

Используют клубнелуковицы, содержащие алкалоиды колхицеин (до 1,7 %), колхамин, колхицин; гликоалкалоиды; флавон апигенин; фитостерины и органические кислоты ароматического ряда. В семенах жирное масло (до 9 %). В клубнелуковицах содержатся макроэлементы (мг/г): калий-19,8, кальций-0,1, магний-1,5, железо-0,1; а также микроэлементы (мкг/г): марганец-11,9, медь-7,04, цинк-34,2, кобальт-1,44, хром-0,32, алюминий-62,32, ванадий-0,48, селен-0,02, никель-0,56, стронций-0,24, свинец-0,56, бор-1,6 [96].

Препарат Колхамин применяют при эндофитной и экзофитной формах рака кожи I и II стадии, рака пищевода, рака желудка (переходящий на пищевод) в случаях, не подлежащих хирургическому лечению в комбинации с сарколизином. Для лечения рака кожи применяют 0,5 %-ную колхаминовую мазь. Основным показанием к пероральному применению колхамина является рак пищевода. Наиболее выраженный Эффект отмечался при локализации рака в нижней трети пищевода и высокорасположенном раке желудка не подлежащие оперативному лечению. Лечение проводилось вместе с сарколизином [23].

Лекарственные формы: Таблетки колхамина, Мазь колхаминовая 0,5 %-ная.

Алкалоид колхицин очень токсичен (в 10-14 раз токсичнее колхамина), используется в селекции растений, для получения полиплоидов [13].

Наряду с безвременником великолепным используют клубнелуковицы безвременника осеннего (*C. autumna1e L.*) и безвременника белозевого (*C. liparochiadys Woronow*). Все органы растения ядовиты.

БЕЗВРЕМЕННИК ОСЕННИЙ

Colchicum autumnale L.

Семейство лилейные — *Liliaceae*

Встречается под названием безвременник (зимовник) луговой, луговой шафран. Называли и колхикумы, поскольку большинство видов выходцы из Колхиды.

Многолетнее, красиво цветущее, клубнелуковичное растение. Клубнелуковицы длиной 7 см, диаметром 3 см, почти плоские. Три-четыре листа, расположенные на коротком стебле, мясистые, блестящие, удлиненно-ланцетные длиной 25-40 см, шириной 2-4 см. Цветки (1-3) с простым околоцветником. Трубка околоцветника длинная длиной 20-25 см, выступает над поверхностью земли на 8-10 см. Доли околоцветника лилово-розовые. Плод – многосемянная, трехгнездная коробочка длиной 3-4 см [4]. Семена темно-коричневые почти шаровидные диаметром до 2,5 мм. Размножается луковицами и семенами. Цветет в августе-сентябре. Образовавшаяся завязь зимует под землей, и весной следующего года коробочка вместе с листьями вы ходит на поверхность почвы. Семена созревают в июне. После чего отмирает надземная часть и растение до цветения находится в состоянии относительного покоя.

Распространен этот вид безвременника в западных районах Украины, Белоруссии и Литве на сырых лугах.

Основные действующие вещества алкалоиды : в луковицах - до 1,7 % (колхицин, колхицеин, колхамин); в семенах - до 1,2 %, в цветках – до 0,8 %.

В луковицах содержатся также флавоноиды и фенольные кислоты; в семенах – жирное масло (до 9 %); полисахариды; пектины; витамин С.

Препараты: 0,5 %-ная омаиновая мазь. Колхамин применялся в виде растворов для инъекций или внутрь при лечении лейкозов [21].

Обычно при водянке давали 0,06 г порошка из молодых луковиц или 3,7-15 г настоя. Для чего настаивали 3 дня в теплом месте 1 часть корня в 6 частях крепкого уксуса, процеживали и отжимали. Иногда добавляли 2 части меда, 1 часть уксуса и варили на легком огне до густоты сиропа. Называли эту смесь "уксомед колхичный”.

Колхицин широко использовали в селекции для получения полиплоидных форм растений – способен влиять на хромосомный аппарат ядра клетки прорастающих семян [5].

Колхаминовую мазь (*Unguentum Colchamini*) применяют при эндофитной и экзофитной форме рака кожи I и II стадии.

Растение ядовито, использовать его следует осторожно. В случаях отравления семенами и другими органами чувствуется жжение во рту и глотке, жажда, сильная колика, рвота, понос, оглушение, упадок сил, судороги лица и других органов, слабый пульс, вздутие живота, возможна смерть. Необходимо пострадавшему немедленно промыть желудок, применив касторовое масло, клизмы с танином, дать слизистые отвары с опием. На живот положить теплый компресс, дать возбуждающие средства (вино, кофе), при необходимости сделать искусственное дыхание.

На Руси безвременник применяли для лечения ревматизма, подагры, невралгии.

Использовали несколько лекарственных форм: из семян - *Semina Colchici* -готовили уксус *Acetum Colchici*, который входил в состав уксусомеда – *Oxym. Colchici;* настойку *Tinctura Colchici* и вино – *Vinum Colchici.* Из других фитопрепаратов следует отметить: экстракты – Extr. *Colchici acidum Seminibus* и *Extr. Colchici Bulbi*; настойка кислая из семян - *Tinctura Colchici acido* и простая из клубня - *Tinctura Colchici e Bulbo;*

алкалоиды -*Colchiceinum Colchicinum* [21].

Безвременник осенний на Руси применили при водянке, отеках и желтухе. По своему действию он лучше известного морского лука. Использовали с большой предосторожностью.

Является декоративным растением.

БЕЛЕНА ЧЕРНАЯ

Hyoscyanus niger L.

Семейство пасленовые – *Solanaceae*

Встречается под названиями куриная слепота, блекота.

Двулетнее травянистое растение высотой до 115 см с неприятным запахом . Корневая система стержневая, корень ветвистый, до 3 см толщиной. Стебель ветвистый, образуется на втором году жизни. Розеточные листья на длинных черешках, продолговато-яйцевидные, выемчато-перисто-надрезанные; стебле-вые очередные, сидячие , продолговато-ланцетовидные с длинным опушением. Цветки грязно-желтого цвета, венчик длиной до 5,5 см, образуют колосовидное соцветие в пазухах листьев. плод – двухгнездная кувшинообразная коробочка длиной до 1,8 см с крышечкой. Семян до 500 штук, округлые, буровато-серые, длиной до 1.5 мм.

Цветет в июне – июле; семена созревают в июле – августе.

Размножается семенами, путем посева на глубину 1-3 см. норма высева семян 10-12 кг/га при ширине междурядий 60 см. Траву убирают косилками-погрузчиками (КУФ-1,8, Е-280). Быстро сушат на сушилках при температуре 50-60°С. На двухлетних плантациях до цветения убирают прикорневые и стеблевые листья в период завязывания плодов. Урожайность надземной массы составляет 0,8-1,2 т/га.

Распространена в европейской части России (кроме Крайнего Севера), на Кавказе и в Сибири, реже на юге Средней Азии и на юге Дальнего Востока.

Используют листья, содержащие алкалоиды группы атропина (0,05-0,1 %) гиосциамин, апропин, l-скополамин; гликозиды: гиосципикрин, гиосцерин, гиосцерезин, метилэскулин. В семенах жирное масло (до 34 %).

Очень ядовитое растение. Поэтому при работе с ним в помещениях используют марлевые повязки и респираторы, защитные очки, перчатки, комбинезон. Попадая в организм, действующие вещества белены вызывают симптомы, сходные с умопомешательством.

При отравлении беленой (первые симптомы появляются обычно через час-полтора) возникают сухость во рту, чувство жажды, двигательное возбуждение, галлюцинации, учащение пульса, головокружение, нарушения дыхания и зрения. Нередко пострадавший буйствует, ведет себя как умалишенный. Кожа становится сухая, горячая и красная, зрачки расширены, глаза блестят. В тяжелых случаях появляются судороги, потеря сознания и может наступить смерть.

При отравлении беленой необходимо промыть пострадавшему желудок и дать активированный уголь.

Листья белены входят в состав препаратов “Астматин”, “Астматол”, применяемых при бронхиальной астме в виде сигарет. Атропин-сульфат в различных лекарственных формах широко применяется при лечении язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, желчнокаменной болезни, холецистита, пилороспазма, спазма кишечника и мочевых путей, печеночной, почечной колики, бронхиальной астмы; в офтальмологии для расширения зрачка. Атропин-сульфат входит в состав препарата “Келлатрин”, применяемого в качестве холинолитического и спазмолитического средства при спазмах кровеносных сосудов и органов брюшной полости, бронхиальной астме и других заболеваниях.

При невралгиях, ревматизме в качестве наружного средства для растирания применяют “Беленное масло” *(Oleum hyoscyami),* основой которого также являются листья белены.

Издавна это растение применялось в традиционной медицине. О целебных его свойствах указано, в частности, в поэме “О свойствах трав“ [120]:

“Листья травы растерев и ячменной крупы добавляя,

Средством подобным лечить ты любую сумеешь припухлость.

Так и горячую ты охладить сумеешь подагру;

Сок ее, залитый в уши, червей в ушах убивает,

Он же обычно умеет и боли в ушах успокоить “.

Белена черная широко использовалась на Руси. В качестве обезболивающего, противосудорожного средства. Растение ядовито и при передозировке может на короткое время вызвать бешенство. Применяется при меланхолии, тяжелых нервных расстройствах, истерии, продолжительной головной боли, головокружениях, эпилепсии, учащенном сердцебиении, кровотечениях и болезненных геморройных шишках. При геморрое делали мазь из свежих толченых листьев, смешанных со свиным салом; применяли также при золотушных опухолях. Вареные с молоком листья с мякотью белого хлеба, применялись в виде припарки при воспалении грудей.

Использовались и семена белены. Одо из Мена об этом писал: “Тертое семя с вином, примененное в виде припарки,

Железам вспухшим грудным и тестикулам помощь приносит;

В противоядия семя и в пластыри многие входит“.

При эпилепсии применяли экстракт листьев белены, от 0,06 г 3 раза в день, доводя постепенно дозу до 1,1 г.

Издавна белена употребляется с лечебной целью. Ее часто использовали врачи Древнего Египта и Рима (древнеримский врач Диоскорид нередко назначал компресс из листьев белены как болеутоляющее средство). Масло из белены Авиценна рекомендовал пускать в ухо при болях в нем. Согласно Авиценне, выжатым соком из листьев или семян белены смазывали глаза при тяжелых болях в них. При опухолях грудей из листьев

белены делали лекарственные повязки, смазывали груди при болях, возникающих после беременности. Вообще считалось, что белена препятствует образованию опухолей. Входила белена и в состав лекарств, успокаивающих кашель.

Особенно опасны семена, похожие на семена мака. Попадая в организм, действующие вещества белены вызывают симптомы, сходные с умопомешательством. Существует крылатое выражение “белены объелся“. Еще 1000 лет назад Авиценна писал: “Белена – яд, который причиняет умопомешательство, лишает памяти, вызывает удушье и бесноватость “ и “…если поесть листьев белены, то она вызывает умопомешательство, так же, как если из отвара ее листьев сделать клизму“. Несмотря на свою ядовитость, белена издавна применялась в народной медицине. Тот же Авиценна посвятил ей много строк в своем “Каноне врачебной науки“. Он писал, что белена “вызывает онемение, прекращает кровотечения и своей болеутоляющей силой успокаивает пульсирующие боли от опухолей, рассасывает затвердение яичек и помогает от рожистого воспаления; успокаивает подагрические боли, если применятьее в виде мази или питья в количестве трех каратов с подслащенной медом водой…Выжатый сок белены успокаивает боль в ушах, а с уксусом и розовым маслом – зубную боль“.

У древних воинов – балтов был обычай выпивать перед сражением напиток с добавлением белены. Он возбуждал бесстрашие, храбрость и даже свирепость. Свойства белены использовали для приготовления “мази ведьм”. При нанесении на кожу она давала ощущение легкости, как бы парения в воздухе. Считалось, что таким составом натирались ведьмы, собираясь на шабаш на Лысую гору. В средние века в Германии семена белены нередко использовались для опьяняющего действия напитков. Особенно пива, но из-за многочисленных случаев отравления, власти запретили употребление белены при его изготовлении.

Листья белены применяли при лечении бронхиальной астмы, спазмов желудка и кишечника, при затрудненном мочеиспускании, болезненных менструациях, бессоннице.

Настоянные на водке листья в виде втирания рекомендовались при ревматизме, подагре, ушибах, радикулите.

Дым из семян вдыхали для успокоения зубной боли.

Отвар листьев в растительном масле закапывали при воспалении уха, а горячие ванны с беленой использовали для снятия болей при опухолях суставов [83].

Белена применялась в апеках в виде экстракта или сгущенного сока при начальных стадиях заболевания катарактой. Рекомендовали эти лекарственные формы и при кашле. применяли в виде пилюль от 0,06 – 0,3 г. Начинали с дозы 0,03 г, увеличивая ее, пока не почувствуется сухость в горле и в ноздрях.

БЕЛОЗОР БОЛОТНЫЙ

Parnassia palustris L.

Семейство белозоровые - *Parnassiaceae*

Встречается под названиями: белоцвет, белоцветка болотная, горлянка, золотникова трава, лягушечник, мочегонная трава, царские очи, перелойная трава, поповка, сердечник, мужской сердечный, хлебная травка, цвет жизни.

Многолетнее травянистое растение высотой до 40 см с коротким корневищем и мочковатыми корнями. Стебель (1-3, реже до 15) прямой, ребристый. Сердцевидные листья цельнокрайние, на верхушке тупые длиной до 4 см, шириной 3,5 см. Прикорневые листья длинночерешковые, собраны в розетку. Черешок длиной до 7 см. Цветки белые, правильные, одиночные диаметром 2-3 см. Плод - коробочка. Семена многочисленные, эллиптические, длиной до 0,5 мм, светло-коричневого цвета. Размножается семенами и отрезками корневищ.

Распространен почти по всей европейской части нашей страны, в

Сибири, на юге Дальнего Востока, в Прибалхашье, а также в горах Средней Азии на сырых заболоченных местах, по берегам озер, болот, реки ручьев.

В траве белозора содержатся сапонины (3,6-7,2 %) [28]. В корнях дубильные вещества (до 3 %); алкалоиды (0,1 %); флавоноиды (до 2 %) [60].

Биологически активные вещества, содержащиеся в надземной части, обладают жаропонижающим, ранозаживляющим и общеукрепляющим действием. Используются для лечения пищеварительной системы, болезней почек и мочевыводящих путей, сердечно-сосудистой системы, при болезнях крови и иммунной системы [18].

Отвары из травы применяли при желудочно-кишечных заболеваниях, при поносе [58], желудочно-кишечных коликах, резях в животе [82]. Отвар травы и цветков рекомендовали при болезнях печени, различных кровотечениях [49]. Для чего две щепотки травы цветков заливали 1 бутылкой воды и уваривали до 0,5 бутылки. Пили отвар по чайной ложке 2 раза в день . Свежие истолченные листья прикладывали к ранам в виде пластыря для устранения кровотечений.

На Руси траву и семена использовали в качестве мочегонного средства [50]. В детской практике при затруднительном мочеиспускании немного, всего 3 травинки на чайную чашку, отваривают в чайнике или горшочке. Полученный отвар дают пить по небольшой ложке несколько раз в день. При задержании мочи у взрослых также рекомендовано это средство [58]. Больные, воспаленные глаза лечат путем аппликаций из толченой травы белозера [135].

Применяли белозер при лечении белей [24], женских заболеваний в качестве маточного средства. В Казанской губернии назначали его при опущении матки у женщин [47].

На Урале свежую и высушенную траву, истолченную с водой, квасом или водкой применяли при послеродовых болях в нижней части живота [50]. В Тобольской губернии для возбуждения родовых схваток [160] и после родов для ускорения выхода последа, роженицам давали пить чай из

белозера. Используют это растение и для лечения центральной нервной системы. В Смоленской губернии применяли его при судорогах и истерии [56]. В Семипалатинской губернии отваром травы поили от испуга, делали припарки на парализованные судорогой места Вологодской губернии настой корней рекомендовали при половом бессилии [44].

В Казанской, Витебской, Смоленской губерниях белозер применяли при сердечно-сосудистых заболеваниях [4], сильных сердцебиениях. Есть сведения об использовании травы этого растения при лечении ревматизма; пупочной грыжи.

При лечении вышеуказанных заболеваний у взрослых обычно брали 1 чайную ложку травы и настаивали в течение 2 ч в 1,5 стаканах кипятка; или по столовой ложке 3-4 раза в день. Семена обладают противорвотным действием [49]. В детской практике настой цветущего растения дают пить от младенческой боли «когда жар у ребенка и сыпь выступает» [59].

В ветеринарной практике используют траву для уничтожения личинок мух и слепней в ранах у скота [123].

Растение ядовито. Является кормом для мелкого рогатого скота. Является медоносом.

БЕССМЕРТНИК ИТАЛЬЯНСКИЙ

Helichrysum italicum Rhot Guss.

Семейство астровые – *Asteraceae*

Многолетний полукустарник полуодревесневшего типа высотой 50-60 см. Стебли сильно ребристые, древеснеющие, однолетние побеги короткие – 14-16 см. Соцветия головчатые, слабоветвистые собраны в щиток на верхушке побега. Цветки желтые, трубчатые. Размножается семенами, чаще вегетативно – черенками с полуодревесневших побегов (годичного прироста).

Выделены подвиды: бессмертник итальянский - *Helichrysum italicum (Rhot) Guss. ssp. Italicum* и бессмертник узколистный - *Helichrysum italicum*

(Rhot) Guss. ssp. Angustifolium Dc. E. S. Ostp.

Цветет в июне-сентябре; плоды созревают в августе-октябре.

Распространен на карстовых землях, разрушающихся известковых породах побережья Адриатики и на островах Корсика, Эльба, Кипр, Сардиния; на дюнах побережья Испании, Франции, побережье Югославии и Апеннинского полуострова, Северной Африке. Культура его апробирована в Крыму; может выращиваться на юге европейской части России.

Размножается семенами и вегетативно (черенками, делением куста).

Является полноценным заменителем сырья бессмертника песчаного, который повышает кровяное давление. Нельзя длительно применять при гипертонии [16]. Установлено положительное влияние эфирного масла на сердечную деятельность.

В традиционной медицине Греции, Италии, Югославии экстракты цветков используют при лечении бронхиальной астмы, как отхаркивающее средство, при различных заболеваниях аллергического характера, ревматизме и желудочных заболеваниях, как желчегонное и противохолерное средство, а также для лечения экзем и конъюктивита.

Используется надземная часть и цветки. В надземной части содержится эфирное масло (1,25-1,31 %), витамин С, B_1, B_2, лизин, аргенин, треонин, аскорбиновая и глуболиновая кислоты. В соцветиях эфирное масло (0,15-0,18 %) с основными компонентами – нерол (30-50 %) и нерилацетат; флавоноиды (гелипирин и др.); тритерпеновые соединения. В соцветиях содержатся макроэлементы (мг/г): калий-18,6, кальций-8,4, магний-2,4, железо-2,0; а также микроэлементы (КБН): марганец-0,44, кобальт-0,19, медь-0,76, цинк-0,33, молибден-0,32, хром-0,19, алюминий-0,62, ванадий-0,46, селен-8,6, никель-1,13, свинец-0,09, йод-0,09, бром-60,6, бор-68,4 мкг/г. Являются концентраторами микроэлементов, особенно железа (Fe) [96].

При температуре 25 С° всходы появляются На 2-ой день. Под основную перекопку (перепашку) с осени вносят навоз 2 кг/м^2 и минеральные удобрения — азотные 18, фосфорные 30, калийные 20 г/м^2.

посев проводят ранней весной поверхностно или на глубину до 1 см. Расход семян 0,2-0,3 г/м^2 при Весеннем посеве и 0,3-0,4 г/м^2 при посеве под зиму. Расстояние между рядами 45 см. Массовые всходы появляются на 7-10 день. Первые 2-3 недели растения развиваются очень медленно. поэтому в этот период нуждаются в тщательном уходе. При рыхлениях, удалении сорной растительности нельзя исходы присыпать землей. В течение вегетации проводят 2-3 мотыжения междурядий 2-3 прополки в рядках, на второй и в последующие годы весной растения подкармливают нитроаммофоской в дозе 10-15 г/м^2 или азотными удобрениями

Эфирное масло бессмертника итальянского используется для санации синтетических и натуральных эфирных масел, высоко оценено парфюмерами и может быть использована для создания новых композиций.

БЕШЕНЫЙ ОГУРЕЦ ОБЫКНОВЕННЫЙ

Ecballium elaterium (L.) A. Rich.

Семейство тыквенные — *Cucurbitaceae*

Однолетнее жесткошероховатое растение с простертым ли восходящим стеблем длиной 20-50 см. Корень стержневой, слабоветвистый, беловатый, мясистый. Листья очередные, черешковатые, яйцевидно-сердцевидные. Цветки однополые, однодомные; венчик бледно-желтый, глубоко-пятилопастный. Цветки собраны в пазушные кистевидные соцветия, расположенные на длинных цветоносах в пазухах верхних листьев. Плод – желтовато-зеленая, эллиптическая, колюче-щетинистая «тыквина», длиной 3-6 см. Семена темно-коричневые округло-эллиптические, длиной 5-б мм. Плод легко отделяется от плодоножки, и семена вместе со слизью с силой выбрасываются наружу через образовавшееся отверстие.

Цветет с июля до сентября; плоды созревают в августе-сентябре.

Размножается семенами.

В России встречается на Кавказе, на Украине, в Туркмении

преимущественно как сорное растение по берегу морей, реже на сухих глинистых склонах.

Используется надземная часть и плоды (чаще сок из недозревших плодов). В плодах содержатся: α-элатерин, β-элатерин В надземной части следы алкалоидов. Накапливает тритерпиноиды, в подземной части кукурбитоцины (до 1,7 %); стероиды; флавоноиды (до 1,5 %); лигнаны; фенолы. В семенах содержится жирное масло (33,3 %).

В традиционной медицине и в гомеопатии применяют как сильное слабительное средство, при водянке, желтухе новорожденных, перемежающейся лихорадке, ревматизме, ишиасе, невралгиях, подагре, аменорее, геморрое и как противоглистное, мочегонное. Элатерины обладают противораковой активностью. Сумма биологически активных веществ, содержащихся в надземной части, оказывает действие при лечении инфекций; вещества, содержащиеся в плодах – при абсцессах, инфекционном гепатите, болезнях уха, горла, носа.

Растение ядовито для домашнего скота [18].

БОБОВНИК АНАГИРОВИДНЫЙ

Laburnum anagyroides Medik.

семейство бобовые - *Fabaceae*

Встречается под названиями ракитник, золотой дождь, волкоцвет, красная акация.

Небольшое дерево или кустарник высотой 70-130 см с прямыми и повисающими ветвями, покрытыми светлобурой, бороздчато-морщинистой корой. Листья длиной 3-8 см, шириной 1,5-3 см, на длинных цветоножках длиной 7-8 см. Листовая пластина продолговато-эллиптическая. Цветки золотисто-желтые в многоцветковых, повисающих кистях. Плод - боб.

Цветет в июне – июле; плоды созревают в августе – сентябре. Размножается семенами.

Разводится в садах и парках Белоруссии, Украины, Крыма, на Кавказе

и в Средней Азии.

Все органы содержат алкалоиды: в листьях (0,3 %), в цветках (0,2 %), в семенах (1,5 %). Основной из них цитизин (0,6-0,8 %). Из других алкалоидов имеются спартеин, изоспартеин, лупанин, саротамнин, генистеин, лубурнин, содержатся также гликозиды - скопарин, гидрокситирамин; каратиноиды - ксантофил, хризантемксантин и др.

Растение ядовито.

При переедании у животных возможны отравления со смертельным исходом.

Поэтому применять его следует только под наблюдением врача. Самолечение строго воспрещается.

На Руси траву бобовника использовали для возбуждения дыхания. Это заинтересовало ученых. На основе алкалоида цитизина был создан препарат Цититон, возбуждающий дыхание. Применяется он при рефлекторных остановках дыхания при операциях, травмах и различных отравлениях, при ослаблении дыхательной и сердечно-сосудистой деятельности, при интоксикации и инфекционных заболеваниях организма, при шоке и коллаитодных состояниях, угнетении кровообращения в послеоперационном периоде, при асфиксии новорожденных.

В гомеопатии листья и цветки бобовника используют при лечении водянки головы и головокружения, конвульсий и глазных болезнях. Применяются: *Cytisus laburmum – Injeel (forte) (D4), D12, D30, D200.*

БОБЫ ОБЫКНОВЕННЫЕ

Vicia faba L.

Семейство мотыльковые – *Fabaceae*

Однолетнее травянистое растение высотой до 150 см и более с хорошо развитой корневой системой. Стебель прямой, неполегающий. Листья сложные. Цветки крупные, белые, с черным бархатным пятном, расположены группами по 2 в пазухах листьев. Цветки ароматные. Плод

боб длиной 4-30 см. В фазе биологической спелости створки грубеют, твердеют, приобретают черный или коричневый цвет. Семена крупные, плоские, желтые, темно-коричневые или почти черные.

Размножается семенами.

Родина - Средиземноморье. Одна из древнейших культур. Находили бобы в раскопках в центральной Европе, относящихся к бронзовому и железному векам. Возделывали их в Палестине за тысячу лет до новой эры. В Россию попали из Западной Европы в VII- VIII вв. Как овощное растение возделываются повсеместно. В Китае сосредоточено 55 % площадей под этой культурой.

Используются плоды, превосходящие, по питательности почти все распространенные овощи. В них высокое содержание белка (до 35%), углеводов (до 55 %). По калорийности они дают в 6 раз больше калорий, чем капуста и в 3,5 раза – чем картофель. В семенах – витамин С (33 мг%), витамины группы В, провитамин А (0,2 мг%); различные ферменты; жир (около 2 %) [158].

В плодах большое количество пуринов., поэтому их не рекомендуют больным подагрой, нельзя есть сырые или плохо проваренные бобы, так как в них имеются токсины, которые разрушаются при тепловой обработке.

Входят они в состав диетических блюд, назначаемых при заболеваниях печени, почек, кишечника. Как ценный белковый продукт бобы используют для кормления скота. Их ценят при приготовлении силоса.

В традиционной медицине разваренные и протертые через сито бобы и отвар из них используют как вяжущее, противовоспалительное средство при расстройствах желудочно-кишечного тракта. Отвар зрелых плодов пьют при кашле поносе и как мочегонное средство.

Семена отваривают в молоке, растирают и прикладывают к нарывам для ускорения их созревания. Отвар травы рекомендуют при водянке, диабете, тромбофлебите.

В косметологии для промывания лица применяют отвар и настой

цветков. Горячую муку из бобов используют для компрессов при нарывах и абсцессах [199].

БОЛИГОЛОВ ПЯТНИСТЫЙ

Conium maculatum L.

Семейство укропные - *Apiaceae*

Встречается под названиями: блекота, буглав, вонючка, головолом, гориголова, дегтярка, дягиль собачий, омег, пустотел, петрушка собачья, свиная вошь.

Двулетнее травянистое растение с неприятным мышиным запахом и веретенообразным корнем беловатого цвета. Стебель ветвистый, тонкобороздчатый, полый с сизым налетом и красновато-бурыми пятнами, высотой 60-250 см. Нижние листья черешковые, триждыперистые 30-60 см длиной. Средние и верхние листья более мелкие и менее сложные, почти сидячие. Цветки мелкие, белые, собраны в многочисленные сложные зонтики, образующие щитковидно-метельчатое соцветие. Плод — двусемянка, распадающаяся на два полуплодика длиной 3-3,5 мм.

Цветет с июня до осени; плоды созревают в августе - сентябре.

Распространен почти по всей европейской части России, на Кавказе, Западной Сибири, в Средней Азии, на пустырях, сорных местах, залежах, вдоль дорог, около жилья, реже на полях и среди кустарников.

Все части растения очень ядовиты.

Содержит алкалоиды (в листьях до 0,1 %); эфирное масло (в листьях до 0,1 %); кофейную кислоту (в листьях). В цветках — кверцетин, кемпферол. В плодах алкалоиды (до 2 %), в том числе кониин (до 1%), метилкониин, конгидрин и другие; хирное масло (до 17,5 %); кумарины (до 0,6 %).

В традиционной медицине болиголов применяли как успокаивающее, противосудорожное и болеутоляющее средство при хорее, эпилепсии, коклюше, мигрени [12].

В 1900 г. на Руси применялись следующие лекарственные формы и препараты: Трава болиголова, Плоды болиголова, Густой экстракт из травы, он же с молочньм сахаром, Жидкий экстракт, Настойка свежей травы, Конеин бромисто-водородный, Мазь с экстрактом болиголова; трава входила в состав пластыря из болиголова [14,35].

В одном из русских травников приведено несколько следующих рецептов: распаренную в горячей воде траву рекомендовали прикладывать при гангрене. Такие припарки отделяют помертвелость, утоляют ломотные и подагрические боли, разводят членовые твердые опухоли, уменьшают костные наросты, чрезвычайную опухоль ног, сопровождаемую затвердением мускулов (слоновая болезнь). Экстракт болиголова полезен при затвердении внутренностей и вызванных этим припадками, при долговременной желтухе и водяной болезни, при детской сухотке, происходящей от затвердения желез, при рахите, упорном кашле и чахотке. При застарелой головной боли и долговременном воспалении глаз, при болях и скрытом раке, сопровождаемом жесточайшими мучениями; вместе с жженой морской губкой болиголов употребляют внутрь и снаружи при куриной слепоте, внутреннем катаракте, при эпилепсии и глухоте, астме, трудном глотании от затвердения гортанных желез, при носовом полипе, при зобе.

Очень хорошие результаты получены, если прикладывать листья болиголова к пораженным местам при «открытой ране»;

Из сухой травы делали порошок и давали на прием не более 0,06 г, смешав предварительно с порошком солодки или сахаром; затем порцию постепенно увеличивая и доводили до 0,9 г на прием. Также употребляется как мазь, предварительно смешав с медом, при ранах, или язвах (венерических и раковых). Мазь действует превосходно;

Пластырь из свежего сока и порошка болиголова с прибавлением канифоли и вареного масла белены использовали при «открытом раке» и других холодных опухолях [138].

Мазь с экстрактом болиголова прикладывали к воспаленным лимфатическим железам.

Порошок болиголова употребляли в качестве наружного средства против бородавок в носу. Этим же порошком лечили бельмо на глазах [65]. Собирают траву в начале цветения и осторожно сушат при температуре не выше 25° С. Хранят не более 1 года [8].

Трава входила в состав пластыря из болиголова [8].

Сгущенный сок болиголова обладает обезболивающим действием и мочегонными свойствами.

При общении с болиголовом надо помнить, что он ядовит. Конеин относится к числу сильнейших ядов. Применение внутрь болиголова смертельно опасно. Поступление в организм в больших количествах травы приводит к сильному отравлению: рвоте, конвульсиям, сильному бреду, слабости и, наконец, смерти. Существует предание, что чаша с ядом, которую должен был выпить Сократ, содержала отвар болиголова. В то же время, в малых дозах в виде порошка или сгущенного сока обладает целебными свойствами.

Это растение использовали на Руси при венерических и раковых язвах, различных опухолях, в том числе раковых. В качестве наружного средства траву предварительно распаривают в горячей воде или варят в молоке, затем прикладывают в мешочках к гангренозным местам. В таком виде травой болиголова лечили твердые опухоли, снимая подагрические боли и смягчая костные наросты [23].

Припарки из травы использовали для снятия опухоли при слоновой болезни и судорог.

Применяя траву внутрь, лечили водянку и застарелые формы желтухи. Даже в детской практике рекомендовали это растение при рахите, воспалении желез, упорном кашле, туберкулезе. В отдельных случаях использовали болиголов при упорной головной боли и длительном процессе воспаления глаз, при катаракте, а также при эпилепсии и потере слуха,

половом бессилии, костных болезнях.

Траву в виде порошка рекомендовали применять по 0,06 г утром и вечером с сахаром или с порошком солодкового корня, увеличивая постепенно дозу до 0,6-1,2 г. Прописывали и пилюли, которые состояли из одной части экстракта болиголова и 5 частей истертой мелко бодяги. Давали их по 0,3 г на прием утром и вечером, доводя постепенно дозу до 0,6 г.

Свежую траву прикладывали в толченом виде к зобу, сменяя повязку два раза в день.

При промывании злокачественных язв использовали 3,7-7,4 г экстракта травы, растворенного в 360 мл известковой воды. Эта смесь отличалась хорошим ранозаживляющим действием. Применяли и мазь из порошка травы болиголова с медом при вышеуказанных язвах.

Наружные формы рака лечили путем прикладывания к ним свежих листьев болиголова, смазанных медом.

В аптеках на Руси продавали несколько лекарственных форм: Болиголовный пластырь, Сгущенный сок или экстракт болиголова в дозе 0,06-0,12 г для приема утром и вечером в пилюлях 1/5 части порошка травы. Запрещался прием дозы свыше 1,2 г.

Иногда люди путают корни этого растения с корнями петрушки или пастернака, что приводит к серьезным отравлениям и даже смерти. В случаях отравления надо сразу принять теплую воду, подслащенную медом и вызвать рвоту. Припарки из травы болиголова рекомендовали при груднице у женщин, когда отмечался большой прилив к соскам молока [90].

Если трава попадет случайно в корм свиньям, кроликам, гусями собакам, то они погибают. В то же время такое сено спокойно едят коровы, овцы и козы. В ветеринарии припарки из травы болиголова и пастушьей сумки прикладывали при распухшем вымени у коров и затверделых желваках.

В гомеопатии болиголов применяется в виде спиртовой настойки из свежего растения и является одним из самых лучших и действующих средств

от раковых опухолей, припухания лимфатических желез, золотухи, от малокровия, головных болей, запора, задержки мочи, сухого судорожного кашля, чувства страха, от задержки менструаций, изжоге, шумев ушах дают 1 каплю спиртовой настойки или 2 капли 1-го или 2-го разведения 1-2 раза в день [42]. Применяют болиголов в гомеопатии : *Conium-Injeel (forte) S (D4), D12, D30, D200*. Помогает он при куриной слепоте, катаракте, эпилепсии, глухоте, астме.

В ветеринарии гомеопатические формы болиголова даются животным при злокачественных опухолях и при гноетечении из ушей. Внутрь дают 2 -3 капли настойки с пойлом. Помогает он при смазывании больных мест на теле животных (25-30 капель спиртовой настойки на 60 мл кипяченой воды).

БОРЕЦ БЕЛОУСТЫЙ

Aconitum leucostomum Vorosch.

Семейство лютиковые – *Ranunculaceae*

Многолетнее травянистое растение высотой 50-200 см с вертикальным корневищем. Прямостоячий стебель покрыт волосками. Пластинки листьев крупные, длиной 8-20 см и шириной 20-40 см, плотные. Соцветие верхушечная плотная многоцветковая кисть длиной 40-50 см. цветоножки с двумя прицветниками, цветки с фиолетовым околоцветником и высоким (1,5-3 см) верхним чашелистиком в виде шлема с вытянутым носиком и двумя парами боковых и нижних чашелистиков. В зеве цветка почти всегда имеется по белому пятну. Плоды – многосемянные трехлистовки. Семена трехгранные, темно-коричневые, длиной 4 мм и шириной 2-2,5 мм, гладкие.

Цветет в июле – августе; плоды созревают в августе – сентябре.

Встречается в России в горных системах Южной Сибири – Кузнецком Алатау, на Алтае, в Саянах.

В надземной части также алкалоиды (0,3-1,17 % в листьях, 0,62-3,99 % в стеблях) мезоконитин, аксин, аконитин, лаппаконитин, эксцельзин; сапонины; дубильные вещества; кумарины; флавоноиды. В корнях до 27 %

алкалоидов. В семенах жирное масло (до 37 %).

Фармакопейный вид. Используется для производства ценного антиаритмического препарата Аллапенин и в других случаях, подобно борцу северному (*A. septentrionale Koelle).*

БОРЕЦ СЕВЕРНЫЙ

Aconitum septentrionale Koelle

Семейство лютиковые – *Ranunculaceae*

Многолетнее травянистое растение высотой 80-250 см с ребристым стеблем. Прикорневые листья крупные, длиной до 30-45 см и шириной до 45-60 см, сердцевидные, с середины листовые пластинки трехраздельные, крупнозубчатые, доли от 3 до 9. Соцветие рыхлая многоцветковая кисть длиной 40-50 см. Цветоножки с двумя прицветниками, длиннее цветков. Цветки бледно-фиолетовые, чашечка венчиковидная с чашелистиком в виде шлема с выдающимся носиком; завязь трехпестичная. Плоды – многосемянные трехлистовки, иногда слегка опушенные. Семена трехгранные, темно-коричневые, длиной 4 мм, шириной 2-2,5 мм.

Цветет в июне – июле; плоды созревают в августе – сентябре.

Распространен в Европе, Сибири, северо-Восточном Казахстане и Северной Монголии.

В подземных органах содержатся: транас-аконитовая кислота; алкалоиды (2,4-4,9 %) мезаконитин, эксцельзин, аксин, аксинатин, лаппаконитин (0,38 %), циноктониин и другие. В надземной части содержатся алкалоиды (до 0,5 %), проазулены; кумарины; флавоноиды. Влистьях витамин С; в цветках алкалоиды (0,21-3,5 %); в семенах жирное масло (29-34 %).

Борец - фармакопейный вид и используются для производства ценного антиаритмического препарата Аллапенин. Он замедляет скорость проведения импульсов по предсердиям и системе Гиса-Пуркинье. Назначают при наджелудочковой и желудочковой экстрасистолии, пароксизмах мерцания и

трепетания предсердий, при синдроме Вольфа-Паркинсона-Уайта, при аритмии на фоне инфаркта миокарда.

Принимают таблетки за 30 минут до еды в измельченном виде, запивая теплой водой, по 1 таблетке (0,025 г) каждые 8 часов. Суточная доза 0,3 г (под контролем врача).

Используется также в комплексной терапии при онкозаболеваниях. На наружные раковые язвы делают компрессы из водных и спиртовых препаратов, слабо смоченными марлевыми салфетками по 1 часу 2-3 раза в день. Обрабатываются также окружающие здоровые участки кожи и близко расположенные лимфатические узлы.

В официальной медицине известна также настойка корней Аконита джунгарского (*A. soongaricum Stapf.*), применяемая как болеутоляющее средство.

Аконитy – очень ядовитые растения. Смертельная доза их всего 0,003-0,004 г. В больших дозах вызывает судороги, паралич дыхательного центра. Особо опасны растения в период цветения. При сборе и обработке сырья аконита необходимо использовать защитные перчатки, т.к. яд может впитываться в кожу. О ядовитых свойствах аконита люди знали с незапамятных времен. Род достаточно обширен и представлен 300 видами, из которых 70 произрастают в нашей стране. Названия его в народе: “волчья смерть”, “царь-зелье”, “мучительная трава”. В старинных русских травниках его называют “борец”, “иссыккульский корешок”

В Китае и Древней Греции из аконита получали яд для стрел. В Непале им отравляли воду, мясо коз и овец.

Впервые алкалоиды аконита были открыты в 1820 г. французским химиком Пешье.

В традиционной медицине Руси аконит был известен как наружное болеутоляющее средство при раковых заболеваниях. Считалось, что название “борец” связано с тем, что никакое растение так самоотверженно не сражается с самым грозным заболеванием – раком. Этим растением

излечился А.И.Солженицын, который в своем произведении “Раковый корпус” писал: “Что-то есть благородное в лечении сильным ядом: яд не притворяется невинным лекарством, он так и говорит: “Я-яд! Берегись!.Или-или! И мы знаем на что идем!”… “.

Лекарственную форму готовят следующим образом: 10 г сухого корня измельчают, настаивают в 0,5 л 40-50° спирта в течение 2-х недель. Принимают настойку за 30 минут до еды 1 раз в день, начиная с 1 капли, растворенной в ½ стакана прохладной кипяченой воды. если у больного появляются неприятные ощущения в области сердца, головная боль, головокружение, тошнота, то даже такая доза является для него большой и ее нужно уменьшить, привыкнуть к минимуму, а через 2-3 недели увеличивать дозу (с максимумом 40-45 капель). Однако некоторым больным аконит не подходит.

Для лечения рака желудка и двенадцатиперстной кишки, злокачественной анемии и сепсиса традиционная медицина рекомендует применять внутрь водно-спиртовую настойку аконита джунгарского. Хотя многие из опрошенных больных принимали настойку при раке кишечника и матки.

Способ приготовления настойки: 5 г измельченных корней аконита джунгарского залить 500 мл водки или 60 %-ного спирта и настаивать в темном месте 3 суток, периодически встряхивая (некоторые авторы рекомендуют настаивать неделю). По данным разных источников, необходимо принимать по 1-3 капли за 30 минут до еды 2-3 раза в сутки, запивая ½ стакана прохладной кипяченой воды. Эта доза усредненная. Лучше принимать по вышеописанной схеме, начиная с 1 капли 1 раз в день и постепенно увеличивая дозу.

В восточной народной медицине рекомендуют принимать отвар аконита джунгарского. Способ приготовления отвара: в фарфоровую посуду объемом 1-1,5 л опустить 2-3 корня (клубня), залить холодной водой и кипятить на слабом огне в течение 2 часов, затем корни из отвара удалить.

Отвар употребляют только горячим, 1 раз в день перед сном по ½ пиалы. Посуду с отваром укутать полотенцем и поставить в хорошо защищенное от посторонних место. каждый раз перед употреблением отвар обязательно доводить до кипения и пить только горячим. Считается, что отвар, принятый в холодном виде, приведет к смертельному отравлению больного.

БУДРА ПЛЮЩЕВИДНАЯ

Glechoma hederaceae L.

Семейство яснотковые - *Lamiaceae*

Встречается под названиями: райская трава, одолень, земляной плющ, кудра, судра, мудрия, грудная трава, котовник, котовы яички, крыночна трава, кошачья мята, орлики, расходник и др.

Многолетнее травянистое растение. Стебли длиной до 70 см, стелющиеся или приподнимающиеся, с многочисленными окореняющимися побегами. Черешки нижних стеблевых листьев длиной 5-6 см, средних короче - 2-3 см. Листья почковидные или округло-почковидные, по краю городчатые. Цветки собраны по 3-4 шт. в пазухах средних листьев. Венчик сине-фиолетовый, с темными пятнами в зеве. Плоды - орешки буроватого цвета длиной до 2 мм. Размножается семенами и отводками. Цветет в мае-июне; плоды созревают в июне.

Распространена в европейской части нашей страны, особенно на юге Карелии; ареал включает Зауралье, Среднюю Азию, Сибирь, занесена на Дальний Восток, на востоке достигает Охотска, Камчатки; на юге произрастает в Закавказье. Растет почти повсеместно на полях, вдоль дорог, рядом с жильем.

В траве содержится 0,3% глехомного эфирного масла, обладающего антисептическим и ранозаживляющим свойствами; дубильные вещества (8 % танина); сесквитерпиноиды и монотерпиноиды, в т.ч. иридоиды (до 1,3 %); смолы; сапонины. Кроме того содержит алкалоиды (0,1 %) флавоноиды (0,63

%), смесь тритерпеновых кислот (0,67 %), урсолевые кислоты и β-ситостерин, а также свободные аминокислоты – метионин (0,29%), цистеин (0,12%), серин (0,06%), холин, каротин. В листьях 78,9 мг% аскорбиновой кислоты (33). Растения содержат сесквитерпеноиды.

Будра плющевидная – ядовитое растение и при использовании необходимо соблюдать требует соблюдать точно дозировку [16]. Растение считается ядовитым и для животных.

Надземная часть обладает диуретическим, антигельминтным и антисептическим действием. используется при желудочных коликах, болезнях пищеварительной системы, геморрое, фурункулезе и болезнях кожи. Листья и трава используются при зубной боли, болезнях уха, горла и носа, гайморите, ангине, туберкулезе легких, малярии, чесотке и нарушении деятельности щитовидной железы.

Положительное влияние растения на заболевание печени обусловлено содержащимися в нем свободными метионином и холином. Растение обладает противоопухолевой активностью. В эксперименте на животных отмечалось торможение роста метастазов карциномы легких Льюиса на 80%; отмечено достоверное повышение уровня лейкоцитов до нормы, при этом водный настой растения более эффективен, чем спиртовая настойка.

На Руси лекарственные формы будры применяли как тонизирующее средство, при хроническом катаре, астме, накожных болезнях, при камнях мочевого пузыря, для улучшения обмена веществ, при болезнях печени, селезенки, камнях, желудочных болезней, энтерите, золотухе, малокровии (в виде салата).

В традиционной медицине будру широко применяют при пиелонефритах, циститах и почечнокаменной болезни, а также при подагре, малярии, при потере слуха, при зобе, для усиления аппетита, в качестве седалищного средства и при долго не заживающих ранах и свищах.

Трава будры имеет крепкий запах, приятный, горьковатый вкус. Применяют ее при упорном кашле, кровохарканье, в детской практике - при

накоплении песка в мочевых путях и при водянке. Траву ее в виде чая пьют с медом, при мочекаменной болезни.

В Воронежской области отвар пили от грудной боли, от лихорадки, болезней мочевого пузыря, при цинготных ранах, к ним прикладывали свежую толченую траву.

При воспалении легких рекомендовали настой: по 2 столовые ложки листьев 6удры и почек любого вида тополя или осиновых почек и 1 столовую ложку цветков бузины черной. Эту смесь заваривали 3 стаканами кипятка и принимали в течение дня.

При болезни почек и мочевого пузыря принимали по 3 столовые ложки 4 раза в день настоя из 10 г листьев будры на стакан кипятка. С этой целью можно принимать и по 15 капель настойки [116].

Горячие компрессы из отвара будры применяли при язвах, гнойниках. При подагре рекомендовали заваривать чай из травы, а также делать теплые (32-35°С) ванны с отваром. Порошки, настои цветущей травы эффективны при болезнях печени и почек, грудных, легочных, ушных болезнях, афтозном стоматите, для выведения глистов.

По данным народных корреспондентов, при бронхиальной астме принимают настойку из будры (15 г листьев на 100 мл спирта или стакан водки) по 15 капель 3 раза в день. Входила будра и в грудные сборы.

В традиционной медицине используют различные лекарственные формы.

Для внутреннего применения рекомендуется настой: 2 чайные ложки измельченной травы на 1 стакан кипятка (суточная доза), выпивают в 3 приема.

Порошок из сухих листьев употребляют по одной щепотке 3 раза в день.

Для наружного применения 1 столовую ложку травы настаивают в стакане кипятка или кипятят в 1,5 стаканах воды в течение 15 мин. Принимают после того как отвар остынет [65]. Из свежей травы весной

выжимают сок пьют по 30 г дважды в день.

Две чайные ложки измельченной травы настаивают в 1 стакане кипятка (суточная доза), выпивают в 3 приема.

Из сушеных листьев делают порошок и принимают по 0,9 г, или смешивают кашицу из свежих листьев с медом. Применяют порошок по 1 щепотке 3 раза в день.

История изучения будры в России началась с необычного случая. В 1982 году. Наша лаборатория Ботанический сад (ВИЛАР) в те годы плотно работала со Всесоюзным Онкологическим Научным Центром (ВОНЦ) по поиску растений, обладающих противораковой активностью. В один из дней проф. Рабиновича пригласили в Центр на собеседование. Больной Х был выписан из Центра в связи с неоперабельной опухолью мозга. Через 3 месяца после выписки больной вновь появился в Центре своим ходом и сказал: «Вы меня похоронили, а я уже 2 месяца работаю». Так началась история по изучению этого растения. Как всегда крайней оказалась традиционная медицина. Как сообщили источники сразу из 3-х зон (Сибирь, Средняя Азия, Крым) в Центр обратились народные целители с одним и тем же рецептом лечения опухолей будрой. Поили они больного чаем будры и в течение 2-3 месяцев он себя почувствовал гораздо лучше. Обследование показало, что вместо обширной опухоли осталось пятно с 5-тикопеечную монету. Больной продержался почти 5 лет, но затем произошел рецидив и его не стало. Однако, мы с онкологами решили продолжить исследования будры и испанским ученым Ф. Бланко была защищена докторская диссертация. В дальнейшем исследования, к сожалению, были приостановлены из-за отсутствия финансирования, но мы убедились в высокой противоопухолевой активности этого растения и рекомендуем серьезно заняться этим объектом.

Траву будры плющевидной применяют также в дерматологии при кожном зуде, экземе, васкулитах, псориазе, нейродермите. Для этого берут 5 г измельченной травы и заливают стаканом кипятка, настаивают 15-20 мин, процеживают и принимают по 0,25 стакана 4 раза в день. При фурункулах,

язвах, для заживления ран прикладывают свежие или сухие листья, предварительно измельченные и запаренные кипятком [162]. При чесотке применяют 2 раза в день настойку из листьев будры на уксусе.

В Германии применяют лекарственную форму "Теер" –таблетки из свежего сока с наполнителем (50% растительного вещества). Собирают все растение в период цветения и сушат без доступа солнечных лучей [201].

В ветеринарии отвар растения использовали, как глистогонное средство для лечения лошадей. Сок травы в смеси с вином применяли для промывания глаз (утром и вечером) при выведении бельма у лошадей. Траву охотно поедают только овцы.

Будра является хорошим медоносом – в каждом цветке содержится 0,02 мг нектара.

БУЗИНА ВОНЮЧАЯ

Sambucus ebulus L.

Семейство жимолостные - *Caprifoliaceae*

Встречается под названиями: бузник, базник, бузина травянистая, вязовина, вязовник, бузина малорослая, бузина красная, бузина собачья и другие.

Многолетнее травянистое растение с прямым, ветвистым стеблем высотой 0,8-2.0 (иногда до 6) м. Листья непарноперистые, с продолговато-ланцетными, заостренными, пильчатыми листочками, которые в количестве от 5 до 9 расположены супротивно. Цветки белые, собраны в соцветия, представляющие зонтиковидную, плоскую, прямостоячую метелку с 5-ю главными веточками. Плод черно-фиолетового цвета, ягодообразный, с 3-мя косточками. Все растение имеет неприятный запах.

Цветет в июне – июле; плоды созревают в июле – августе.

Распространена на Кавказе, юге европейской части России, на Украине, где встречается как сорное растение в садах, у поселков, по берегам рек и ручьев, по канавам, оврагам. Часто образует чистые заросли.

В листьях бузины травянистой содержатся алкалоиды (до 0,12 %), в стеблях - до 0,08 %, в семенах - до 0,1 % [5]; эфирное масло; аскорбиновая кислота (до 280 мг%) [11]; в корнях дубильные вещества, горечи, сапонины; в плодах эфирное масло, дубильные вещества, валериановая и яблочная кислоты [141 а]. В цветках содержатся циклитопы (кверцит); флавоноиды (кемпферол); антоцианы (цианидин, дельфинидин, пеларгонидин, мальвинидин, петунидин, пеонидин); амигдалин; сахароза.

Плоды возбуждают аппетит; листья используются при ревматизме и лимфогрануломатозе; цветки – при респираторных инфекциях и ларингите. Подземная часть, цветки и листья применяются при полиартрите. Плоды и семена используют при лечении малярии, бешенства, туберкулеза [62].

В традиционной медицине на Руси применяли цветки и плоды бузины при простудных заболеваниях как потогонное средство [68]. На Кавказе листья в виде компрессов применяли при ревматизме, в толченом виде при подагре, а сироп из ягод при малярии [49]. Корни, семена и ягоды использовались как мочегонное средство. Цветки обладают противоревматическим действием, а толченые корни применяли как ранозаживляющее средство [62].

Имеются данные о применении этого вида бузины при насморке, в качестве глистогонного средства, при заболеваниях почек; спиртовой вытяжке цветков при астме, сыпях, роже.

В корнях содержатся вещества, способные при передозировке вызывать рвоту и сильный понос; имелись случаи отравления детей, поевших ягоды, со смертельным исходом. Поэтому при назначении повышенных доз требуется большая осторожность.

Бузину травянистую использовали в период цветения как средство, способное отгонять крыс, мышей, что следует иметь в виду при работах на приусадебном участке и в ветеринарии. Соком ягод истребляли клопов.

Цветками бузины обкладывают яблоки при хранении; при этом они лучше сохраняются и приобретают хороший запах [25].

Плоды с уксусом и квасцами использовали для окрашивания кожи и пряжи в синий цвет.

Из семян, смоченных теплой водой и крепко выжатых, получали масло, применяемое при “водяных опухолях“. Цветки обладают потогонным действием. Кисель из плодов может заменить по своим слабительным свойствам кассию [21].

В гомеопатии применяют спиртовую вытяжку из цветков и листьев при ишемической болезни сердца, перемежающейся лихорадке, болезнях органов дыхания, бронхиальной астме.

БУЗИНА ЧЕРНАЯ

Sambucus nigra L.

Семейство жимолостные – *Caprifoliaceae*

Кустарник или небольшое дерево высотой до 10 м, ствол до 30 см в диаметре. Молодые ветви зеленые, затем буровато-серые. Сердцевина ветвей белая, мягкая. Листья супротивные, сложные, непарноперистые, длиной до 30 см. Цветки мелкие, 5-8 мм в диаметре, кремово-белые, душистые, собраны в густые зонтиковидные метелки до 20 см в диаметре. Плоды – сочные костянки до 6 мм в диаметре, черно-фиолетового цвета, блестящие, с 2-4 яйцевидными коричневыми косточками.

Цветет в мае – июле; плоды созревают в августе – сентябре. Размножается семенами или вегетативно (черенками, отводками). Посев семян производят с осени или ранней весной, на глубину 0,5-2,0 см. Для весеннего посева семена требуют стратификации в течение 4 месяцев.

Цветки собирают в период цветения до осыпания венчиков. Складывают без уплотнения в корзины и сразу же отправляют на сушку. Заготавливают цветки в течение 15-20 дней. Сушат сырье на чердаках, под железной или черепичной крышей, или под навесами с хорошей вентиляцией. Раскладывают цветки тонким слоем до 1 см на бумаге. В

сушилках температура не должна превышать 40-50°С. Хранят цветки в затемненных, хорошо проветриваемых помещениях.

Широко распространена по всей Европе, в т.ч. в европейской части России, в юго-западных и центральных районах и на Кавказе.

Используют цветки бузины, содержащие гликозид самбунигрин, самбуцин, рутин; эфирное масло (до 0,32%); холин; хлорогеновую, кофейную, валериановую, яблочную, уксусную кислоты; витамин С (82 мг%).

В официальной медицине настой цветков бузины *(Inf. Florum Sambuci)* применяют в качестве потогонного, мочегонного, вяжущего и противовоспалительного средства. Рекомендуют ее при простудных заболеваниях, бронхиальной астме.

Бузина действует желчегонно, поэтому ее целесообразно включать в сборы при лечении заболеваний печени и желчевыводящих путей. При болезнях почек и мочевого пузыря настой бузины оказывает противовоспалительное, мочегонное и спазмолитическое действие.

В качестве слабительного средства настои и кисели из ягод бузины применяются в педиатрии.

В традиционной медицине бузину применяют при лечении сахарного диабета, ревматизма, подагры, а также наружно при ожогах, опрелостях, фурункулезе, трофических язвах, для компрессов , припарок и для полоскания рта и глотки.

Противопоказания – неизвестны.

Настой готовится из 2 чайных ложек цветков, залитых стаканом кипятка и настоянных в течение 15 минут. Принимают по 2 столовых ложки 5-6 раз в день.

В аптеках отпускается в упаковках по 100 г.

Бузина издавна широко применялась в традиционной медицине. Считалось, что свежая кора дерева обладает силой “проносной, водогонной и, отчасти, рвотной”; сухие цветки силой “потогонной, умножающей молоко

в груди”. Кору бузины употребляли при водянке и отеке ног. Листья бузины также употреблялись при водянке и в качестве средства для рожениц, имевших “трудное родовое кровоочищение”.

В качестве лечебного средства бузину начали использовать еще в средние века. Настой цветков бузины – хорошее мочегонное и потогонное средство при простуде. Для его приготовления 1 столовую ложку цветков заливают стаканом кипятка, настаивают 30 минут, процеживают и употребляют в горячем виде; им же полощут рот и горло.

Примочки, влажные повязки, пропитанные настоем, ускоряют заживление ожогов, ран, фурункулов.

Отвар из цветков применяют при ревматизме, подагре и артритах.

Экстракт из ягод употребляют как слабительное. Сок ягод рекомендуют при сахарном диабете, гепатите, язвенной болезни желудка.

Гиппократ рекомендовал прикладывать листья бузины при отеках ног, а также для смягчения подагрических болей в суставах и при геморрое. Цветки бузины использовались при простудном кашле, грудных мокротных припадках и при “колотье” в груди, особенно при трудном отделении мокрот; при ревматизме, ломоте в суставах; накожных сыпях и при рожистых воспалениях. Врачи древности считали, что при продолжительном употреблении отвара цветков бузины кормилицы, страдавшие хронической рожей, не только избавлялись от этой болезни, но при этом у них увеличивалось количество молока в грудях.

Цветки бузины, “производя обильную испарину, отвращают следствия простуды”. Они помогают скорому “выхождению наружу” сыпи при кори, краснухе и других кожных “высыпях”.

Гиппократ рекомендовал употреблять свежие и сушеные ягоды бузины при “водяных опухолях, маточных и простудных”.

Наши предки использовали и отвар всего растения (корень, цветы, листья) – как средство, регулирующее обмен веществ. Свежие ягоды и отвар цветков употребляли при ревматизме, подагре и болезни почек.

Использовали как потогонное, мочегонное, слабительное, противо-воспалительное и противолихорадочное средство. В традиционной медицине сок ягод рекомендуют применять при воспалении седалищного и тройничного нервов.

Кора бузины черной обладает мочегонным действием. Ее использовали при заболеваниях почек и мочевого пузыря.

Вот несколько рецептов при самых разных заболеваниях:

- при задержке жидкости в организме взять 30 г корней бузины черной или травянистой, залить 1 л кипятка, упарить наполовину и принимать по 150 г перед едой в течение 2 месяцев;

- при охриплости голоса измельчить 2 головки чеснока, добавить 2 столовые ложки цветков бузины и 3 столовые ложки меда, залить 600 мл кипятка; пить в теплом виде по 50 г каждый час; курс лечения – 3 дня;

- при дизентерии взять по 5 столовых ложек плодов терна и бузины черной, залить 1 л кипящего вина, настоять в теплом месте;

- при запорах спелые ягоды бузины черной в гроздьях промыть в холодной воде; когда вода стечет, оборвать плодоножки и сразу же засыпать ягоды в кастрюлю или горшок, добавить сахар (1 стакан на литровую банку ягод) и тотчас довести до кипения; кипятить не более 15-20 минут; при варке следует быть очень внимательным: отвар бузины сбегает даже сильнее, чем молоко; переложить полученную массу в пропаренные банки и закрутить их; принимать по 2-3 столовые ложки 2-3 раза в день; ягоды бузины (только варенье) ликвидируют запоры, стабильно улучшают работу желудка, нормализуют желчегонные процессы, регулируют кровяное давление;

- при мастите можно смешать поровну цветки бузины и ноготков, траву зверобоя; столовую ложку смеси довести до кипения ; отвар необходимо пить глотками в течение дня;

- при парадонтозе настой травы вместе со зверобоем и листом смородины используют для полосканий;

- молодые листья бузины, слегка отваренные в молоке, прикладывают на места ожогов, опрелостей, а также на геморроидальные узлы;

- даже большие степени близорукости излечиваются ягодами бузины черной; уложить слоями ягоды бузины и сахар в трехлитровую банку и настоять на солнце 3 дня; принимать по 1 чайной ложке образовавшегося сока 3 раза в день за 15 минут до еды;

- при заболевании почек и мочевого пузыря, сопровождающихся отеками, сделать сбор (по 2 части цветков бузины, коровяка, травы мяты перечной и плодов шиповника, по 3 части травы донника, зверобоя и мать-и-мачехи, по 4 части травы душицы и листьев шалфея, 1 часть семян и 7 частей травы пустырника); все смешать, 2 столовые ложки сбора засыпать в термос и залить 0,5 л крутого кипятка; на следующий день весь настой выпить в 3 приема в теплом виде за 20-30 минут до еды;

- при парадонтозе, нагноении и воспалении десен, сильной зубной боли 1 столовую ложку сухих цветков бузины залить 1 стаканом кипятка, а лучше молока; настаивать 5-10 минут; в течение дня несколько раз полоскать рот настоем.

Наш выдающийся хирург Н.И.Пирогов в “Вопросах жизни “ писал: “По моему опыту, нет более надежного средства против простудных катаров, как бузиновый цвет “. О том же свидетельствует высказывание И.И.Сумарокова: “В медицинском отношении бузиновый цвет есть одно из употребительнейших потогонных средств; его дают в виде настоя при катаральных и простудных болезнях, для восстановления прекратившейся испарины и скрывшихся внутрь накожных сыпей, как то: оспы, кори, скарлатины. Подушки из сухих цветков прикладываются к холодным опухолям и отекам“.

Варенье из черной бузины готовят из расчета: 1 кг ягод бузины, 2 кг сахара, лимонная кислота по вкусу и 0,5 л воды. Ягоды промыть, дать стечь воде и пропустить через мясорубку. Добавить в полученную мякоть воды и варить 15 минут. Сутки настоять, массу отжать, настой процедить, засыпать в

него сахар и варить 20 минут, добавить лимонную кислоту. Так же делается варенье из ягод калины, снятых с куста после заморозка. Из них можно приготовить красивое, вкусное и полезное желе, если уменьшить количество сахара и добавить при варке желатин.

Ягоды бузины черной используют для профилактики старения. По мнению ряда фитотерапевтов, ежедневное употребление ягод бузины черной продлевает жизнь и молодые годы (2 столовые ложки сухих ягод заливают 1 л воды, добавляют 5 столовых ложек меда, кипятят 6 минут , процеживают и пьют напиток горячим как чай несколько раз в день).

Бузина черная, в отличие от бузины красной, не содержит никаких вредных веществ.

Все органы растения имеют разнообразное применение. Сладковато-кислые плоды содержат много аскорбиновой кислоты (до 50 мг%), помимо лечебного имеют пищевое значение. Их используют для приготовления муссов, мармелада, желе, компота, уксуса, начинки для конфет. Из сока ягод, после их брожения, гнали водку. Цветки бузины, добавленные к белому виноградному вину и уксусу, придают им мускатный вкус. Сок ягод применяли для подкрашивания алкогольных напитков. Из свежих цветков бузины с добавлением лимонного сока и воды, путем сбраживания, приготавливали освежающий напиток. Цветки применяются в парфюмерном производстве (бузиновая вода), а также для сдабривания шампанских вин. Если соцветия черной бузины добавить в тесто, печенье приобретает миндальный привкус. Их также используют как экзотическую приправу к первым блюдам. Англичане готовят фирменное десертное блюдо: соцветия целиком обмакивают во взбитый до стойкой пены белок, посыпают сахарной пудрой и запекают в духовом шкафу. Получается воздушное пирожное, которое подают с малиновым сиропом.

Используют красящие вещества плодов при окраске шелка и хлопчатобумажных тканей в оливковый и черный цвет; при этом к соку ягод добавляли зеленый купорос. Смешанный с квасцами, сок дает синюю краску.

Из сока ягод с прибавлением небольшого количества квасцов и уксуса, делали чернила. Сельские красавицы соком ягод чернили себе брови.

Древесина идет на различные поделки и сапожные гвозди. Бузину относят также к хорошим медоносам.

Там, где растет бузина, не поселяются мыши и крысы, потому что ее корни выделяют синильную кислоту. Уходят от запаха бузины и вредители ягодников. В ее аромате много губительных для насекомых едких веществ. Еще эффективнее действие смеси настоя бузины и ботвы помидоров при опрыскивании ими деревьев против мотыльков и яблонной плодожорки. Приготавливают настой следующим образом: измельчают 5-6 веток бузины на небольшие кусочки, заливают 15 л воды, кипятят 1-1,5 часа, после чего охлаждают. Отдельно приготавливают 10 л настоя с 400 г измельченной ботвы помидоров, который настаивают 3-4 часа и после этого кипятят 30 минут на слабом огне. Процедив, оба настоя смешивают. Для опрыскивания деревьев и кустов 2 стакана полученной смеси разбавляют в 10 л воды.

В гомеопатии бузина *(Sambucus nigra)* широко применяется при болезнях органов дыхания, бронхиальной астме и ишемической болезни сердца.

БУКВИЦА ЛЕКАРСТВЕННАЯ

Betonica officinalis L.

Семейство яснотковые - *Lamiaceae*

Встречается под названиями: чистец буквицецветный, бабки, бетоника, буквиця, буквица красная, буквица черная, шалфей полевой, сорокозуб, дыман, золотник, глухая крапива, материна, любка, буква, божьи ручки, бараньи язычки, гашник.

Многолетнее травянистое растение высотой 40-100 см с прямым стеблем. Родовое название Буквица (в переводе «красивая голова») дано за красоту соцветия, состоящего из крупных цветков. Листья у него продолговато-яйцевидные длиной 10-13 см, шириной 5-6 см на длинных

черешках до 15 см. Цветки небольшие, темно-розовые, сидячие, собраны в многоцветные мутовки, расположены в пазухах прицветных листьев. Чашечка длиной 2-3,5 мм, трубчато-колокольчатая. Плод – орешек, продолговато-яйцевидный. Размножается семенами. Цветет с июля до сентябри. плоды созревают в июле-сентябре. Заготавливают траву в фазу цветения. Хранят не более двух лет.

Распространена в европейской части нашей страны, на Кавказе, в Западной Сибири в редких березняках, по опушкам, полянам, сухим лугам, среди кустарников. В надземной массе содержатся алкалоиды (0,2-0,5 % стахидрина); дубильные вещества (3-5 %); флавоноидные гликозиды; тритерпеновые сапонины; смолы; холин; бетаин; эфирное масло; витамины С и К; в семенах (42 %) жирное масло.

Траву собирают во время цветения, сушат на солнце и сохраняют в сухой, хорошо укупоренной таре. В официальной медицине используется буквица олиственная (*Betonica foliosa Rupr.*). Распространена она в горных и лесных районах Средней Азии, Тянь-Шане, Памире. В России – на Урале, Кавказе, Западной Сибири, в Европейской части; встречается в коллекциях ботанических садов.

Стахидрин свертывает кровь, снижает кровяное давление [39].

Жидкий экстракт её на 40°-ном спирте (1:1) рекомендован в качестве маточного средства при субинволюции матки после родов и абортов, при гинекологических кровотечениях различной этиологии, в том числе при кровотечениях на почве фибром.

Буквица лекарственная издавна применяется в традиционной медицине. Особое внимание ей уделял Гален, а Антоний Муза и Луций считали её «непреложным средством от 46 недугов» [159]. Со времен древнего Рима до середины XIX века это растение широко использовали при лечении многих заболеваний, а с 1853 г. оно незаслуженно забыто. Гален писал, что ее трава с цветками употреблялась при «слабости нервов, головных припадках и судорожных болезнях».

В традиционной медицине на Руси траву (*Herba betonicae*) использовали вместо чая от головной боли, при подагре. Порошок из сухих листьев рекомендовали нюхать при длительном насморке [49]. В сушеном виде мелко истолченные коренья буквицы в дозе 1-1,5 г оказывали слабительное действие, а в свежем виде – рвотное. Считалось, что буквица «разводит завалы в печени и в других внутренних частях; утоляет боли в животе, ветрами причиняемые, она производит свободное выхаркивание гнилой материи из груди, заживляет наружные и внутренние раны, прогоняет желтуху, излечивает многие глазные болезни».

Считали, что она обладает силой «разводящей чихотной, укрепляющей». Римские врачи считали буквицу панацеей чуть ли не от всех недугов. Гален употреблял ее при «слабости нервов, головных припадках и судорожных болезнях».

В старые времена для лечения легочных кровохарканий и маточных кровотечений делали отвар из травы (одна горсть на 400 $см^3$ воды) и пили вместо чая [68]. Этот целебный чай применяли для лечения простудных заболеваний при катаре дыхательных путей, кашле и боли в груди [52].

Хронический катар (запущенные формы) лечили молочным отваром, в который добавляли свежие листья буквицы, щавеля конского, мать-и-мачехи.

Водный отвар листьев обладает вяжущими свойствами [47]. Имеются данные о лечении водянки и желтухи смесью сока из травы буквицы с медом [25]. Распаренной травой лечили нарывы, опухоли от ушибов [58].

В поэме Одо из Мена сказано [120]:

«Сок из подобной травы в сочетании с розовым маслом

В уши вливают, и он изгоняет различные боли.

Вместе с медовой водой порошок животу помогает.

Помощь дает при водянке, коль выпьешь ее многократно».

В традиционной медицине применяли буквицу при нервны болезнях как укрепляющее нервную систему средство, при судорогах, эпилепсии, головокружениях, головной боли, радикулите и ишиасе. Буквица понижает

артериальное давление при артериальной гипертензии и активизирует обмен веществ. Является буквица и хорошим средством для лечения бронхита, коклюша, пневмоний, бронхиальной астмы, хронического кашля курильщиков; способствует разжижению и отхаркиванию. Траву буквицы смешивали с ромашкой аптечной и шалфеем. Все измельчали, 1 ст.л. смеси заливали 0,5 л кипятка, настаивали 30-40 мин, процеживали и пили по 2-3 чашки горячего настоя с медом 2-3 раза в день. Если грипп сопровождается головной болью добавляют в смесь и 1 часть листьев мяты, а при ознобах ещё 1 часть цветков черной бузины. Недаром врачи прошлого (Гильдан, Кранц и др.) рекомендовали буквицу при «простудной ломоте».

Применяют траву при комплексном лечении туберкулеза, бронхоэктазов. Помогает она при легочном кровотечении. Для этого берут 2 ст.л. травы, заливают 1 стаканом кипятка и применяют также при заболеваниях желудка и печени, как слабительное средство; диуретические и противовоспалительные свойства буквицы проявляются при заболеваниях почек и мочевого пузыря. Траву буквицы использовали при лечении некоторых новообразований [23].

Для лечения этих заболеваний брали 2 ст.л. травы или 1 ст.л. корней, настаивали в термосе в 2 стаканах кипятка в течение 6 ч (суточная доза) и принимали в 3-4 приема. В Древней Руси буквицу рекомендовали при лечении гриппа.

Примочки из настоя травы буквицы лекарственной использовали и в дерматологии при экземе, кожном зуде, псориазе, нейродермите, трофических язвах, труднозаживающих ранах, а ванночки из настоя рекомендовали при гипергидрозе кистей и повышенной потливости ног. Для чего, 2 ст.л. травы на 0,5 л кипятка, кипятят 5 мин, настаивают 20 мин, процеживают и добавляют 2 ст.л. портвейна. Пьют по 1/3 стакана 3 раза в день.

При повреждениях легкого и почек рекомендовали применять вместо чая траву буквицы с медом.

Траву буквицы широко использовали и при болях в суставах, воспалении легких, при цинготных и других изнурительных поносах. Для чего 30 г (горсть) сухой травы заливали 360 мл горячей воды.

Интересно, что бледнолицые, анемичные девушки для получения румянца на лице пили буквицу, настоянную на вине. Вместе с шалфеем трава буквицы считается полезнее китайского чая. Листья буквицы курили вместо табака.

В ветеринарии использовали отвар травы буквицы в молоке для отпаивания скота при кишечных отравлениях [25].

Листья и цветки с висмутом способны окрашивать шерсть в темно-оливковый цвет. Употребляли их как заменитель чая, кое-где их курили вместо табака. Траву использовали и для дубления кожи.

БУКВИЦА ОЛИСТВЕННАЯ

Betonica foliosa Rupr.

Семейство яснотковые — *Lamiaceae*

Встречается под названием чистец буквицецветный.

Многолетнее травянистое растение высотой до 100 см с коротким корневищем и прямостоячими побегами, листья продолговато-яйцевидные до 15 см длиной и 5 см шириной, по краю пильчатые; нижние листья на коротких черешках. Верхние листья ланцетные, цельно-крайние, сидячие. Цветки двугубые, сидячие, пурпурные или розово-лиловые по 10-12 штук расположены в мутовках, в верхушечных колосовидных соцветиях. Плоды – трехгранные орешки темно-коричневого цвета.

Цветет в июне-августе; плодоносит в августе-сентябре.

Размножается семенами.

Распространена в горно-лесных районах на склонах, лесных полянах, лугах, возле дорог, среди кустарников иногда образует заросли. Любит селиться на вырубках и склонах холмов. Растет в Средней Азии, на Тянь-Шане, Памиро-Алтае.

Используют надземную часть, собранную в фазу цветения, содержащую эфирное масло (до 0,83 %); флавоноиды (до 1,54 %); апигенин и его гликозиды; ориеитин; стахидрин (до 2,72 %); бетоницин, тирозин; иридоиды (до 1%); органические кислоты (2 %); витамин К, соли кальция (до 1 %), смолы (до 3,11 %); аскорбиновую кислоту (до 54 мг%); фенилкарбоновые кислоты. В надземной части содержатся макроэлементы (мг/г): калий – 23,6, кальций – 12,6, магний – 2,1, железо – 0,04; микроэлементы: марганец, хром, алюминий, барий, ванадий, никель, стронций, свинец, бор. Является концентратором меди, цинка, селена [96].

Экстракт буквицы олиственной жидкий на 40%-ном спирте (1:1) применяется при функциональных маточных кровотечениях воспалительного характера; при субинволюции матки после родов и абортов; кровотечениях различной этиологии, в том числе на почве фибромиом.

В традиционной медицине буквицу применяют как отхаркивающее при кашле, вяжущее, слабительное, рвотное и легкое мочегонное средство. Используют ее также при болезнях печени, желтухе, подагре, параличе, легочных кровотечениях, лечениях ран и язв, золотухе, неврозах сердца, эпилепсии, истерии, при обмороках, ревматизме.

Отвар травы применяют при желудочно-кишечных коликах, воспалениях почек, мочевого пузыря и как успокаивающее, снотворное средство.

Настой травы – 1 ст.л. травы на 2 стакана кипятка, настаивают 2 часа в закрытом сосуде. Принимают по 1-2 ст.л. 3-4 раза в день до еды как вяжущее, слабительное, мочегонное и рвотное, а также при вышеуказанных заболеваниях. При легочных кровотечениях готовят настой: 2 ст.л. травы заливают стаканом кипятка. Настаивают и пьют по 0,5 стакана 2 раза в день.

ВАСИЛЕК СИНИЙ

Centaurea cyanus L.

Семейство астровые – *Asteraceae*

Встречается под названиями: синецветка, волошка, блават, ржевой цвет, синьки, ласкутница, ржаная ласкутница, синюшник.

Однолетнее, реже двулетнее травянистое растение высотой до 100 см со стержневым разветвленным корнем. Стебель прямостоячий, ветвистый. Листья очередные, цельнокрайние, сидячие, линейные; нижние – обратно-яйцевидно-ланцетные. Цветки фиолетовые, собраны на концах стеблей в одиночные корзинки до 3 см в диаметре. Плод – продолговатая семянка с хохолком, серого цвета, длиной до 4,5 мм.

Цветет с июня до поздней осени; плоды созревают в августе – октябре. Размножается семенами, посевом ранней весной на глубину 0,5 – 1,5 см. расход семян 0,2-0,3 г/пог.м с междурядьями 60 см. Довольно выносливое растение. Перед посевом под перекопку вносят по 2-3 кг/м² навоза, торфокомпоста и 10-15 г/м² нитроаммофоски. В фазе бутонизации подкармливают комплексным минеральным удобрением в дозе 20-30 г/м².

Широко распространен василек в европейской части России, кроме северных и южных районов; реже в Западной Сибири. Встречается как заносное на Кавказе и на Дальнем Востоке, а также в Средней Азии. Род васильков насчитывает более 500 видов, из которых около 150 произрастают на территории нашей страны. В некоторых регионах рядом произрастает несколько десятков разных видов васильков, в частности, на Кавказе – более 60 видов.

В Европе васильки впервые появились со времен Плиния Старшего (37-79 гг. н.э.).

Краевые цветки содержат гликозиды (центаурин, цикориин, цианин); пеларгонин-хлорид; антоцианы; кумарины; горечь; дубильные вещества; слизи.

Водный настой цветков василька обладает диуретическим действием при отеках почечного и сердечного происхождения. Входят они в состав мочегонных сборов.

Применяют василек при болезнях мочевыводящих путей, в том числе при гломерунонефритах. Василек относится к “горечам”; в качестве легкого желчегонного и спазмолитического средства его применяют при болезнях печени.

В традиционной медицине цветки василька отдельно или в смеси с другими растениями применяют при глазных болезнях в виде примочек, промываний при блефарите, конъюктивите, куриной слепоте (наружно и внутрь); при маточных кровотечениях, а также хронических кожных заболеваниях – фурункулезе, экземе, трофических язвах.

Цветок василька был известен античным римлянам. Много легенд и преданий окружали это растение. Да и свое научное название “центауреа” василек унаследовал от мифического существа с туловищем лошади и торсом бородатого человека. Название его было Кентавр (центавр) Хирона. Кентавр был известен умением лечить травами. В одной из схваток с Геркулесом, после тяжелого ранения отравленной стрелой кентавр залечил свою рану цветками синего василька.

Вторая часть научного названия василька – “цианус“ происходит от имени юноши, который был пленен красотой этого цветка. Он одевался только в синее и все свое время проводил в поле за плетением венков.

Русское название “василек “ также связано с легендой – именем юноши Василия, якобы погубленного русалкой и превращенного в цветок, напоминающий своей красотой голубую воду.

В одной из легенд была сделана попытка объяснить причину постоянного сожительства василька с рожью, среди хлебных полей. Когда богиня жатвы и земледелия Церера гуляла однажды по хлебным полям и радовалась благословению и благодарности, которые ей расточало за них человечество, из гущи колосьев раздался жалобный голос росших там

васильков: “О, Церера, зачем ты приказала вырасти нам среди твоих хлебных злаков, которые покрывают своими роскошными колосьями всю страну?“. На это богиня ответила васильками: “Нет, милые мои, не для того поместила я вас среди шумящих хлебных колосьев, чтобы вы приносили какую-нибудь пользу человечеству; нет, ваше назначение гораздо выше, чем то, которое вы предполагаете и которое предполагает человек: вы должны быть пастырями среди великого народа – колосьев. Потому то вам и не следует, подобно им, шуметь и клониться отягощенной головою к земле, а наоборот, вы должны свободно и весело цвести и глядеть, как чистый образ тихой радости и твердой веры, вверх, на вечно-синее небо – местопребывание божества. По этой же причине вам дано лазоревое, цвета небесной тверди, пастырское одеяние, чтобы отличить вас, как служителей неба, посланных на землю проповедовать людям веру, а богам - верность“.

Природа наделила дивный цветок этого растения многими целебными свойствами.

С давних времен настой, отвар краевых цветков василька применяли для лечения головных болей. Использовали его в качестве мочегонного средства, для лечения почечнокаменной болезни, лихорадке, при ангине, ларингите, кашле. при обработке цветков горячим паром получали Васильковую воду, которую применяли при лечении глазных болезней, для улучшения зрения.

Настой этих цветков на снеговой воде в рекомендациях французской медицинской Академии считался главным средством “для подкрепления“ глаз. Предполагалось, что благодаря такому настою, больные глаза настолько укрепляются, что отпадает нужда в очках. Кстати, лечение глаз Васильковой водой практиковалось и в нашей народной медицине.

В настоящее время собирают и используют цветки василька в виде водного настоя в качестве мочегонного средства при лечении отеков почечного и сердечного происхождения. Входят они в состав сборов,

применяемых при мочекаменной болезни, пиелитах, циститах, уретритах. Горечи, содержащиеся в цветках, улучшают пищеварение.

Для приготовления водного настоя берут 1 г сухих цветков, заливают стаканом кипятка, настаивают 20-30 минут и принимают по 2 столовые ложки 3 раза в день перед едой.

Собирать цветки василька следует в июне – августе, когда полностью распускаются краевые цветки. При сборе вначале отрывают целиком цветочные крзинки, затем из них выдергивают венчики краевых цветков. Сушат венчики в тени, в хорошо проветриваемых местах, расстилая тонким слоем на ткани или бумаге и часто переворачивая. Хранят цветки в сухом, проветриваемом, теплом месте, в плотных коробках, предварительно завернув в бумагу.

Цветки василька слабоядовиты. Их не рекомендуют применять при беременности.

Настой из цветков готовят из расчета 1 столовая ложка сырья на 0,5 л кипятка (суточная доза). Принимают в 3 приема за 30 минут до еды [89]. При болезнях почек и мочевого пузыря (спазмах, катаре) принимают по ⅓ стакана или по ½ стакана 2-3 раза в день настой из 10 г краевых цветков на стакан кипятка. Толченые семена прикладывают к бородавкам для их удаления [116].

Используют цветки и как противолихорадочное, потогонное и желчегонное средство. Рекомендуют применять его при простудных заболеваниях и как тонизирующее средство при нарушениях пищеварения. Листья василька обладают ранозаживляющими свойствами. Их часто прикладывают к ранам. В Белоруссии цветки применяют при кашле, коклюше, желудочных заболеваниях, маточных кровотечениях, туберкулезе легких [84].

Свежие цветки василька растирали с сахаром и получали сироп сине-голубого цвета, который использовали в живописи, а также для окраски

шерсти в голубой цвет. Из краевых цветков с помощью квасцов получали голубую, а из трубчатых цветков – синюю краску.

Сушеные цветки василька курильщики добавляли в табак и “курили с приятностью”.

Цветок часто посещают пчелы – он является прекрасным медоносом.

ВАСИЛИСТНИК ВОНЮЧИЙ

Thalictrum foetidum L.

Семейство лютиковые - *Ranunculaceae*

Встречается под названиями: вередовец, веха, живительная трава, Василиса, зяблица, излечная трава, матренка, чистик, щелкун.

Многолетнее травянистое растение высотой 20-200 см с толстым горизонтальным корневищем и многочисленными тонкими корнями. Стебель облиственный, внизу часто фиолетовый. Цветки мелкие, поникающие, с фиолетовыми или зеленовато-фиолетовыми листочками околоцветника.

Цветет в мае – июне; плоды созревают в июле – августе.

Распространено в России, в Западной и Восточной Сибири, на Кавказе, редко в европейской части и на Дальнем Востоке. Растет на щебенистых осыпях и у подножья скал, на лесных опушках, в степях, образуя куртины. На Кавказе встречается в большинстве флористических районов от среднего лесного до субальпийского пояса.

Используют листья и цветки, траву, содержащую алкалоиды (0,6-0,8 %); особый интерес из них представляет фетидин (47,5 % общей суммы оснований); дубильные вещества (5,4 %); флавоноиды (около 1%), в т.ч. рутин и глюкорамин; сапонины; смолы; эфирное масло и аскорбиновая кислота и другие кислоты (4,5 %).

Надземная часть используется для получения лекарственных форм, оказывающих сосудорасширяющее, гипотензивное, диуретическое и противоопухолевое действие. Применяется при болезнях желудка, эпилепсии [18].

В медицинской практике иногда используется настойка травы василистника вонючего, обладающая выраженным гипотензивным (при гипертонии) действием, почти не уступая по активности препаратам раувольфии. В составе настойки – алкалоид фетидин, обладающий адрено – и спазмолитическими свойствами. Сумма флавоноидов травы василистника также обладает гипотензивным действием.

Растение ядовито. Применять его можно только по назначению лечащего врача.

В традиционной медицине используется в качестве средства, обладающего гипотензивным действием при гипертонии, как успокаивающее, бактерицидное и кровоостанавливающее. Отвар и настой корней показан в виде припарок при ревматических суставных болях.

При стенокардии и гипертонической болезни I и II степени рекомендуют настойку травы (1:10). Принимают её по 15-20 капель 3 раза в день в течение 3-4 недель.

Траву собирают в период цветения. Сушат на чердаках, под навесом, рассыпая тонким слоем или подвешивая пучками.

Является кормовым растением для мелкого и крупного рогатого скота.

ВАСИЛИСТНИК МАЛЫЙ

Thalictrum minus L.

Семейство лютиковых - *Ranunculaceae*

Встречается под названиями: живучая трава, девятиколенник, змеевик, золотушная трава, камчуг, камчужная трава, рябинничек, серебрянка, чистяк, падучник и другие.

Многолетнее травянистое растение высотой 15-150 см с коротким корневищем и глубоко уходящими корнями. Листья трижды - четырежды перистые, черешковые, верхние сидячие. Листочки чаще округлые, округло-яйцевидные. Цветки многочисленные, зеленовато-красноватые. Плод -

семянка длиной 2,5-4 мм. Размножается семенами. Распространен повсеместно в европейской части нашей страны, в Сибири, на Дальнем Востоке, на Кавказе, а также в горных районах Средней Азии, на сухих степных склонах, луговых степях, в лиственничных и березовых лесах.

Во всех органах содержатся вещества, близкие к алкалоидам борца (аконита) и живокости, больше всего их в корнях - до 4,8 % [185]. Очень близок этому виду василистник холмовой *(T. collinum Wallr.)*. В нем содержатся алкалоиды: глауцин, таликмин, таликмидин, тальмин, тальмидин и др. В надземной части василистника малого содержатся синильная кислота [122]; глюкозид; аскорбиновая кислота; в цветках 4,4 мг/кг, в листьях 7,6 мг/кг абсолютно сухих веществ; в плодах жирное масло (до 28,4 %); содержит также эфирное масло.

Василистник следует применять только по назначению врача. Растение ядовито [16].

Надземная часть используется для приготовления лекарственных форм, применяемых для лечения тифа, дизентерии, оспы, сибирской язвы, гангрены, сифилиса, венерических заболеваний, туберкулеза легких, при болезнях желудка, фурункулезе, болезнях нервной системы, при эпилепсии, болезнях сердца [18].

Отвар и настой травы пьют в Сибири при женских и нервных болезнях, заболеваниях органов пищеварения, носовых кровотечениях, простудных болезнях. Наружно - в виде припарок траву василистника использовали для лечения ран, нарывов, ушибов, при ревматизме [113].

Отвар травы пьют беременные женщины от изжоги; настой корня применяли при золотухе, нарушениях обмена веществ; промывают им раны. Разваренную траву прикладывают к больным местам. При ревматизме делают ванны с настоем травы. Припарками травы лечат сифилис и другие венерические кожные заболевания [145].

Имеются сведения, что корень обладает мочегонными слабительным действием [196]. В Средней Азии настой травы применяют при грудных

болезнях, коликах в боках, при малярии.

Является кормовым растением для крупного рогатого скота.

ВЕРБЕНА ЛЕКАРСТВЕННАЯ

Verbena officinalis L.

Семейство вербеновые – *Verbenaceae*

Встречается под названиями: железняк аптечный, железная трава, железница, железнянка, кашица, нехворощь, плавневой бобишник и другие. У древних пользовалась большой славой, о чем свидетельствуют такие греческие названия: «слеза Изиды», «слеза Юноны», «жилка Венеры», «кровь Меркурия», «святая трава».

Многолетнее травянистое растение высотой 30-70 см, с прямым, ветвистым, четырехгранным стеблем. Листья яйцевидные, продолговато-ланцетны е длиной 4-8,5 см, шириной 1-4 см, сидячие, перисто-надрезанные. Цветки - светлолиловые длиной 5-5,5 мм, собраны в верхушечные редкие пазушные колосья, переходящие в крупную метелку длиной 12-23 см, шириной 7-13 см. Плод при созревании распадается на 4 блестящих орешка длиной 1,8-2 мм, шириной 0,5-0,7 мм. Размножается семенами, черенками. Цветет в июне-июле; плоды созревают в сентябре.

Распространена в европейской части России, на Кавказе и в Средней Азии, в горной Туркмении по реке Сырдарья, на Памиро-Алтае, Тянь-Шане. Иногда поднимается до 1200 м над уровнем моря; любит влажные места.

Используют надземную часть с цветками.

В них содержатся гликозиды вербеналин, вербенин, вербеналозид [66], алкалоиды, небольшое количество эфирного и камфорного масла [21] горечь, слизь.

Надземную часть используется в качестве общеукрепляющего, отхаркивающего, кардиотонического, диуретического средства; при желудочных коликах; листья при болезнях печени и лихорадках.

С давних времен это растение широко используется в арабской

медицине, в Китае, Индии, в странах Европы, а также в ритуальных целях: травой устилали и украшали алтари богов при жертвоприношениях. Считалось, что она приносит человеку богатство и помогает сохранить его.

Представляют интерес сведения по традиционному использованию травы вербены, собранные зарубежными авторами:

"... и раны во рту хорошо очищает

Сок подогретый вербены, коль он полосканием служит;

Свежий вербены отвар отличается действием тем же,

Он же гниенье любое еще изо рта изгоняет,

Если его подогрев, им полощут с журчанием в горле.

Свежую тертой наложишь, - и рану трава заживляет.

Примешь с вином, - и защиту получишь от яда любого" [120]

"То, что эту траву восхваливают жрецы, подтверждает Плиний; она, говорят, оборона от всякой болезни"

В традиционной медицине на Кавказе отвар травы применяют при перемежающейся лихорадке [124]. Пластырь из толченых листьев и яичного белка прикладывали к увеличенной селезенке, а просто истолченные свежие листья к припухлостям после ушибов. На Руси настойку из травы применяли для лечения печени, селезенки, почек. Одну столовую ложку измельченной травы настаивали в стакане крутого кипятка в закрытой посуде (суточная доза).

Корень, настоянный на вине, применяли при лечении желтухи. Им излечивали золотуху, язвы, ссадины. Компресс из отвара травы снимает головную боль. Трава, истолченная и приготовленная на вине дает напиток против укусов змей.

Недаром в одной из од написано:

"Свить из вербены венок предписали и больную

Голову им увенчать при любом проявлении боли,

Так, говорят, без задержки дарует она исцеление" [120].

Выжатый из растения сок или отвар из сухого сырья рекомендовали от

кашля, в качестве противоревматического, противоглистного [119]; потогонного и мочегонного средства [147], при болезнях желудка, кишечника. В отваре травы в России и на Кавказе купали детей от чесотки [172].

Известны и другие целебные свойства вербены: настой травы на Кавказе давали при усталости, нервном истощении, нервной подавленности.

Использовали траву и при упадке сил, анемии, при нарушениях менструального цикла, болезнях печени, артериальной гипотензии, фурункулезе. Вербена оказывала хорошее лечебное действие при тромбофлебите и хронических язвах голени. Считалось, что она способна «повышать любовный тонус», при этом предлагалось носить ее на себе. Применяется как наружное средство при ангинах, стоматитах, при труднозаживаемых язвах, ранах и свищах.

Известен рецепт наружного применения вербены как противовоспалительного средства для заживления ран: трава вербены 10 г, цветки ромашки - 5, лепестки розы - 10, дубовая кора - 10, листья шалфея - 5, трава хвоща - 10 г. Из сбора делают напар и используют для примочек [65].

В гомеопатии прменяется *Verbena officinalis,3x-3-6 verbascum-Injeel (forte) (D6), D12, D30, D200.*

Растение ядовито для домашних животных.

ВЕРБЕЙНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

Lysimachia vulgaris L.

Семейство первоцветные – *Primulaceae*

Встречается под названиями: беличьи уши, вербенник, верба, воробей-трава, воробьиный горох, вороньи ягоды, дикий зверобой, зевальная трава, золотушник, куколь, лабазник и другие.

Многолетнее травянистое растение высотой 60-120 см с ползучим корневищем и длинными подземными побегами. Стебель прямостоячий, опушенный, четырехгранный; ветвистый в верхней части. Лисья

супротивные, заостренные, сверху усажены точками, голые; снизу мохнато-опушенные, сизоватые. Цветки на коротких цветоножках, собраны в верхушечные соцветия. Плод – коробочка.

Размножается семенами. Цветет в июне – августе; плоды созревают в сентябре.

Распространен повсеместно в европейской части России, на Кавказе, в Западной и Восточной Сибири, а также в Средней Азии по берегам рек и стариц, озер, на влажных пойменных лугах, по канавам, сырым опушкам.

В траве и корневищах много сапонинов, следы алкалоидов [16], дубильные и красящие вещества.

В традиционной медицине часто применяли внутрь отвар из травы и выжатый сок при кровавом поносе как вяжущее, а также как ранозаживляющее и кровоостанавливающее средство – особенно при геморроидальном кровотечении [25]. Применяли это растение и в виде обычного чая, настоек на вине, при цинге и общей слабости. В случаях кровотечений прикладывали толченую траву к ранам [28].

При обильной менструации 30 г сухой травы настаивали в 400 мл горячей воды, кипятили 30 минут, процеживали, охлаждали и принимали каждые 2-3 часа по столовой ложке. Этот же настой использовали при малярии [268] .

Корни вербейника находили применение при укусах животных и бешенстве [153]. При лечении дизентерии достаточно было взять 1 столовую ложку сухой травы и цветков, залить 2-мя стаканами кипятка, немного настоять, вновь вскипятить и принимать по столовой ложке 2-3 раза в день.

Припарки из травы вербейника рекомендовали при опухолях, от грыжи и при запорах [113].

Отвар травы, подслащенный медом и подкисленный уксусом или слабой серной кислотой – хорошее полоскание при небольших язвах во рту.

Другой вид – вербейник полушечный *(L.nummularia L.)* встречается под названиями: полушечная трава, луговой чай, денежник. Отвар листьев и

цветков его применяли при кашле, туберкулезе, приступах простуды, кровавом поносе с болями в животе; для смягчения геморроидальных шишек. Траву этого вида (30 г) заливали 360 мл кипятка. Цветки (3,7-7,5 г) заливали 120 мл горячей воды. Принимали настой по чайной чашке несколько раз в день. Свежие толченые цветки или отвар листьев и цветков в молоке прикладывали к воспаленным геморроидальным шишкам.

В русских аптеках траву и цветки употребляли для составления мягчительных сборов. Порошок травы этого вида вербейника использовали в качестве присыпки к больным язвам. Из цветков, настоянных на водке, делали целебный бальзам.

Следует иметь в виду, что в быту истертая в порошок трава вербейника – хорошее средство от мух.

Коровы и козы охотно поедают это растение, однако, овцы, свиньи и лошади не трогают его.

Отвар травы применяли для окраски волос, из водной вытяжки с различными протравами получают зеленую, желтую, а по железу коричневую и черную краску. Из листьев получали желтую краску для окраски шерстяных тканей. Корень давал краску темного цвета.

ВЕРБЛЮЖЬЯ КОЛЮЧКА ПЕРСИДСКАЯ

Alhagi persarum Boiss.et. Buhse

Семейство мотыльковые – *Fabaceae*

Встречается под названиями: верблюдник, копеечник, калмыцкие шилья, щетина-трава, конишник, копищник.

Полукустарник высотой 30-130 см с ветвистыми, колючими стеблями и дугообразно отходящими ветвями. Колючки длиной 2-6 см, плотные, острые, несут по 2-8 цветков. Листья простые, цельные, продолговатые, тупые, длиной 1-1,5 см, шириной 0,3-0,9 см. Листья и стебли выделяют “манну “– клееобразную сахаристую жидкость. Цветки мелкие, мясо-красного цвета.

Плоды – одностворчатые линейные бобы с 4-7 почковидными семенами темного цвета.

Размножается семенами. Цветет все лето; плодоносит в сентябре – октябре.

Встречается в России в низовьях Волги и Дона, в южных районах Западной Сибири, а также в Туркмении, в ряде областей Узбекистана, в Южном Таджикистане, Армении и Нахичевани. Предпочитает пустынные и полупустынные зоны, пологие холмы, предгорья и равнины, арыки, сухие русла рек, пустыри.

В корнях накапливает каучук; дубильные вещества (9,7 %); органические кислоты; смолы; воск; красящее вещество. В надземной части содержится эфирное масло (0,33 %), в т.ч. в цветках (0,8 %); алкалоиды (0,17 %); витамины С, К и группы В, каротин; флавоноиды (10,9 %); лейкоантоцианиды; слизи [30]. В сахаристом веществе (“манне“) содержится 1,9 % гумми и около 50 % трисахарида. В листьях содержатся кумарины (0,2 %).

Сырье заготавливают в июле – августе, когда на растении имеются цветки и плоды.

“Манну“ применяют в качестве слабительного, мочегонного и жаропонижающего средства; водный настой листьев – как потогонное. Отвар травы применяют при колитах, гастритах, язве желудка [30].

Все органы растения в равной пропорции, а также зола из надземных органов обладают слабительным действием.

В традиционной медицине лечили этим растением геморрой. По одним данным, для лечения употребляли ветки и цветки растения, по другим - корни [203]. Известны два рецепта лечения геморроя:

- 200 г свежей травы заливают водой, доводя до 1 л, кипятят в эмалированной посуде 2 часа; настаивают 5 часов, процеживают и пьют по 1 л в день в течение 12 дней; кроме того в течение этих 12 дней 4 раза принимают теплые ванночки из этого же настоя;

- измельченную смесь корней, стеблей, цветков, плодов и листьев, взятых в равных пропорциях, засыпают на ⅓ в стеклянную банку и доливают водкой до полного объема; настаивают и пьют по 25-30 капель на 1 рюмку воды утром и перед обедом за 15-20 минут до еды и на ночь перед сном.

При этом нельзя употреблять горячую пищу, пиво, какао, шоколад. Иногда на 4-е сутки отмечается кровотечение, но оно через сутки прекращается. При этом имели место случаи излечения геморроя 15-20-летней давности.

Отвар надземной части оказывает желчегонное, вяжущее, действие при колитах, гастритах и язвенной болезни желудка; снижает потерю влаги в организме.

Настой травы применяют при дизентерии, болезнях носоглотки, ангине, гнойных отитах, для лечения эрозии шейки матки и экземах конечностей [195].

Применяют верблюжью колючку и как противораковое средство в виде бальзамов, порошков, жидких мазей и клизм [23].

Использовали это растение и при многих других заболеваниях. В Средней Азии и по сей день отвары корней используют для лечения кровавого поноса, дизентерии. Имеются данные, что зола растения с маслом в виде мази способствует рассасыванию опухолей. Кроме того, сок травы рекомендуют капать в нос при головных болях [118]. Теплый густой отвар травы применяли для полоскания при зубных болях. припарками или окуриванием дымом из веток и цветков лечили мигрень. При астме курили листья верблюжьей колючки, в смеси с листьями дурмана и семенами ажгона.

ВЕРЕСК ОБЫКНОВЕННЫЙ

Calluna vulgaris (L.) Hall

Семейство вересковые – *Ericaceae*

Встречается под названиями: боровица, багон, багульник, барвинка, горовища, верест обыкновенный, подбрусничник, барон, воробьиная гречуха, раскуп, ерник и другие.

Вечнозеленый ветвистый кустарник высотой 30-70 см, с мелкими сидячими листьями длиной 1,75-2,25 мм и шириной 0,5-0,7 мм. Пластинка листа линейная, трехгранная, сверху тупая. Цветки сиренево-розовые, реже белые. Размножается семенами.

Распространен повсеместно в европейской части нашей страны, в Западной и Восточной Сибири в сосновых борах, на песчаных местах, гарях, моховых торфяниках. Иногда образует большие заросли.

Содержит арбутин, кверцитрин, коробин; дубильные вещества (7 %); катехотанин; фумаровую и лимонную кислоты; глюкозиды – гриколин, ерициполи еридонин.

Сок из цветущих побегов применяют при камнях, песке в мочевом пузыре и почках . Использовали траву и при ревматизме. Чай из травы пьют при простуде [27]. Отвар молодых веточек вереска приносил облегчение при нервных расстройствах, бессоннице, атеросклерозе. Пили его без нормы вместо чая. Облиственные ветки с цветками применяли в традиционной медицине при водянке [92]. Рекомендовали следующий рецепт: делали с вечера водный настой – 40 г цветущих веточек вереска заливали 1 л крутого кипятка, настаивали и принимали по стакану 4 раза в день вместо другого питья.

ВЕРОНИКА ЛЕКАРСТВЕННАЯ

Veronica officinalis L.

Семейство норичниковые – *Scrophulriaceae*

У Авиценны встречается под названием рии-л-хатам, что в переводе означает “голубиный корм “ [1].

Многолетнее травянистое растение высотой до 120 см с ползучими укореняющимися побегами, восходящими кверху. Листья супротивные,

продолговатые, длиной 1,5-4 см и шириной 1-2 см, на коротких черешках. Цветки бледно-лиловые или голубые, собраны в соцветие кисть. Плоды – сплюснутые коробочки.

Размножается семенами, стеблевыми черенками. Цветет с июня по сентябрь; плоды созревают с июля.

Распространена по всей европейской части России и на Кавказе в лесах, лесных оврагах, на опушках в основном сосновых лесов, на полянах, лугах; в горах поднимается до субальпийского пояса.

Используют траву во время цветения. Химический состав изучен недостаточно. Известно, что в траве содержатся следы алкалоидов; гликозиды (аукубин); сапонины; горечи; жирные и эфирные масла; дубильные вещества; каротин; аскорбиновая и другие органические кислоты; витамин С (до 230 мг%).

В традиционной медицине используют траву в основном при простудных заболеваниях верхних дыхательных путей и бронхиальной астме. Обладает болеутоляющим, противовоспалительным, кровоостанавливающим, отхаркивающим и ранозаживляющим действием.

Применяют ее в качестве горечи при пониженном аппетите, гастритах с пониженной кислотностью желудочного сока, при поносах. Ранее имела широкое использование при болезнях печени, почек, селезенки, гинекологических заболеваниях, туберкулезе, подагре, сахарном диабете и злокачественных новообразованиях.

Настой вероники применяют наружно при ожогах, фурункулезе, кожных заболеваниях и гноящихся ранах. Авиценна применял повязки с этим растением с уксусом для заживления ран и сдерживания “распространяющихся злокачественных язв”.

Настой готовили из 2 столовых ложек сырья в 0,5 л кипятка и принимали 3-4 раза в день за 20-40 минут до еды.

Отвар из травы обладает мочегонным действием. применялся для ускорения месячных и как абортивное средство; успокаивает зуд во влагалище [1].

Использовали и другой вид – вероника ручейная *(V.beccabunga L.)*. Встречается под названиями: поточник, ибунка, козий рост, козья морда.

Свежую траву и сок, обычно с сывороткой, рекомендовали при цинге. Одну-две горсти свежей травы заливали 360 мл сыворотки, кипятили, процеживали и давали по 60 мл несколько раз в день. Применяли этот отвар также при кожных сыпях и желтухе. Сок (60-90 мл) также применяли с молочной сывороткой или с похлебкой из цыплят [124]. Толченую траву прикладывали к цинготным ранам.

Имеются сведения, что веронику лекарственную можно успешно использовать в дерматологии при экземе, крапивнице, нейродермите, зуде половых органов, зуде в заднем проходе, при грибковых заболеваниях, пиодермитах. При этом рекомендовали 1 чайную ложку травы залить стаканом кипятка, настоять 20-30 минут и принимать по 1 стакану 3 раза в день после еды.

Обычно веронику принимают в сборах. Например, смешивают равные части череды, фиалки трехцветной и вероники; 1 чайную ложку смеси заливают стаканом кипятка, настаивают и принимают по 1 стакану 4 раза в день после еды [199].

При нейродермите, острой и хронической стадиях экземы готовят мазь из 1 части травы вероники и 4 частей свиного жира [162].

В ветеринарии при кожных болезнях делают компрессы из настоя: 20 г сырья заливают 200 мл кипятка, выдерживают на водяной бане 15-20 минут.

Для улучшения аппетита животных в состав корма добавляют по 0,1 г сухой травы вероники на 1 кг живого веса 2-3 раза в день. Продолжительность лечения 7-10 дней. Свежую траву добавляют к зеленому корму как витаминное средство [141].

ВЕТРЕННИЦА ЛЮТИКОВАЯ

Anemone petiolulosa Juz.

Семейство лютиковые – *Ranunculaceae*

Встречается под названиями: лютик, ветреница желтая, купальница, завезенный корень, козодрост желтый, желтница, козелец, ветреница кустарная, курья слепота, лютик лесной.

Многолетнее травянистое растение высотой до 50 см с ползучим корневищем. Стебель сверху бело-шерстистый, с несколькими прикорневыми листьями. Стеблевые листья тройчатые. Пластинки листьев лапчато-пяти-раздельные, черешковые, с ромбическими, надрезанными долями. Цветки желтые, до 3 см в диаметре, с верхней завязью.

Размножается семенами. Цветет в мае; плоды созревают в июне.

Распространена на Урале, в Поволжье, на Кавказе, в восточной части Западной Сибири, в предгорьях Саян.

В листьях и стеблях содержатся ядовитые вещества – анемонол, анемонин [57], анемоноль; следы алкалоидов; в корнях – сапонин; в листьях витамин С (326 мг%).

Сок из травы принимают при параличах, женских болезнях, коклюше, сифилисе, ревматизме и хронической сыпи, при усиленном сердцебиении, задержке менструаций и водянке [125].

Из других видов этого рода применяли ветреницу лесную *(A.nemerosa L.)*. Свежие толченые листья ее при лихорадке прикладывались к плечу или к запястью руки. Рекомендовали это растение при мигрени. Между плечами клали листья при ревматических и спинных “ломотных“ болях. Прикладывали их и к “страждущим частям” вместо шпанских мушек. Аппликации ветреницей должны быть кратковременными – до покраснения, легкого воспаления кожи. Иногда их рекомендовали вместо горчичников.

Известны целебные свойства и ветреницы печеночной *(A.hepatica L.)*. траву и цветки ее заваривали 400 мл кипятка и пили вместо чая. Использовали при запорах, “гноетечении“ из мочевого пузыря, при

кровохарканье, поносах. Свежие толченые листья прикладывали к ранам [23].

У ветреницы луговой *(A.pratensis L.)* примочки из сухой травы с цветками рекомендовали использовать при глазных болезнях – “пятнах на роговой оболочке”, слепоте, глазном подтеке, при параличах, опухолях костей, язвах.

В ветеринарии отмечены случаи падежа скота, поедавшего это растение. У коров, например, начинался кровавый понос, затем они погибали. Спасали их, давая на прием стакан свежего постного масла, смешанного с уксусом, 2-3 раза в день или поили отваром пшеничных отрубей [141].

ВЕХ ЯДОВИТЫЙ

Cicuta virosa L.

Семейство укропные – *Apiaceae*

Встречается под названиями: омег водяной, омег болотный, омежная трава, вомиг, вонючая трава, животные скорби, изгон, крикун, дягиль собачий, морковник, зубровая трава, бодяга, волчье молоко.

Многолетнее травянистое растение высотой 50-160 см с коротким толстым вертикальным корневищем, разделенным поперечными перегородками на отдельные камеры, по всей поверхности усаженное белыми шнуровидными сочными корнями, достигающими 0,5 см толщины. Стебель тонкобороздчатый, полый, в верхней части ветвистый. Листья сложные, на длинных, полых черешках, дважды-, а нижние – триждыперистые. Листочки ланцетовидные, продолговатые или линейные. Заостренные наверху, по краю острозубчатые. Цветки мелкие, белые, собраны в сложные 15-20 лучевые зонтики. Плоды округлые, длиной 1,5-2,5 мм и шириной 2,5-3,0 мм, при созревании коричневато-желтые.

Цветет в июне – августе; плоды созревают в августе – сентябре. Размножается семенами.

Распространен повсеместно в европейской части России, в Сибири, на Дальнем Востоке, реже на Кавказе, а также в Средней Азии на болотах, в ольшаниках, на сырых лугах и по болотистым берегам рек и озер.

Используется надземная часть и корневища, содержащие ядовитое вещество цикутоксин (0,2 % в свежих и 3,5 % в сухих корнях); цикутол; эфирное масло желтого цвета (0,04-0,36 %). В плодах эфирное масло (1,2-2,49 %), в составе которого n-цимол, куминовый альдегид. В траве флавоноиды (кверцетин и изорамнетин).

Все органы растения сильно ядовиты (особенно корни и корневище). Цикутоксин очень быстро всасывается в желудочно-кишечном тракте. Симптомы отравления наблюдаются уже через несколько минут. Смерть наступает от паралича дыхания (судорожный яд).

Как ядовитое растение известно с древних времен. Считалось, что цикута “делает смерть легкой и безболезненной…” Использовали ее для убийств, в том числе преступников. Считается, что ею были отравлены Сократ и Демосфен.

Растение используется при болезнях иммунной системы, почек и мочевыводящих путей, при энурезе.

В традиционной медицине употребляют траву и корневища с корнями как наружное средство (в виде мази и настойки) при некоторых кожных заболеваниях, подагре, и ревматизме для устранения суставной боли.

В гомеопатии применяется: *Cicuta virosa – Injeel (forte) (D4), D12, D30, D200.*

ВЗДУТОПЛОДНИК СИБИРСКИЙ

Phlojodicarpus sibiricus (Steph. ex Spreng.) K.- Pol.

Семейство укропные - *Apiaceae*

Многолетнее травянистое растение высотой до 70 см с толстым многоглавым корнем. Стебли прямостоячие, одиночные, ребристые, маловетвистые. Прикорневые листья трижды перисто-рассеченные с

продолговато-яйцевидными пластинками до 30 см длиной и 8 см шириной. Стеблевых листьев 2-3, часто фиолетового цвета. Цветки мелкие, белого цвета, длина лепестков до 1,8 мм, собраны в соцветия зонтики с 8-23 шероховатыми и почти равными лучами. Плоды широко-яйцевидные, до 8 мм длиной и до 3 мм шириной, с короткими жестковатыми волосками.

Цветет в июне – июле; плоды созревают в июле – августе.

Распространен в России в горно-степных районах Западной и Восточной Сибири, на юго-востоке Забайкалья, встречается в Якутии, Красноярском крае, Иркутской и Амурской областях. Произрастает на северных и северо-западных склонах сопок, на высоких речных террасах, в степном травостое.

Используют корни, содержащие пиранокумарины – дигидросамидин и виснадин. В корнях содержатся макроэлементы (мг/г): калий – 10.5, кальций – 8,1, магний – 4,2, железо – 0,7; микроэлементы: марганец, кобальт, хром, алюминий, барий, ванадий, стронций, свинец, йод, бор. Является концентратором железа, меди, цинка, молибдена, никеля, селена, кадмия, серебра [96].

Действующие вещества, содержащиеся в подземных органах, оказывают гипотензивное, сосудорасширяющее, спазмолитическое действие. Используют при болезнях пищеварительной системы, органов кроветворения, психических расстройствах.

Препараты Димидин и Фловерин предложены для применения при спазмах периферических сосудов, спастических формах эндартериита, болезни Рейно и легких формах хронической коронарной недостаточности [9].

Возможный заменитель сырья – вздутоплодник мохнатый *(Ph. villosus Turcz.)*.

Вздутоплодник является также пряным растением.

ВИНОГРАД КУЛЬТУРНЫЙ

Vitis vinifera L.

Семейство виноградовые – *Vitaceae*

Древесная лиана со стволом длиной до 30 м. Листья очередные, крупные, округлые, почковидные или пятиугольные, цельные или трех-пятилопастные. Соцветия метельчатые, расположены супротивно листьям. Часть соцветий видоизменилась в усики, которыми растение прикрепляется к опоре. Цветки обоеполые. Плод – ягода разнообразных форм и размеров, с 1-4 семенами. Размножается семенами и черенками.

Растение культивировали за много тысячелетий до нашей эры. В нашей стране выращивают на Северном Кавказе. Основные плантации расположены в Молдове, Средней Азии, в Крыму и Закавказье, в Южном Казахстане. Выведено около 5 тысяч сортов.

В ягодах содержится сахар (16,5-27 %); органические кислоты (0,9 %); минеральные соли (0,4 %); пектины (0,2 %); витамины B_1, B_2, B_6, B_{12}, C, P, PP, фолиевая кислота; в кожице ягод – дубильные и красящие вещества; эфирное масло; в семенах жирное масло (4-9 %); дубильные вещества (1,8-8 %). В листьях флавоноиды, органические кислоты, много витамина С. Плоды содержат почти все элементы таблицы Менделеева. Особенно много в них фтора и йода, препятствующих развитию эндемичного зоба и флюороза.

С незапамятных времен были известны способы лечебного применения винограда и изюма греческими, римскими и арабскими врачами. Большое внимание ему уделяли ученые античного мира Плиний Старший, Гиппократ, Гален, Авиценна.

Известный армянский врач и естествоиспытатель Амирдовлят Амасиаци в своем труде “Ненужное для неучей“ (XV век) писал: “…Он делает тело хорошо упитанным, открывает закупорку и повышает половую потенцию. А его выварeнный сок помогает при язвах желудка и очень полезен для почек и мочевого пузыря“.

Виноград широко применялся в традиционной медицине на Руси. Ягоды использовали в качестве целебного средства при кашле, желудочных заболеваниях, желтухе, цинге, болях в мочевом пузыре, при приступах туберкулеза, упорных запорах. Сушеные ягоды (изюм), отваренные в воде рекомендовали при скоплении мокроты в груди, повышенной температуре. Отвар изюма готовили из расчета 30 г сухих ягод на 400 мл воды, упаривали его до 240 мл жидкости. При желчных и воспалительных лихорадках давали по чайной чашке отвара несколько раз в день.

Виноградные листья использовали для полосканий при ангине, ларингитах, трахеитах, фарингитах, бронхитах, астме, сухом и мокротном плеврите. Порошок из высушенных листьев применяют при внутренних кровотечениях в дозе 2-4 г на прием. Листья обладают бактерицидным действием, способствуют заживлению гнойных ран и язв. Используют их и при лечении подагры: 1 столовую ложку сухих измельченных листьев заливают 1 стаканом воды, кипятят 15 минут, процеживают и пьют по 0,5 стакана 3-4 раза в день.

В аптеках готовили “грудной простудный отвар “, который пили до 800 мл в день (дробно).

Виноградный сок рекомендуется для выведения из организма мочевой кислоты и растворения камней в мочевом пузыре. Он усиливает водно-солевой обмен, очищает организм от вредных продуктов, препятствует образованию камней и песка в мочевыводящих путях.

Особо ценен виноград при ослабленном организме, недостаточности питания, туберкулезе и в период выздоравливания после тяжелых заболеваний (тиф, пневмония, плеврит, тяжелые ранения). В 1 кг ягод содержится 700-800 калорий, а в 1 стакане сока – около 200 калорий.

В одном из травников “О сохранении здравия и жизни “ (1859 г.) рекомендовали употреблять изюм в грудных декоктах. Он составляет здоровое питание и полезен при кашле и болях в почках. Вышеуказанные

болезни лечили, давая по 60 мл сока в чистом виде или в микстурах несколько раз в день.

Из изюма составляли слабительный отвар: 60 г изюма и 60 г чернослива заливали 1200 мл воды и выпаривали до объема 400 мл. Давали этот отвар по чайной чашке через 2 часа. Это слабительное средство было полезно в “горячке” и “колотье” для людей, подверженных запорам [167].

Считалось, что виноградные вина укрепляют слабый желудок, возбуждают аппетит, утоляют жажду, придают бодрость организму, обладают мочегонным действием. Их использовали и в качестве наружного средства: делали примочки при ушибах, растяжении суставов, костных травмах, воспалении глаз.

Новорожденных младенцев, находящихся после трудных родов в обмороке, обмывали теплой водой, смешанной с белым вином или просто заворачивали в полотенца, пропитанные теплым вином.

Хорошим средством считалось 360 мл красного вина с 30 г коры дуба для укрепляющих примочек и полосканий при детских грыжах.

Полученный из винограда уксус использовали при лихорадке, желчных воспалениях, гангрене, рвоте, астме, воспалении легких, оспе, ушибах, вывихах, растяжении суставов. принимают его по 30 мл с водой и медом, а как наружное средство в виде компрессов и примочек.

При сердечной слабости, аритмии рекомендуют употреблять изюм без косточек (в нем 70-75 % глюкозы и фруктозы).

Установлено, что виноградное вино способствует снижению уровня холестерина в крови, оказывает бактерицидное действие, обезвреживает токсины в кишечнике.

Ягоды имеют не только целебное, но и пищевое значение. Технические сорта широко используют в виноделии, столовые сорта – это вкусный витаминный десерт.

Перед едой с ягод рекомендовали снимать кожицу и удалять косточки, т.к. они тяжело перевариваются желудком. Однако передозировка в еде винограда приводит к изнурительным поносам и рвотам.

Виноград нельзя принимать при ожирении, сахарном диабете, язвенных поражениях желудочно-кишечного тракта, декомпенсированных пороках сердца, заболеваниях почек с явлениями почечной недостаточности.

При лечении нервных заболеваний у меланхоликов и психических больных отмечали положительный терапевтический эффект при приеме ягод винограда.

Из виноградного сока получают великолепные вина, готовят джемы, компоты, сиропы, соки, морсы. Широко используют сок, ягоды, листья в кулинарии.

В косметике используют сок незрелых ягод и экстракты из семян. Они тонизируют кожу, придают ей мягкость, эластичность, свежесть.

ВИСНАГА МОРКОВЕВИДНАЯ

Visnaga daucoides Gaerth.

Семейство сельдереевые – *Apiaceae*

Встречается под названием амми зубная.

Двулетнее травянистое растение высотой до 130 см, со стержневым, слабо ветвистым, деревянистым корнем. Стебель прямостоячий, округлый. Листья очередные, дважды- или трижды-перисто-рассечённые на тонкие,линейно-нитевидные заострённые сегменты. Цветки мелкие с неприятным запахом, лепестки белые до 1 мм длиной, собраны в соцветие сложный зонтик до 15 см в диаметре. Плоды – вислоплодники, распадающиеся на два мерикарпия (полуплодика), длиной до 2-3 мм; полуплодики удлинённые, с пятью продольными рёбрами.

Цветёт в июне-августе, плоды созревают в августе-сентябре. Размножается семенами, посевом на глубину 2-3 см.

Родина – Средиземноморье; произрастает в Передней Азии, Северной Африке и Южной Европе. В России встречается на Кавказе; культивируется в южных районах.

Используют плоды, содержащие фуранохромоны: келлин (0,4-2,0 %), виснагин (0,045 %), келлолглюкозид (0,1 %), аммиол, келлинол, келлактон, визаминол; полисахариды; пиранокумарины: самидин, дигидросамидин, виснадин; акацитин и другие флавоноиды; эфирное масло (0,2 %); жирное масло (19,2 %). В плодах содержаться макроэлементы (мг/г): калий-18,7, кальций-16,7 , магний-5,0 , железо-0,11 и микроэлементы (мкг/г): марганец-0.15, медь-0,54 , цинк-1,03 , хром-0,16 , аллюминий-0,05 , барий-3,34 , селен-15,4 , никель-0,48 , стронций-1,09 , свинец-0,08 , йод-0,15 , бор-23,6 . Является концентраторами бария, селена, стронция, цинка [96].

В официальной медицине препарат из плодов Ависан оказывает спазмолитическое действие на гладкую мускулатуру мочеточников.

Применяется при почечной колике, спазмах мочеточников, способствует продвижению и отхождению камней из мочеточников.

Из плодов получают также препарат Келлин, применяемый при стенокардии, бронхиальной астме. Входит он в состав препаратов Келлатрин, Викалин, показанных при спазмах кровеносных сосудов, органов брюшной полости, а также в состав Келливерина, используемого в качестве спазмолитического и сосудорасширяющего средства [106]. Плоды показаны при метеоризме; стенокардии и других болезнях сердечно-сосудистой системы. Полисахариды плодов проявляют противораковую активность. Использовали виснагу при болезнях почек, почечной колике, остром и хроническом цистите. Надземная часть применялась при спазмах желудка и кишечника, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

ВИШНЯ ОБЫКНОВЕННАЯ

Cerasus vulgaris Mill.

Семейство розоцветные – *Rosacea.*

Встречается под названием вишня садовая.

Дерево или крупный кустарник высотой до 12 м с почти шаровидной кроной. Листья широкоэллиптические, длиной до 7 см и шириной 3-4 см, плотные, почти кожистые с городчато-зубчатым краем и коротким (1-2 см) черешком. Цветки собраны по 2-4 в зонтиковидное соцветие, при основании которых размещается несколько мелких зелёных листьев. Венчик белый, диаметром до 2,5 см. Плоды шаровидные, реже слегка сплюснутые, тёмно-красного или бордового цвета. Косточка (семя) круглая, гладкая.

Размножается семенами, черенками, корнеотпрысками, прививкой. Является гибридом черешни и вишни степной. Имеются сведения о выращивании вишни в IV веке до нашей эры. В I веке нашей эры её разводили уже во всей Европе. В России начали её выращивать со времён Киевской Руси. Создано много высокопродуктивных сортов:

- Владимирская: среднерослая, универсального назначения, средних сроков созревания, зимостойкая, урожайность 5-9 кг ягод с дерева;
- Горьковская: сильнорослая, технического назначения, позднего срока созревания, с высокой степенью зимостойкости и урожайностью до 13 кг ягод с дерева;
- Жуковская со средними показателями роста, зимостойкости и срока созревания, урожайность 8-13 кг ягод с дерева;
- Орловская ранняя: среднерослая, столового назначения, раннего срока созревания, средней зимостойкости, урожайность до 8 кг ягод с дерева;
- Рубиновая: среднерослая, столового и технического назначения, среднего срока созревания и зимостойкости с урожайностью 8-12 кг ягод с дерева;
- Тургеневка: среднерослая, универсального назначения, среднего срока созревания, с высокой зимостойкостью и урожайностью 10 кг ягод с дерева;
- Московская ананасная: среднерослая с компактным кустом, крупноплодная, среднего срока созревания с урожайностью до 17 кг ягод с дерева; плоды грушевидные, оранжевые с красными пятнами на вершине и у основания,

мякоть сочная, нежная, ароматная; плоды содержат до 17 мг% витамина С, 3,8 % масла, 31,2 мг% каротиноидов;

- Московская красавица: среднерослая, крупноплодная, среднего срока созревания, высокой урожайностью до 30 кг ягод с дерева; плоды овальные, оранжевые с красным загаром на вершине и у основания с сочной кисло-сладкой ароматной мякотью; плоды содержат 129 мг% витамина С, 4,5 % масла, 3,6 % сахаров, 9,2 мг% каротиноидов;
- Нивелена: среднерослая, со средним сроком созревания, крупноплодная, урожайность до 35 кг ягод с дерева.

Посадку вишни производят ранней весной до распускания почек, на расстоянии 1,5 м в посадочные ямы 0,5х0,5 м. При посадке необходимо внести 5-6 кг перегноя, 0,5 кг суперфосфата, стакан древесной золы и, если почва кислая, 1-2 стакана гашеной извести, затем добавить такой же объем плодородной почвы и все перемешать. Саженец устанавливают в яме на слой почвы 8-10 см, чтобы после полива корневая шейка была на 2-3 см ниже поверхности почвы. При посадке землю уплотняют, поливают и мульчируют. Обязательно проводят послепосадочную обрезку, оставляя не более 5-6 почек для формирования бесштамбового куста. В середине июля после укоренения саженцев, их необходимо подкормитьазотными удобрениями (15 г/м². В дальнейшем, при формировании плодоносящих кустов вырезают все ветви старше 8 лет, больные, сухие и поломанные.

Используют плоды, содержащие сахара (до 15,5 %), очень много пептина, яблочную, лимонную и другие кислоты (0,8-2,7 %), дубильные вещества (до 0,2 %), провитамин А, витамины B_1, С, Р, РР, соли меди, калия, железа, магния, йода.

Вишня широко применяется в традиционной медицине. Настой корней вишни применяется при язве желудка, а отвар плодоножек употребляется при дизентерии и сильных менструальных кровотечениях. Обычно пригоршню плодоножек кипятят 20-30 минут в 0,5 л воды и принимают по ½ стакана отвара 2-3 раза в день. Отвар плодоножек вишни употребляют как

мочегонное средство при водянке, камнях в почках и мочевом пузыре, заболеваниях суставов и при поносах. берут 10 г плодоножек на стакан воды и кипятят в течение 20 минут. Веточки с набухшими почками ранней весной срезают (100 г на 0,5 л воды) и киятят 30 минут. Отвар принимают при опухоли щитовидной железы по 1 столовой ложке 3 раза в день до еды.

Измельченные свежие листья вишни обладают кровоостанавливающими свойствами. Вложенные в нос, они способны останавливать носовое кровотечение. Помогают листья вишни и при повреждении слизистых оболочек, нарушении целостности кожных покровов.

Плоды вишни улучшают аппетит, пищеварение, утоляют жажду, успокаивают тошноту и рвоту, прекращают понос. При этом, закрепляющие свойства сушеной вишни сильнее, чем свежей. В этом убеждены тибетские врачеватели и российские знахари.

Семена из косточек вишни ядовиты. Но в небольших количествах помогают при подагре и почечнокаменной болезни. В Болгарии мякоть и сок вишни признаны эффективным отхаркивающим средством при воспалении дыхательных путей. Вишневый сок применяют при лечении трахеитов и бронхитов. Водный настой из мякоти плодов используется как жаропонижающее средство при простудных заболеваниях, а также для улучшения аппетита. Такой же настой плодов рекомендуется для устранения брожения в кишечнике и как нежное слабительное. При лечении атонии кишечника используется отвар молодых веток вишни. Болгарские травники применяют отвар вишен при лечении психических заболеваний и эпилепсии.

В традиционной медицине плоды улучшают аппетит, стимулируют выделение желудочного сока, оказывают лёгкое желчегонное действие [66]. Пептин мякоти плодов в большой концентрации способствует обезвреживанию и выведению из организма солей тяжёлых металлов, холистерина. Вишнёвый настой утоляет жажду, его дают больным при лихорадочных состояниях. Принимают его при хронических запорах как

нежное слабительное средство. Вишня с молоком употребляется при артритах; сок считается хорошим отхаркивающим средством при воспалительных заболеваниях верхних дыхательных путей. Отвар свежих листьев в молоке оказывает благоприятное действие при желтухе.

Отвар из плодоножек 10 г на стакан воды выпивают в несколько приёмов при поносах. Эмульсию из семян применяют при подагре и мочекаменной болезни. Вишнёвый сироп используют для улучшения вкуса лекарств [128].

Плоды съедобны в свежем и переработанном виде (варенья, компотов, начинки конфет и других кондитерских изделий).

ВОЛОВИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

Anchusa officinalis L.

Семейство бурачниковые - *Boraginacea*

Встречается под названием румянка.

Многолетнее травянистое жёстковолосистое растение высотой до 120 см. Стебель прямой, простой или ветвистый. Листья линейно-ланцетные, цельно-крайние. Цветки средней величины, сначала красно-фиолетовые, затем голубые, собранные в метельчато-длинные завитки. Плоды – морщинистые яйцевидные орешки.

Цветёт с мая до августа; плоды созревают в сентябре-октябре.

Распространён в России в западной, средней и южной части, на Кавказе.

Используется надземная часть, содержащая антоцианы - красящее вещество, дающее красивый красный цвет; алкалоид циноглоссин (способен парализовать нервную систему); холин; тритерпиноиды; глюкоалкалоид консолидин. В корнях – аллантонин, фенольные и жирные кислоты. В плодах жирное масло (до 23 %), витамин Е.

Подземная часть используется в виде отхаркивающего, мягчительного, ранозаживляющего средства и при злокачественных новообразованиях.

Листья оказывают диуретическое и потогонное действие. Надземная часть используется также при дизентерии [18].

Аллантонин назначали внутрь в виде коллоидного раствора при лечении язвы желудка и двенадцатиперстной кишки. Иногда его используют в медицине при вялом ходе заживления язв и ран, при септических инфекциях (в виде влажных повязок или мази).

В косметике используют в качестве румян. Обладает декоративными качествами.

ВОЛОДУШКА ЗОЛОТИСТАЯ

Bupleurum aureum Fisch.

Семейство сельдерейные – *Apiaceae.*

Многолетнее травянистое растение 25-150 см высотой. Стебель гладкий, прямой , обычно одиночный, обычно одиночный, в верхней части слабо ветвящийся. Прикорневые и нижние стеблевые листья продолговато-обратнояйцевидные, к основанию суженные в черешок. Средние стеблевые листья сидячие, длиной до 15 см. Верхние листья мелкие. Соцветие сложный зонтик, до 10 см в поперечнике. Лучи до 5-7 см длиной. Цветки 2-5 мм длиной. Лепестки жёлтые. Плоды – двусемянки, 3-5 мм длиной, гладкие, тёмно-коричневые, распадающиеся на 2 полуплодика.

Цветёт в июне-июле; плоды созревают с июля до сентября.

Распространена в России в лесной и лесостепной зоне Сибири, Урала, европейской части; на востоке доходит до Забайкалья. Растёт в негустых лиственных и хвойных лесах по лесным лугам, полянам, опушкам, среди зарослей кустарников. Реже на высокогорных лугах.

Используется надземная часть, содержащая сапонины (в листьях до 13,4 %); алкалоиды (в листьях около 0,074 %, в стеблях около 0,03 %, а также в корнях); аскорбиновую кислоту (в цветках около 176 мг%), каротин (в листьях до 14,7 мг%, в цветках до 1,33 мг%), а также фитостерины (в листьях около 0,2 %, в цветках 0,37 %).

В традиционной медицине применяется при болезнях печени, и желчного пузыря, в эксперименте (клинические испытания) подтверждено, что особенно цветки и листья в виде настоя обладают выраженным желчегонным действием и оказывают терапевтический эффект при холицестите и гепатите [42].

ВОЛОДУШКА КРУГЛОЛИСТНАЯ

Bupleurum rotundifolium L.

Семейство сельдереевые – *Apiaceae*

Встречается под названием поповник, гвоздичная трава, заячье ушко, прободенный лист, ласкавец, ласкавица, ласочь трава и др.

Однолетнее растение с ветвистым стеблем высотой 15-120 см, сизовато-зелёного цвета. Листья эллиптические, нижние продолговато-эллиптические, к основанию суженые, длиной 2,5-5 см, шириной 1,5-3 см. Цветки жёлтые, собраны в соцветие сложный зонтик. Плоды тёмно-бурого цвета, гладкие, эллиптические, длиной 2,5-3 мм. “Семена” - полуплодики с выступающими рёбрами.

Размножается семенами.

Цветёт в мае-июне; плоды созревают в июне-августе.

Как сорное растение распространено в средней и южной полосе европейской части нашей страны, кроме высокогорий Кавказа, в Западной и Восточной Сибири, реже на Дальнем Востоке и в Средней Азии, на полях и залежах.

В плодах содержатся дубильные вещества (0,63 %); эфирное масло (0,25 %); жирного масла (27,9 %); аскорбиновая кислота (в листьях – 1200 мг%, в цветках – 1262 мг%).

Свежие и сухие листья и семена обладают вяжущим и ранозаживляющим действием. Применяли их при ушибах и других повреждениях [152]. Рекомендовали володушку при женских болезнях . В

детской практике делали ванночки из травы и купали в них детей при грыже [79].

ВОЛОДУШКА МНОГОЖИЛЬЧАТАЯ

Bupleurum multinerve Dc.

Семейство сельдерейные – *Apiaceae*

Многолетнее травянистое растение высотой 25-120 см. Стебель прямостоячий, цветки мелкие, желтоватые, собраны в многоцветковые зонтики.

Цветет в июне-июле; плоды созревают в августе. Размножается семенами.

Распространено в европейской части России (кроме Крайнего Севера), в Сибири (на Среднем и Южном Урале), на Кавказе (Предкавказье, Дагестан). Встречается в западной части Амурской области.

Растет в степной и лесостепной зонах, иногда поднимается в горы до 2000 м над у.м., чаще на окраинах и в разреженных участках лиственничных и сосновых лесов.

Используют траву, содержащую сапонины; дубильные вещества; эфирные масла; витамин С, каротин; флавоноиды – рутин, кверцетин, изокверцетин, нарциссин, адонит, нонаказанол, гексакозан.

Препарат Буплерин из очищенной суммы флавоноидов показан при атеросклерозе – нормализует проницаемость и прочность капилляров, применяется при лечении других сердечно-сосудистых заболеваний, а также в офтальмологической практике. Биофлаваноиды володушки обладают противовоспалительным действием. Настой и отвары травы улучшают работу желчного пузыря.

ВОЛЧЕЦ КУДРЯВЫЙ

Cnicus benedictus L.

Семейство астровые - *Asteraceae*

Однолетнее травянистое растение высотой 20-70 см со стержневым корнем. Стебель прямостоячий, сочнотравянистый, прямоугольный, липко-мохнатый, снизу простой, вверху растопырено-ветвистый, паутинисто-войлочный. Листья бледно-зелёные, длиной 20 см, с обеих сторон липковолосистые, к основанию мохнатые. Цветки мелкие, трубчатые, желтоватые, собранные одиночными корзинками на концах ветвей и стебля. Плод – ребристая, жёлто-коричневая семянка, длиной 8-10 мм. Хохолок двурядный, состоит из 10 щетинок.

Цветет в июне – августе; плоды созревают в сентябре – октябре.

Распространен в России в европейской части в одичавшем состоянии и на Кавказе; в Средней Азии. Растёт на сухих склонах у жилья, дорог, иногда в посевах.

Используют цветущие верхушки стеблей в период цветения, содержащие сесквитерпеновый лактон кницин; смолу (5 %); камедь (13 %); дубильные вещества; яблочно-кислую магнезию.

Трава входила в Государственную фармакопею (8 издание) как горькое средство, возбуждающее аппетит, улучшающее пищеварение.

В традиционной медицине применялся при хронических болезнях печени, ипохондрии, расстройствах желудка, катарах дыхательных путей и перемежающейся лихорадке [42], при лечении язв, расстройств мочеотделения, подагре, атонии желудочно-кишечного тракта после перенесённых лихорадочных заболеваний. Кроме того, используется как рвотное, при желтухе и болезнях почек [6].

ВОЛЧЕЯГОДНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

Daphna mezereum L.

Семейство волчниковые – *Thymelacacea.*

Встречается под названиями: боровой перец, волченок, волчеягодник, волчий перец, волчье лыко, дикий перец, ягодки и др.

Кустарник высотой 0,5-1,5 м с деревянистым, ветвистым корнем и красно-бурой вязкой корой. Побеги голые с желтовато-серой морщинистой корой. Листья очередные, продолговато-обратноланцетные, туповатые, короткочерешковые, цельнокрайние, сверху зелёные, снизу серо-зеленые, длиной 3-8 см, шириной 1-2 см, скучены на концах ветвей. Цветки розовые, реже белые, душистые, собраны по 3-5 в пазухах прошлогодних листьев. Плод – односемянная сочная костянка, ярко-красного цвета. Косточка широкоовальная. Семя яйцевидное, заостренное.

Размножается семенами и стеблевыми черенками. Цветёт в марте-апреле (до распускания листьев); плоды созревают в июне-августе.

Распространен в европейской части нашей страны, в Западной и Центральной Сибири, горных районах Кавказа, в субальпийской зоне, обычно в смешанных, хвойных и темнохвойных лесах.

В коре содержится гликозид дафинин; красящее вещество, камедь; воск; минеральные соли; смола мезерсин желто-бурого цвета; в ягодах кроме мезерсина, жирное масло (до 31 %); следы эфирного масла; воск; камедь; горькое красящее вещество ; в семенах слабо высыхающее масло (до 27 %); слизь [141].

Очень ядовитое растение (все органы).

Кора, смоченная водой, приложенная к телу, вызывает нарывы и волдыри; при внутреннем употреблении кора и ягоды действуют как острое, раздражающее средство, могут привести к отравлению.

В традиционной медицине используют свежую и высушенную траву, кору. Собирают их в январе-феврале. Ягоды снимают зрелыми и сушат [53].

На Руси применяли следующие лекарственные формы: Нарывной пластырь, Экстракт сложный, Экстракт эфирный и спиртовой [14], мази. Употреблять их следует только по назначению врача. В гомеопатии применяется: *Mezereum-Injeel (forte) (D4), D12, D30, D200.*

ВОРОБЕЙНИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

Lithospermum officinale L.

Семейство бурачниковые - *Borraginaceae*

Встречается под названиями: воробейник аптечный, воробьиное семя, воробейник, воробьиная морская греча, воробьиное зелье, воробьиное просо, куреслеп меньший, солнечное просо, журавлиное семя, жемчужная трава, дикое семя, кашенное семя и др.

Многолетнее травянистое растение с толстым, ветвистым корневищем. Стебли высотой до 100 см, с тонкими отклоненными веточками вверху. Листья ланцетные шириной 5-10 мм, жесткие. Цветки белые или желтовато-зеленые, собраны в густые, короткие завитки, расположенные кистевидно или зонтиковидно в ветвистой верхней части стебля. Плод – орешек белого цвета, блестящий, яйцевидной формы.

Размножается семенами. Цветёт и плодоносит в апреле-июне.

Распространен повсеместно в европейской части нашей страны, на Кавказе, в Сибири (до Байкала), в горных районах Средней Азии, в Крыму. Обычно растёт в осветленных засоренных лесах, на сорных местах, залежах, по опушкам и среди кустарников, по степным и суходольным лугам [5].

В семенах содержится 17-20 % высыхающего масла [170].

В традиционной медицине используют различные лекарственные формы воробейника. В древних армянских рукописях указано на применение пластыря из этого растения для лечения ран: берут 10 г сухих корней (лучше только их кору), размельчают в порошок, смешивают со 100 г сливочного масла и 20 г воска, нагревают смесь на водяной бане до тех пор, пока не спадет пена красного цвета. Из порошка корней в смеси с воском готовят свечи против геморроя.

В ряде источников есть ссылки на другую лекарственную форму – эмульсию из воробейника. Для этого берут 15 г толченого семени, растирают

в 12 столовых ложках холодной воды и принимают эмульсию через 2 ч по столовой ложке.

В некоторых травниках рекомендуют отвар из листьев и корня. Отвар из листьев используют как мочегонное средство [99], при этом показании применяют также водную эмульсию и винную настойку из семян [52].

ВОРОНЕЦ КОЛОСИСТЫЙ

Actaea spicata L.

Семейство лютиковые - *Ranunculaceae*

Встречается под названиями: черный корень, воронец, волчьи ягоды, вороньи ягоды, вороний глаз, медвежья трава, зрелые ягоды, волчижник чёрный, паридова трава, христофорова трава и др.

Многолетнее травянистое растение высотой до 70 см с длинным, многоглавым корневищем, толстыми мочками. Стебель обычно один, реже несколько, прямостоячий, при основании покрыт бурыми чешуйками. Листья темно-зеленые по 2 на стебле, очередные, черешковые, длиной до 30 см. цветки мелкие, белые или желтоватые, собраны в короткую, овальную кисть длиной до 7 см. Плод – сочная черная ягода диаметром до 8 мм с множеством полукруглых, сплюснутых семян длиной до 4 мм, шириной 2 мм. Размножается семенами и отрезками корневищ.

Цветет в мае-июне; плоды созревают в июле-августе.

Распространен в европейской части нашей страны, кроме крайнего юга, в Западной Сибири, в Западном, Восточном и Южном Закавказье, встречается и в Средней Азии. Произрастает в тенистых местах, в лиственничных лесах, по дну лесных балок, берегам рек.

Растение ядовито, все органы содержат алкалоиды [10]; сапонины; жирные кислоты; в семенах жирное масло (до 31 %); витамин С. Плоды и семена обладают местным раздражающим действием, влияющим на центральную нервную систему [27].

В традиционной медицине все органы растения назначают при астме, заболеваниях желудочно-кишечного тракта, в качестве слабительного и рвотного средства. Водный отвар плодов применяли при туберкулезе.

Сухие плоды и листья используют при болезнях печени.

На Руси, особенно в Вятской губернии, корни и ягоды применяли при лечении многих заболеваний [10]. В Казани этот вид рекомендовали при головных болях и болях в животе. В Сибири настоем из травы лечили мужскую грыжу, головную боль, болезни сердца, носовое кровотечение [144].

Воронец в небольших дозах принимали при судорогах, удушливом кашле, коликах, поносе, нервных расстройствах, эпилепсии. Как наружное средство толченые листья и ягоды прикладывали к злокачественным нарывам и при воспалении глаз.

Корень воронца обладает легким противорвотным действием. Порошок из него принимали по 2,4 г, запивая большим количеством теплой воды или чаем из ромашки. При этом улучшалось пищеварение.

Применяли по 1 столовой ложке как противорвотное средство и при грибных отравлениях: делали настой из 7,4 г корня и 180 мл кипящей воды [55]. Корень воронца может заменить импортный рвотный корень – ипекакуану.

В гомеопатии свежие корневища , собранные весной, используют для лечения суставного ревматизма, при раке желудка . Применяются: *Actaea – Injel (forte) (D4), D10, D30, D200.*

Растение ядовито и для животных, хотя его поедают козы и овцы.

Собранные в период цветения листья окрашивают материю в желтый цвет [13].

ВОРОНИЙ ГЛАЗ ОБЫКНОВЕННЫЙ

Paris quadrifolia L.

Семейство лилейные - *Liliaceae*

Встречается под названиями: волчьи ягоды, змеиная ягода, корень бешенства, вороньи ягоды, волчьи глазки, родимец-трава, виновник, ядовитая ягода, вороний глаз и др.

Многолетнее травянистое растение высотой 15-40 см с длинным ползучим корневищем. Листья обратнояйцевидные на коротких черешках, на верхушке узко заострённые, длиной 5-14 см, шириной 2-8 см с тремя ясными жилками. Листья по 4 собраны в мутовке, в верхней части по 5-8 штук. Околоцветник из четырех наружных ланцетных листочков зеленого цвета и четырех внутренних. Плод – сизовато-черная ягода.

Размножается семенами. Цветет в мае-июне; плоды созревают в августе-сентябре.

Распространен в европейской части нашей страны, на Северном Кавказе, в Западной и Восточной Сибири, в Грузии (Западное Закавказье), в березовых, смешанных и хвойных лесах, среди кустарников, обычно на влажных местах.

Содержит в корнях гликозиды – паридин, паристифин, аспарагин; алкалоиды (до 65 %); лимонную и яблочную кислоты; в семенах – жирное масло; аспарагин; смолистое вещество; стероиды (до 1 %). В надземной части содержатся флавоноиды; углеводы; жирные кислоты.

Растение ядовито, поэтому принимать его следует под наблюдением врача.

Действующие вещества подземной части оказывают ранозаживляющее действие; листья – спазмолитическое; плоды – кардиотоническое. Надземную часть используют при лечении головокружений, асцита, судорог. Листья и плоды – при лечении злокачественных язв. Растение оказывает также антидепрессивное действие [23].

Вороний глаз используют при ревматизме, заболеваниях бронхов, расстройствах пищеварения, запорах., при гриппе, бешенстве. Настойку из корневищ и ягод принимают наружно при плохом заживании ран, гангрене.

В традиционной медицине на Руси вороний глаз рекомендуют при лечении грыжи у детей, как слабительное, усиливающее пищеварение и рвотное, а также противотуберкулезное средство [58]. Применяли это растение при судорогах, удушливом кашле, бешенстве, укусах бешеных собак [4].

Применяется в основном в гомеопатии при головокружении, приливах крови к голове, головных болях, нервном возбуждении, психических заболеваниях, мигрени, при расстройствах слуха. В гомеопатии применяются: *Paris quadrifolia – Injeel (forte) (D4), D12, D30, D200.*

Кроме указанного, для этих же целей можно использовать другие виды: *Paris hexaphylla Cham.*, произрастающий в хвойных и смешанных лесах на Дальнем Востоке; *Paris incompleta Bieb.*, произрастающий в лесах Кавказа. Эти виды также ядовиты.

В ветеринарии плоды используются при ящуре у лошадей [141].

Растение обадает декоративными качествами. Незрелые плоды используются как зеленый краситель.

ВОРСЯНКА РАЗРЕЗНАЯ

Dipsacus lacinatus L.

Семейство ворсянковые - *Dipsacaceae*

Встречается под названием ворсянка.

Двулетнее травянистое растение высотой до 2 м с прямым ребристым стеблем и шипами, расположенными по рёбрам, вверху ветвящийся. Прикорневые листья крупные, продолговато-обратнояйцевидные, зубчатые, на коротких черешках, собраны в розетку. На стебле листья расположены попарно, супротивно, образуют чашеобразное влагалище, перисто раздельные. Цветки в своеобразных головчатых соцветиях длиной 5-8 см, продолговато-яйцевидной формы. Цветки длиной до 13 мм с двойной чашечкой и трубчатым венчиком, от бледно-лилового до белого цвета. Плод – семянка.

Размножается семенами. Цветет в июне-июле; плоды созревают в августе.

Распространена на юге европейской части нашей страны, на Кавказе и в горных районах Средней Азии среди кустарников и в горных долинах.является заносным растением в Западной Сибири.

В этом виде ворсянки найдены сапонины и алкалоиды (в соцветиях их 0,17 %, в листьях 0,04 %, в корнях 0,4 %); в надземной части тритерпиноиды (до 10 %).

Используют цветочные головки, реже корни, семена или все растение с корнем. Отвар цветочных головок в горячем виде по 2-3 чашки пьют при остром ревматизме. Причем больной должен быть в теплой одежде и лежать до появления сильного пота. Применяли соцветия и семена ворсянки как противоядие от бешенства; корни при лечении туберкулеза и сифилиса [41].

ВЬЮНОК ПОЛЕВОЙ

Convolvulus arvensis L.

Семейство вьюнковые - *Convolvulaceae*

Встречается под названиями: березка, вьюн, вьюнчик, берестень, вязель, горлянка, колокольчики, повитель, повилика, повитуха, тянучка и др.

Многолетнее вьющееся травянистое реастение, дающее обильные корневые отпрыски. Корни длиной до 2 м, сильно ветвящиеся, глубоко проникающие в почву. Стебли длиной 20-120 см, голые. Листья черешковые, яйцевидно-эллиптические, продолговатые, в основании копьевидные, стреловидно-копьевидные, длиной 2-6 см, шириной 0,5-4 см. цветки розовые, иногда белые, длиной до 2,6 см, по 1-3 штуки на пазушных цветоносах. Семена коричневатые или темно-серые, слегка бугорчатые.

Размножается семенами и отводками. Цветет с июня до сентября; плодоносит в августе-сентябре.

Распространен почти повсеместно в европейской части нашей страны (кроме Севера), на Кавказе, в Западной и Восточной Сибири, заносное на

Дальнем Востоке, в Крыму и в Средней Азии. Произрастает на посевах, залежах, у дорог, на пустырях, в садах как сорное растение.

Во всех органах содержится глюкозид конвольвулин, обладающий слабительным действием [42]. В корневищах и корнях содержится смола (до 5 %); холиномиметические вещества ; дубильных веществ (до 8,5 %) [135 а] ; в листьях витамина С (110,7 %), витамин А ; в семенах – алкалоиды.

Растение ядовито, не поедается животными.

Семена обладают гемостатическим, потогонным, антигельминтным действием; цветки и подземная часть – седативными свойствами и используются при зудящем дерматозе, циррозе печени, холецистите, атеросклерозе, при лихорадке [18 б].

Все органы растения обладают слабительным действием. В традиционной медицине использовались еще Галеном в форме водного настоя [154]. Настой готовят следующим образом: одна столовая ложка измельченной травы заливают 200 мл кипятка, настаивают 15 мин, процеживают и пьют по 100 мл на ночь в качестве слабительного средства; по 50 мл утром и вечером при болезнях печени, бронхиальной астме, бронхите, пневмонии и как мочегонное средство.

При различных болях, сифилисе, метроррагиях – 1 чайную ложку сухого измельченного растения заливают 200 мл молока, кипятят 5 мин на слабом огне, процеживают. Всю порцию делят на 4 части и пьют в течении дня мелкими глотками.

Корневища принимали вместо слабительной смолы ялапы, в качестве наркотического и успокаивающего средства при нервных заболеваниях [13]. Листья вьюнка прикладывали при укусах ядовитых змей; сок листьев, смешанный с коровьим маслом, использовали при лёгочных заболеваниях и ушных болях .

Отвар травы эффективен при сыпях на коже, лишаях и чесотке. Для этого берут горсть травы, заливают стаканом кипятка, кипятят 5 мин и пьют

в течении дня. Рюмку свежего сока, с одной чайной ложкой уксуса и 0,5 чайной ложки поваренной соли применяли при хронических сыпях [66].

ГАМАМЕЛИС ВИРГИНСКИЙ

Hamamelis virginiana L.

Семейство гамамелидовые - *Hamamelidaceae*

Кустарник или дерево высотой до 7 м. Корневая система стержневая. Листья очередные, простые, на коротких черешках, широкоэллиптические, длиной 10-15 см. Осенью ярко-желтые, перед опадением краснеют. Цветки собраны по 2-5 штук в пазушных кистях, обоеполые, небольшие, по 1,5-2 см в диаметре, с приятным запахом. Лепестков 4, лентовидной формы, ярко-желтые, длиной 1,5-2 см. Плод – деревянистая, двухгнездная, двустворчатая коробочка 1,2-1,5 см длиной и 0.6-,1 см в диаметре, темно-бурого цвета с двумя семенами. Семена черные, блестящие, продолговато-заостренные к верху, 8-9 мм длиной и 3-4 мм шириной.

Цветет с начала октября до декабря; созревают плоды в конце августа - начале октября на следующий год. При растрескивании плода семена выбрасываются на несколько метров.

Распространен в Северной Америке, встречается в ботанических садах России, интродуцирован и в Закавказье. В Европу (Англию) завезен Петером Коллинзом в 1736 году.

Лечебные свойства коры и листьев давно используются в традиционной медицине. В 1949 году впервые было установлено, что в коре побегов содержится: гамамелисовый танин, другие дубильные вещества, фитостерин, воск, эфирное масло и вещество, похожее на смолу – гамамелин. В листьях содержатся: холин, сапонин, дубильные вещества, эфирные масла. Холин снижает кровяное давление. Содержание гамамелитонина в коре до 6 %, в листьях 7-11 %.

В традиционной медицине используются различные лекарственные формы: Жидкий экстракт, Гамамелисовая вода, полутвердые экстракты, раствор гамамелиса, тинктура гамамелиса. Гамамелин, мази и др., дистилат гамамелиса (1:1) широко встречается в аптеках многих стран.

В 1751 году шведский ботаник Перкали сообщил, что индейцы племени мохауков вылечивали слепоту, причиненную ударом, теплым паром от декокта коры, суппозитории.

Настой из побегов использовали путем натираний при болях в спине и ногах участникам атлетических игр. Применяли и при желудочных заболеваниях, кровотечениях маточных и желудочных (разжевывая листья, декокты коры). При кровотечениях из носа достаточно нюхать кору и листья.

Водный раствор коры и листьев “волшебный орешек” многие поколения использовали при кожных раздражениях, укусах насекомых, солнечных ожогах, поражениях лаковым деревом. Используют препарат для полоскания горла, при спазмах сердечных сосудов.

В гомеопатии используют препараты гамамелиса при расширении и воспалении вен (тромбофлебите), при геморрое.

В косметике жидкий экстракт гамамелиса и настойку хвоща полевого применяют как противовоспалительное средство, обладающее очищающим свойством, уменьшающее жирность лица и сужающее поры.

Племена индейцев в Северной Америке настой из побегов под названием “Волшебная жидкость” широко использовали при лечении ран, ушибов, наружных воспалительных процессов.

Листья собирают осенью и сушат в сжатые сроки. Срок годности сырья 1 год.

ГАРМАЛА ОБЫКНОВЕННАЯ

Peganum harmala L.

Семейство парнолистниковые - *Zygophyllaceae*

Встречается под названиями: могильник, адраспан.

Многолетнее травянистое растение высотой до 70 см с крупным многоглавым корневищем и стержневым ветвистым корнем до 5 см в поперечнике. Стебли извилистые, густо облиственные. Листья очередные, сидячие, яйцевидные, дланевидно-рассеченные, длиной до 7 см. шириной до 6,5 см. цветки бледно-желтые, верхушечные, около 3 см в диаметре. Плоды – трёхгнездные коробочки до 1,2 см в диаметре, с многочисленными семенами. Семена темно-коричневые или серовато-бурые, трехгранно-клиновидные, до 4 мм длиной и 2 мм толщиной.

Цветет с мая до конца лета; плодоносит с июня до августа.

Размножается посевом семян на глубину 1,5-2 см.

Распространена в Средней Азии и южном Казахстане, в южных районах европейской части России, в Восточной Сибири и на Кавказе. Ареал вида охватывает Средиземноморье, Балканы, Малую Азию, западную часть Монголии и северо-запад Индии.

В надземной части содержатся алкалоиды: в семенах до 6 %; 60 % из них составляет алкалоид гармалин, 30 % гармин, 10 % гармалол, также пеганин, дезоксивазицинон. В траве около 3 % алкалоидов; 60 % из них алкалоид пеганин и вазицинон, остальные 40 % составляют пеганицин, пеганин, пеганол, дезоксипеганин. В корнях до 2,7 % алкалоидов; основной из них гармин, содержатся также вазицин, вазицинон. В семенах содержатся также каротиноиды; антрахиноны; флавоноиды; тритерпиноиды; фитостерины; жирные кислоты (до 25 %).

В надземной части содержатся сапонины; органические кислоты [18 б]; дубильные вещества (до 18,1 %); макроэлементы (мг/г): калий-32,9, кальций-16,5, магний-5,8 , железо-0,14; микроэлементы: марганец, медь, хром, алюминий, никель, свинец, бор. Растение является концентратором цинка, стронция, молибдена, селена, бария [96].

Лекарственные формы из надземной части повышают тонус кишечника, обладают слабительным, снотворным, потогонным,

диуретическим, жаропонижающим, антигельминтным, антихолинэстеразным действием; усиливают потенцию [18 б].

Препарат Пеганина гидрохлорид – антихолинестеразное средство при миопатии и миастении; обладает слабительным действием при запорах и атонии кишечника. Гармин из семян активен при лечении последствий эпидемического энцефалита, дрожательного паралича и болезни Паркинсона. Широко применяется в традиционной медицине в виде настоев и отваров при лечении простудных заболеваний, малярии. При ревматизме и чесотке рекомендуют применять ванны из травы гармалы [12].

Растение ядовито.

ГЕРАНЬ ЛУГОВАЯ

Geranium pretense L.

Семейство гераниевые – *Geraniaceae*

Многолетнее травянистое растение с супротивными дланевидно-пальчатораздельными листьями. Цветки разной окраски в пазушных многоцветковых полузонтиках, реже цветки одиночные. Придатки зрелых плодов загибаются кверху дугой или кольцом, выбрасывая семяна с силой в момент загибания.

Цветет с июня до сентября; плоды созревают в августе-октябре. Размножается семенами.

В России широко встречается, кроме Крайнего Севера и Дальнего Востока.

В традиционной медицине используется как вяжущее, противопоносное средство. Отвар корней применяют для лечения различных желудочно-кишечных заболеваний, а также в виде компрессов при различных дерматитах, особенно аллергического характера, в виде примочек при фурункулах и язвах. При носовых кровотечениях используют тампоны, смоченные отваром корня.

При невралгиях несколько сорванных листьев положить на кусок льняной ткани сделать компресс к больным местам (забинтовать, обернуть теплым шерстяным платком; через 2 часа боль обычно стихает). Такую процедуру делать 2-3 раза в день.

Растение ядовито.

ГИДРАСТИС КАНАДСКИЙ

Hydrastis canadensis L.

Семейство лютиковые - *Ranunculaceae*

Встречается под названиями: желтокорень, золотая печать.

Многолетнее травянистое растение высотой 15-30(до 40) см. Корневище горизонтальное или косо восходящее, мясистое, длиной 6 см и толщиной 1 см, снаружи буро-желтое. Стебель цилиндрический, прямостоячий, в верхней части опушенный, при основании с 5-7 чешуевидными листьями, из которых 3-4 нижних мелкие, коричневатые, а 2-3 верхних - более крупные, беловатые, стеблеобъемлющие. Цветок одиночный, невзрачный, на цветоножке до 20 мм длиной. Плод – яйцевидная, красная, сборная костянка, состоящая из мелких мясистых плодиков, содержащих по 1-2 семени. Семена около 3 мм длиной, черные, блестящие, яйцевидные.

Цветет в мае; плоды созревают в июле.

Размножается семенами и отрезками корневищ.

Распространен в европейской части России, на Украине и в Северной Америке. Растет во влажных, тенистых широколиственных лесах.

Используют корневища и корни, содержащие алкалоиды: гидрастин, берберин, канадин.

Препараты Гидрастин солянокислый и Экстракт жидкий применяются в гинекологической практике при обильных менструациях и маточных кровотечениях; повышает возбудимость центральной нервной системы,

вследствие чего суживаются сосуды внутренних органов и повышается кровяное давление.

ГЛЕДИЧИЯ ОБЫКНОВЕННАЯ

Gleditsia triacanthos L.

Семейство мотыльковые - *Fabaceae*

Встречается под названием гледичия трехколючковая.

Дерево высотой 20-40 м с широкой, ажурной, декоративной кроной и темно-бурой корой. На стволе и ветвях очень крепкие, красновато-коричневые, глянцевые, простые или ветвистые колючки длиной 30 см и более. Листья очередные, черешковые, парно-перистые, длиной 14-20 см, листочки 8-15 пар, почти сидячие, ланцетовидные, снизу слегка опушенные, длиной 0,8-1,5 см. цветки невсрачные, зеленоватые, опушенные, душистые, в пазушных кистях, достигающих 8 см; чашечка с 3-5 узкими лопастями, венчик с 3-5 лепестками. Плоды удлиненно-ланцетовидные, кожистые, часто волнисто-изогнутые бобы, длиной до 50 см, красновато-коричневые, блестящие, со сладковатой мякотью. Семена длиной 12-15 мм, удлиненно-эллиптические, коричневые, с тусклым блеском.

Цветет в мае – июле; плоды созревают в октябре – ноябре.

Родина – восточная часть Северной Америки. Распространена в культуре в южных районах европейской части России, на Кавказе; в Средней Азии. Часто разводится в садах, парках и в полезащитных полосах.

Используют молодые листья, содержащие алкалоид триакантин. В цветках содержаться алкалоиды (0,3 %); в листьях и плодах аскорбиновой кислоты (100-400 мг%). В бобах содержатся: 3-глюкозид-1-эпикатехин; флавоновые соединения – акраммерин, олмелин, фустин и фицетин; сапонины; в мякоти сахар (29 %). В створках плодов: антрагликозиды (2,6 %); дубильные вещества (3,1 %); витамин К. антрагликозиды, содержащиеся в околоплодниках гледичии обладают слабительным действием подобно антрагликозидам ревеня, сены, крушины [6].

В медицине препарат Триакантин обладает выраженным спазмолитическим действием на органы с гладкой мускулатурой, расширяет сосуды, возбуждает дыхательный центр и снижает кровяное давление. Оказывает положительный терапевтический эффект при лечении больных с заболеваниями желудочно - кишечного тракта (спастические колиты, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки), в период обострения хронического холецистита.

ГОЛУБИКА УЗКОЛИСТНАЯ

Vaccinium uliginosum L.

Семейство вересковые - *Ericaceae*

Листопадный кустарник высотой 30-120 см. листья обратнояйцевидные, с клиновидным основанием и коротким черешком, светло-зеленые с сизо-голубоватым оттенком. Цветки на коротких поникающих цветоножках, располагаются по 1-3 на концах побегов. Венчик бледно-розовый. Ягоды удлиненные или шарообразные, длиной 0,9-1,2 см, синевато-черные с интенсивным сизым налетом. Мякоть зеленая.

Цветет в конце мая-июне; ягоды созревают с конца июля по сентябрь. Живет до 90 лет.

Размножается семенами и вегетативно.

Распространена в тундровой и лесной зоне северного полушария. В России – в европейской части, в Сибири и на Дальнем Востоке. Растет на болотах, особенно сфагновых, в кустарниковых и горных тундрах, заболоченных лесах, на сплавинах зарастающих озер. Поднимается в горы до 2500-3000 м над у.м.

Используют плоды, содержащие сахара (8 %); пектин; органические кислоты (1,6 %); каротина (до 110 мг%), витамины С, РР, Р, группы В; дубильные и красящие вещества; много микроэлементов [66]. В плодах содержатся также флавоноиды; моно- , сескви- и тритерпиноиды; кумарины; алкалоиды; фитостерины; фенолы. Выделены эфирное и жирное масло [18 б].

Плоды обладают общеукрепляющим, антигельминтным действием; побеги – кардиотоническим; листья – тонизирующим. Листья используют при болезнях почек и мочевыводящих путей, при цистите, миелите. Побеги используют при сахарном диабете, диарее, колите, перитоните, болезнях печени. Плоды используют при стоматите, малярии, кори, при диатезе и кожной сыпи, авитаминозе, анемии, ангине и лихорадках; при ревматизме, головной боли и неврастении.

Плоды в основном едят свежими, варят из них кисель, вкусное варенье, отжимают сок, делают пастилу, морс, вино, или начиняют пироги, сушат впрок или замораживают.

Отвар сушеных ягод – вяжущее средство, а молодых побегов и листьев – слабительное. Отвар листьев используют при диарее. Голубика неплохой медонос.

В традиционной медицине ягоды издавна использовали как противоцинготное средство, особенно в северных районах. Свежий сок и отвар плодов – полезный напиток для лихорадящих больных. Они улучшают деятельность желудочно-кишечного тракта и стимулируют выделение желудочного сока.

В 1998 году американский институт питания и геронтологии сообщал, что голубика не только занимает первое место среди плодов и овощей, содержащие вещества, предупреждающие рак, болезни сердца и инсульты, но также способна тормозить процессы старения организма. Ягоды ее обладают удивительным свойством снимать аллергию, вызываемую лекарственными препаратами.

Плоды имеют пищевое значение, используются при производстве соков, вина, настоек, кваса, варенья, мармелада, пастилы. Используют их и как суррогат чая.

Голубика неплохой медонос. Считается кормовым растением для овец, лошадей, медведей, зайцев, боровой птицы. Обладает декоративными свойствами.

ГОРЕЦ ПЕРЕЧНЫЙ

Polygonum hydropiper L.

Семейство гречишные - *Polygonaceae*

Встречается под названиями: водяной перец, горчак бабий, горчица дикая, горчишная трава, лягушечник, растопырь, чередник, репник, брылина.

Однолетнее травянистое растение высотой до 120 см, с прямым ветвистым стеблем, имеющим в нижней части узлы с придаточными корнями. Листья очередные, продолговато-ланцетные, острые или туповатые у основания, длиной 3-8 см, шириной 0,5-1,5 см. пластинка листа имеет точечные просвечивающие железки, иногда с темными пятнами ниже середины. Цветки мелкие, собраны в редкие повислые кисти. Околоцветник зеленоватый или красноватый, длиной 3-4 мм. Плод – блестящий, черный яйцевидный орешек, длиной 2-3 мм.

Размножается семенами, стеблевыми черенками.

Цветет с середины мая до сентября; плодоносит по октябрь.

Надземная часть имеет острый перечный вкус.

Распространен широко в европейской части нашей страны и на Кавказе, Западной и Восточной Сибири, на Дальнем Востоке, реже в Средней Азии.

Используют надземную часть, содержащую флавоновые производные (2-2,5 %); рутин (2,5 %); дубильные вещества (3,8 %); кверцитрин, гиперозид, кверцетин, кемпферол, лютеонин, изорамнетин, гиперин; эфирное масло (0,1 %); валериановую, муравьиную, уксусную кислоты; гликозид полигопиаперин; витамины А, С, D, Е, особенно много витамина К; фитостерин; соли марганца, титана, серебра и др.[71]. В траве накапливаются макроэлементы: 30,4 мг/г калия, 22,7 кальция, 3,7 магния, 0,3 железа; а также микроэлементы: марганец-0,13 мкг/г, медь-1,11 , цинк-1,37 , кобальт-0,07 , хром-0,07 , алюминий-0,19 , ванадий-0,15 , селен-1,94, никель-0,14, стронций-0,94, свинец-0,05, йод-0,09 , бром-7,2 , бор-17,2 мкг/г; концентрируются медь, стронций, цинк, селен и бром [96].

В официальной медицине трава используется для приготовления экстракта водяного перца жидкого, который назначают по 30-40 капель 3-4 раза в день. Настой травы водяного перца (20:200) назначают по 1 столовой ложке 3 раза в день [80]. Применяют их в качестве кровоостанавливающих средств, главным образом при маточных кровотечениях. Входит этот вид горца в состав противогеморройных свечей “Анестезол”. Горец перечный обладает сильным кровесвертывающим действием, поэтому его нельзя принимать больным тромбофлебитом [16].

В традиционной медицине со времен древних греков траву горца перечного используют как средство, очищающее и рассасывающее затвердения и опухоли. Толченую траву горца перечного прикладывали к различным опухолям (отечность ног, твердые опухоли), для ичищения струпьев на ранах.

Парацельс рекомендовал траву водяного перца наружно в качестве болеутоляющего и раздражающего средства, заменяющего горчичники. Порошком из травы присыпали застарелые язвы.

ГОРЕЦ ПОЧЕЧУЙНЫЙ

Polygonum persicaria L.

Семейство гречишные - *Polygonaceae*

Встречается под названиями: блошная трава, геморройная трава, горчак почечуйный, почечуйная трава.

Однолетнее травянистое растение высотой до 80 см со слабоветвистым стержневым корнем. Стебель прямостоячий, не разветвленный , узлы не утолщены. Листья ланцетные длиной 3-10 см шириной 0,5-2 см , длиннозаостренные, с короткими черешками, с темным пятном , без точечных железок на нижней стороне. Цветки диаметром до 3,5 мм , розовые, реже беловатые, собраны на концах стебля и ветвей в густые, прямые и недлинные (2-3 см) кисти. Плод – яйцевидный орешек длиной до 2 мм, черный, блестящий.

Размножается семенами и черенками.

Цветет и плодоносит с июня до октября.

Распространен в европейской части нашей страны, широко на Кавказе, в Западной и Средней Сибири, на Дальнем Востоке; реже в Средней Азии.

Используют надземную часть в период цветения, содержащую в большом количестве витамин К; дубильные вещества (1,5 %); галловую кислоту; флобафены; эфирное масло (0,05 %); флавоноиды (гиперозид, авикулярин, кверцитрин); гликозиды; уксусную, масляную и аскорбиновую кислоты; пектиновые вещества; слизи. В траве накапливаются макроэлементы: 33,2 мг/г калия, 15,0 кальция, 8,3 магния, 0,15 железа; микроэлементы: марганец-0,15 , медь-1,04, цинк-1,51, кобальт-0,04 , хром-0,03 , алюминий-0,06 , барий-0,12 , ванадий-0,05, селен-3,75 , никель-0,23, стронций-0,43 , свинец-0,04 , бор-32,41 мкг/г. Растение концентрирует медь, цинк, селен [96].

В официальной медицине горец применяют в качестве вяжущего средства. Препараты горца почечуйного, обладающие выраженным кровоостанавливающим свойством, назначают при маточных и воспалительных кровотечениях на почве атонии, воспалительных процессах матки, при обильных менструациях. При геморроидальных кровотечениях обладает умеренным кровоостанавливающим и слабительным действием. Назначают также при атонических и спастических запорах [86]. Настой травы горца почечуйного готовят в эмалированной посуде: 20 г сырья заливают 200 мл горячей кипяченой воды, держат на водяной бане 15 мин, охлаждают 45 мин, объем настоя доводят кипяченой водой до 200 мл. Хранят в прохладном месте не более 2 суток. Принимают в теплом виде по 1 столовой ложке 3 раза в день до еды.

Горец почечуйный противопоказан при беременности.

В традиционной медицине горец почечуйный известен под названием “геморроидальная трава”, которую применяли не только при геморрое, но и при маточных и желудочно-кишечных кровотечениях. Трава обладает легким

слабительным и мочегонным действием. Настои из нее использовали при энтероколитах, сопровождающихся спастическими или атоническими запорами. Систематическое употребление настоя травы способствует устранению хронического запора. Для приготовления настоя брали 1 столовую ложку травы и настаивали в 0,5 л кипятка (суточная доза); при кровотечениях применяли настой (10:200) по 1 столовой ложке 3 раза в день.

По сообщению народного корреспондента из Кустанайской области, у одной больной было сильное воспаление мочевого пузыря. В больнице в течении длительного времени смогли остановить только кровотечение из мочевого пузыря, но приступы и боли оставались. Больная отказалась от операции и стала принимать настой почечуйной травы. Резкое улучшение наступило уже через 4 дня: прекратились нестерпимые боли, затем начал обильно выделяться гной, после чего наступило полное выздоровление [91].

В качестве наружного средства применяли горец почечуйный при экземе и долго не заживающих язвах.

ГОРЕЧАВКА ЖЕЛТАЯ

Gentiana lutea L.

Семейство горечавковые - *Gentianaceae*

Многолетнее травянистое растение высотой до 140 см с толстым, диаметром до 3 см, коротким, до 7 см, многоглавым корневищем и небольшими боковыми корнями. Стебли (2-10 шт.) прямостоячие, полые. Листья супротивные, овально-эллиптические, крупные, длиной до 25 см; нижние - черешковые, верхние - сидячие. Цветки желтые, венчик длиной до 2,5 см, собраны в полузонтики, расположенные в пазухах верхних листьев. Плод – продолговато-ланцетная коробочка длиной до 6 см. семена мелкие, сплющенные.

Размножается семенами.

Цветет в июле; плоды созревают в сентябре.

Встречается редко, только в Карпатах (Закарпатская область). Культура затруднена возможностью получения всходов.

Корневища с корнями содержат гликозиды: генциопикрин (1,5-2 %), генциин (0,1 %), генцизин (0,1 %), генциамарин, генциакаумол, генцианозу; алкалоид генцианин (0,35-0,60 %); жирное масло (до 6 %); генциостерин; аскорбиновую кислоту; пектиновые вещества; флавоноиды; катехины. В подземных органах накапливаются макроэлементы: 8,9 мг/г калия, 8,6 кальция, 2,3 магния, 0,6 железа; и микроэлементы: марганец-0,12 , медь-0,18 , цинк-0,20 , кобальт-0,33 , молибден-1,87 , хром-0,12 , алюминий-0,08 , барий-0,77 , селен-4,70 , никель-0,26 , стронций-0,28 , свинец-0,06 , йод-0,29 , бор-51,06 мкг\г. Концентрируются молибден, селен, железо [96].

В официальной медицине используют экстракт густой и настойку из корней и корневищ; применяют при расстройствах пищеварения, сопровождающихся ахилией, отсутствием аппетита и диспепсическими явлениями [195].

В традиционной медицине и по сей день горечавку используют довольно широко, особенно в Европе. Известно было, что “лечит она, говорят, в селезенке и печени боли, если в нагретой воде как питье принимается с медом” [97].

Корни горечавок обладают закрепляющим, противосудорожным, противолихорадочным, противовоспалительным и глистогонным действием [85].

На Руси в старые времена из корня – *Radix Gentianae* - готовили ряд лекарственных форм: спиртовую настойку - *Tinctura Gentianae*, густой экстракт - *Extractum Gentianae*. Последний входил в состав сложного померанцевого эликсира - *Elixir Acranticrum compositum*, горького эликсира и горького экстракта - *Extractum amarum*. Корень входил также в состав сложной настойки сабура - *Tinctura Aloës composita*, горькой настойки - *Tinctura amara* и сложной хинной настойки - *Tinctura Chinae composita*. В Альпах из свежего корня готовят особую водку [21].

Например, сложную настойку для лечения желудка готовили из 30 г корня ревеня, 30 г корня горечавки, 15 г порошка померанцевой корки и 11 г плодов аниса, настаивали эту смесь 10 дней в 1 л водки, затем процеживали и пили по рюмке один или два раза в день.

Другой вид горечавки – горечавка перекрестнолистная (*G.cruciata)* применяется и в дерматологии при псориазе, зудящих дерматозах. Для этого 1 чайную ложку сухого корня заливают 2 стаканами холодной воды, варят 10 мин, процеживают и принимают по 0.5 стакана 3 раза в день до еды.

Порошок корня и цветки ромашки в соотношении 1:1 используют в виде присыпки при лечении гнойных ран. Кроме того, при обильной потливости ног делают на ночь ножные ванночки из отвара горечавки с дубовой корой (1:3) [162].

ГОРИЧНИК МОРИСОНА

Peucedanum morisonii Bess.

Семейство укропные - *Apiaceae*

Известно под названием морковник.

Многолетнее травянистое растение высотой 60-150 (200) см с крупным корнем толщиной 10 см и более. У молодых растений корень стержневой, у многолетних – редькообразной формы. Корка корня бугорчато-бородавчатая, сердцевина зеленовато-желтая, на изломе выделяющая светло-желтый, смолистый млечный сок. Стебель прямой, в верхней части ветвящийся. Листья многократно тройчато-раздельные, с треугольной пластинкой. Прикорневые листья собраны в густую поникающую розетку высотой 25-40 см. к верхушке стебля листья уменьшаются. Цветки мелкие, желто-зеленые, собраны в многолучевые зонтики. Зацветает лишь на 8-13 году. Плоды размером 6-9мм длиной и 3-4 мм шириной, с мало выступающими спинными ребрами и расширенными крыловидными краевыми ребрами. Все органы растения имеют острый смолистый запах.

Цветет в июле – августе; плоды созревают в августе – сентябре.

Размножается только семенами, путем посева на глубину 0,5-1,0 см.

Распространен в России в основном в Западной Сибири и на Алтае, на Кавказе поднимается в горы до 700 и более метров н.у.м. Широко встречается на востоке Сибири до левобережья Енисея. Растет в степях и лугах, по опушкам и полянам лесостепной зоны, по обочинам дорог.

Используются корни, содержащие фурокумарин пеуцеданин (0,7-4,0 %). Препарат Пеуцеданин рекомендован при лечении рака молочной железы, а также как фотосенсибилизирующее средство при витилиго и круговидной плешивости [105]. Подземная часть показана при болезнях органов пищеварения, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

Разрешено использовать также горичник русский *(P.ruthenicum Bieb.)* и горичник крымский *(P.tauricum Bieb.)*.

ГОРОХ ОВОЩНОЙ

Pisum sativum L.

Семейство бобовые - *Fabaceae*

Однолетнее растение высотой 15-250 см с полегающим стеблем. Прилистники крупнее листочков, полусердцевидные. Листья перистосложные с 1-3 парами зеленых или сизо-зеленых листочков, с восковым налетом. Цветоносы короткие, несут от 1 до 4 цветков. Цветки крупные, длиной 1,5-3,5 см, белые или розовые, бывают красного, лилового, желтого цвета. Плод – боб длиной 3-15 см, цилиндрический, прямой или изогнутый. Семена округлые, гладкие или морщинистые, светло-желтые, желто-розовые, реже зеленые или бурые. Размножается семенами.

Произошел, очевидно, из Передней Азии (основание – археологические находки). В диком виде не встречается.

Родиной его считают Крым, Кавказ, Черноморское побережье, Среднюю Азию, Индию, Иран и Эфиопию. Культура гороха относится к каменному веку. Он был известен в Древней Греции и в Древнем Риме. В Древнем Китае был символом плодородия и богатства. В Древней Руси

посевы гороха были также широко распространены. Большой популярностью пользовались различные блюда из гороха, особенно гороховая похлебка. Когда говорят: ”Это было при царе Горохе “- имеют в виду события глубокой древности.

Горох – чрезвычайно ценный продукт питания. Химический состав плодов очень богатый – это настоящая кладовая белка (23-30 %), состоящего из незаменимых аминокислот – тирозина, цистина, метионина, лизина, триптофана; в нем много углеводов (50-53 %); полисахаридов; крахмала; есть жиры (1,0-1,5 %); каротин, витамины группы В, B_1, B_2, B_6, С, РР, К; холин; соли калия, марганца, фосфора, кальция, аминокислоты (метионин). По витаминному комплексу горох превосходит все овощные культуры [18].

При выращивании оптимальная температура для прорастания семян 20-25°С. Всходы могут выдерживать заморозки -4-6°С. Хорошо растет на средних и суглинистых плодородных почвах. Очень отзывчив к фосфорным и калийным удобрениям. Лучшие предшественники – картофель, капуста, тыквенные и корнеплодные овощные культуры. Посевы размещают обычно трехстрочными лентами: расстояние между ними 22-25 см, в ряду 8-12 см. Семена предварительно замачивают и раскладывают в бороздки на глубину 6-8 см, засыпают влажной рыхлой почвой. Растения требуют опоры. Стручки убирают по мере их формирования. Известны отечественные сорта: Сахарный 2, Неистощимый 195, Жегалова 112, Ранний Грибовский 11.

Горох, кроме питательных качеств, обладает сильным мочегонным действием. Настой из него гонит песок из почек и мочевого пузыря, что при крупных камнях приводит к сильным болям. Гороховая мука в виде припарок хорошо помогает при твердых опухолях молочных желез; использовали его и для размягчения нарывов, фурункулов и карбункулов.

Обнаружено, что гороховое масло обладает гормоноподобным свойством. Показан он и в пищевом рационе сердечных больных.

Для приготовления настоя надземную часть собирают до цветения. Затем ее измельчают и 2 столовые ложки травы заливают 1-1,5 стаканом

кипятка, настаивают 30 мин, процеживают и пьют по 2 столовых ложки перед едой.

Зеленый горошек, истолченный в муку, был излюбленным косметическим средством древних римлянок. “Римскую маску”, приготовленную из гороховой муки и молочной сыворотки, используют и сейчас. Для ее приготовления берут 2 столовые ложки муки, замешивают в таком же количестве сыворотки и накладывают на лицо. Когда смесь высохнет, ее стирают с лица круговыми движениями пальцев, после чего умываются горячей, а затем холодной водой. Такая маска хорошо очищает кожу, разглаживает , делает ее нежной, упругой и бархатистой [199].

На Руси из гороха готовили вкусный напиток, заменяющий индийский и ливанский кофе. Для этого плоды гороха 20 минут обжаривали на умеренном огне, затем мололи в порошок и 2 части смешивали с 1 частью цикория [144].

В наше время горох широко используется в кулинарии. Из него варят супы, добавляют в салаты, винегреты, консервируют, мочат, сушат. В нем столько же белка, сколько в говядине средней упитанности, однако горох почти вдвое превосходит ее по калорийности.

Зеленая масса гороха в свежем и сушеном виде – хороший корм для коров, способствует увеличению количества молока. Кроме того, это сидеральная культура, которая обогащает почву азотом.

ГРАВИЛАТ ГОРОДСКОЙ

Geum urbanum L.

Семейство розоцветные - *Rosaceae*

Встречается под названием: гвоздичный корень, гравилат аптечный, гребник, гвоздичник, бадан, гребенник, репейник дикий, чагирский чай, чистец, мунгальский чай, любим-трава, собачки, гвоздичное зелье и др.

Многолетнее травянистое растение высотой 25-75 см с толстым, ползучим корневищем и стройными стеблями. Прикорневые листья (1-3

пары) длинно-черешковые, лировидно-прерывисто-перистораздельные. Стеблевые листья коротко-черешковые, трехраздельные. Цветки светло-желтые на длинных цветоножках, диаметр венчика 1,5 см. плод сборный, состоит из орешковидных семянок.

Размножается семенами.

Цветет и плодоносит с мая по август.

Распространен в европейской части нашей страны, на Кавказе, в Западной Сибири и в Средней Азии по лесным опушкам, среди кустарников, в садах и парках, по краям дорог.

В корнях и корневищах, по запаху напоминающих гвоздику, содержится эфирное масло (от 0,02 до 0,4 %), в т.ч. евгенол (0,01-0,2 %) [52]; смола; горькое вещество геин; танниды (от 12,3 до 16,5 %); в листьях содержится витамина С (94,5-117 мг%).

Корни заготавливают весной, в апреле-мае, очищают и хранят в закрытых сосудах.

С 1818 года гравилат городской входил в ряд изданий Российской фармакопеи. Основные показания корня гравилата – вяжущее и закрепляющее действие при желудочно-кишечных заболеваниях: поносах, дизентерии [159]; при катаре желудка и толстых кишок, при рвоте, коликах и спазмах в кишечнике, атонии органов пищеварения и как возбуждающее средство [38].

Надземную часть используют при родовспоможении, а также как слабительное, жаропонижающее, желчегонное средство. надземная часть показана при гастритах, болезнях печени и почек, туберкулезе, малярии. Кашле, пародонтозе, авитаминозе [18 б]. Цветки применяют при цистите, нефрите, рвоте. Подземная часть используется при лечении новообразований.

Имеются сведения о применении гравилата при расстройствах печени, желчного пузыря, при геморрое. Гравилат эффективен при нарушениях менструального цикла, длительных кровотечениях, особенно в период

климакса, при кровоточащих деснах, туберкулезе, кашле с обильной мокротой . Корень обладает потогонным и антибактериальным действием, его применяли вместо хины при лихорадке. Рекомендовали при трудном пищеварении, задержке месячных, истерии, судорожном кашле, длительных кровотечениях, туберкулезе; в детской практике при золотухе.

Гравилат городской имеет не только лекарственное значение; он является также пряным и кормовым растением. Например, корни гравилата используют как заменитель гвоздики и корицы, как пряную приправу, в пивоваренном производстве против скисания пива [159], из молодых листьев делают салаты.

Корень можно использовать для дубления кож; отвар его придает шерсти рыжевато-золотистый цвет. Трава является хорошим кормом для домашнего скота [159].

В ветеринарии гравилат используют как вяжущее и противовоспалительное средство при желудочно-кишечных заболеваниях, заболеваниях печени и желчного пузыря, от кашля, при различных кровотечениях у животных. При приеме внутрь готовят отвар 1:10 (10 г сухого корня отваривают в 100 мл воды, крупным животным на один прием делают 200-300 мл, мелким 40-60 мл). Местно отвар применяют при ожогах, дерматитах, ранах и язвах. Молодые листья используют в виде добавки к корму как витаминное сырье.

Траву заготавливают в начале цветения в мае-июне, сушат в тени под навесом. Корневище с корнями выкапывают поздней осенью или ранней весной, сушат на солнце или в сушилках при 35°С.

Срок хранения травы 1 год, корней и корневищ до 3 лет.

ГРАВИЛАТ РЕЧНОЙ

Geum rivale L.

Семейство розоцветные - *Rosaceae*

Встречается под названиями: гравилат ручейный, котовник, можжевельник, гребенник ручейный, чертовы головки, горлянки, змеиный корень, дикий лопушник, рябинник болотный, растрепа, серпий лесной.

Многолетнее травянистое растение высотой 25-75 см с толстым, плотным корневищем бурого цвета. Стебли (от 1 до 3) темно-красного цвета. Листья длинно-черешковые, прерывисто-лировидные перисторазделные. Цветки собраны по 2-3, колокольчатые, красноватые или желтовато-беловатые. Плоды в яйцевидной головке, с прямостояче-оттопыренными волосками, собранные из горошковидных семянок.

Цветет и плодоносит с мая по июль.

Размножается семенами.

Распространен в европейской части нашей страны, на Кавказе, в Сибири, реже в Средней Азии.

Содержит глюкозид геин; эфирное масло; гравилатовое масло (0,1 %), в основе которого евгенол; в различных органах танниды (до 12,3 %); каротин в свежих листьях (13,7 мг%) и корнях (до 45 %); витамин С (117 мг%) [29]; в траве следы алкалоидов [18].

Этот вид гравилата по своей активности несколько уступает гравилату городскому. Он также применяется в качестве вяжущего, закрепляющего и кровоостанавливающего средства при длительных поносах, маточных кровотечениях, легочных кровохарканьях [34]. Кроме того, его используют при белях, истерии, судорожном кашле, при грыже [64]. Настои этого вида гравилата назначают для ванн при лечении золотухи у детей.

Примочки и полоскания из отвара травы использовали при цинге и обмывании гнойных ран [2]. Такие раны присыпали порошком корня. Этот вид также применяли при лечении диабета, водянки, и при белях [47], а в смеси с другими травами делали отвар для ванн при лечении золотухи и рахита у детей [92]. Настоем свежих листьев лечили подагру.

При кашле с обильной мокротой принимали по 1 г порошка из корневищ с корнем 3-4 раза в день, а при истерии по 1,2-4,3 г [152,85] или

отвар (8,5 г на 800 мл воды). При катаре желудка, толстых кишок, поносах пили отвар корня (15 г на 250 мл воды). Для укрепления нервов, при дизентерии, болях в животе 1 столовую ложку порошка корня заливали чашкой воды, отваривали и пили в течении дня [92]. Применяли этот вид гравилата при воспалениях печени и желчного пузыря, при упадке сил, выпадении прямой кишки.

Кашицу из порошка корня с медом принимали по 1,8-11 г. Отвар готовили из 30 г корня на 400 мл воды, кипятили в закрытом сосуде, упаривали до 180 мл и принимали по чайной чашке. Использовали и винную наливку из корня по 2 столовые ложки каждые 2 часа. Наружно применяли при гнойничковых заболеваниях, экземе.

При лихорадке применяли гравилатную настойку, приготовленную по методу Бухгава: 60 г толченого корня смешивали со 160 мл французской водки или винного спирта, настаивали в теплом месте несколько дней, процеживали. Давали на прием по 15 г 2-3 раза в день.

Интересно, что корень имеет приятный запах, который отпугивает моль.

ГРАНАТ ОБЫКНОВЕННЫЙ

Punica granatum L.

Семейство гранатовые - *Punicaceae*

Встречается под названиями: гранатник, анар, гранатовое дерево.

Листопадное дерево, реже кустарник, высотой до 10 м с разветвленным корнем и с угловатыми, часто колючими побегами. Листья супротивные, короткочерешковые, эллиптические, длиной до 8 см, шириной 2 см. цветки красные, одиночные, диаметром до 5 см, расположены в пазухах или на концах побегов. Плоды крупные, диаметром до 18 см, красного, желто-оливкового или розового цвета. Семена от белого до темно-красного цвета длиной до 1,4 см, шириной 0,8 см, с сочным наружным слоем кисло-сладкого вкуса.

Размножается семенами.

Цветет в мае - августе; плоды созревают в сентябре – октябре.

Распространен в России в Закавказье (Черноморское побережье), в Таджикистане и Дагестане, на Копетдаге. Культивируется в настоящее время в основном в Средней Азии, Закавказье, Дагестане и в Крыму. Древняя культура, которую выращивали еще в Вавилоне 5 тысяч лет назад.

Основное действующее вещество – алкалоид пеллетьерин. В растворе 0,01% он убивает ленточных глистов в течении 10 мин [41]. Использовали кожуру плодов, кору стволов и ветвей, в которых содержатся алкалоиды (до 2 %), в т.ч. псевдопеллетьерин, метилизопеллетьерин, изопеллетьерин. В кожуре плодов урсоловая кислота (0,6 %); дубильные вещества (до 32.7 %); смола; воск; в плодах содержится до 63 % сока, включающего сахаров (до 19,2 %), лимонной и столько же яблочной кислоты (до 9 %), витамина С (до 14 мг%). В кожуре плодов содержатся тритерпиноиды; фитостерины; флавоноиды; триглицериды; накапливаются макроэлементы: 18,9 мг/г калия, 4,0 кальция, 0,5 магния, 0,05 железа; и микроэлементы: марганец – 5,28 , медь – 2,50 , цинк – 3,8 , молибден – 0,40 , хром – 0,32 , алюминий – 33,68 , селен – 0,08 , никель – 0,32 , стронций – 19,36 , бор – 54,4 мкг/г [96]. В семенах жирное масло (7,1 %); органические кислоты (до 9 %). В листьях также содержится витамин С.

Собирают кожуру зрелых плодов и лепестки цветов, измельчают и сушат на солнце или в проветриваемых помещениях. Хранят несколько лет в сухом месте.

Со времен Гиппократа применяли гранат при дизентерии, желудочных заболеваниях, лечении ран. В Древней Греции, Риме, Индии кору применяли для изгнания глистов.

Лекарственные формы и фитопрепараты применяли с давних времен [22]: Кора гранатового дерева *(Cortex Granati)*, Экстракты коры (*Extractum Granati cortices, Extractum fluidi Granati cortices*), Плодовая корка *(Cortex Frutctus Granati*), Цветки *(Flores Granati*); пеллетьерин и его соли. Цветки

применяли в качестве наружного средства для полосканий и присыпок, реже в виде отвара при поносах.

Лекарственные формы (настой, отвар кожуры плодов) использовали в качестве вяжущего средства при расстройствах желудочно-кишечного тракта, при кровотечениях, а также в качестве противоглистного средства при борьбе с ленточными глистами [21].

Наибольшая активность отмечается при смешивании кожуры граната с корнем горечавки и экстрактом вахты. Порошок коры давали по 3,7 г каждый час; лепестки цветков – по 1,8-5,4 г. для наружного употребления 30 г цветков или кожуры заливали 400 мл воды или красного вина, отваривали и применяли для полоскания, примочек при вышеуказанных заболеваниях.

Из кожуры плодов граната русские врачи готовили отвар, заменяющий импортную кору хинного дерева. Для этого брали 25 г кожуры отборных плодов, сушили, измельчали в порошок, добавляли 1,8 г аравийской камеди, варили в 400 мл воды, упаривали до 180 мл , процеживали, добавляли 15 г коричной или другой ароматной воды и столько же имбирного сиропа. Взрослым давали по 0,5 чайной чашки каждый час, детям по столовой ложке [117]. Обычный отвар кожуры: 20 г на 200 мл воды, кипятить 30 мин на малом огне, пить по 2 столовые ложки 2 раза в день при аллергических колитах, энтероколитах, дизентерии, поносах.

Плоды использовали в свежем виде при авитаминозе. Сок плодов хорошо утоляет жажду, рекомендован при рвоте, цинге, ”воспалительной лихорадке“. Применяют его при желудочно-кишечных расстройствах, после инфекционных заболеваний как общеукрепляющее средство.

Сок граната необходимо пить с обязательным разбавлением водой. Его кислоты раздражают желудок и разъедают эмаль зубов. Передозировка лекарственных форм из коры плодов может вызвать головокружение, слабость, ухудшение зрения, судороги[19].

По сообщениям народных лекарей, например, из Новосибирска, систематический прием сока плодов граната способствует медленному, но постоянному понижению кровяного давления до нормы [91].

Из сока граната готовят сиропы, напитки, приправы к национальным блюдам. В целом, плоды граната – ценный диетический и витаминный продукт.

ГРЕЧИХА ПОСЕВНАЯ

Fagopyrum esculentum Moench

Семейство гречишные - *Polygonaceae*

Однолетнее травянистое растение высотой 50-150 см с ветвистым, прямым стеблем красновато-зеленого цвета. Листья очередные, сердцевидно-треугольные или стреловидные длиной до 5 см; верхние – почти сидячие, нижние на длинных черешках. Цветки белые, бледно-розовые , розовые или красные, на длинных пазушных цветоносах, щитковидно собраны в верхней части побегов, с сильным медовым запахом. Плод – трехгранный, односемянный орешек, коричневого или темно-серого цвета.

Размножается семенами.

Цветет в июне – июле; плоды созревают в августе.

В диком виде нигде не встречается. Предполагают, что родиной культуры является Северная Индия, где она появилась в горных районах 4 тысячи лет назад; в Закавказье – в конце второго-начале первого тысячелетия до н.э., куда проникла через Иран. В Европе она с XV века. На Руси возделывалась в низовьях Дона в 1 веке н.э. Зерна гречихи были обнаружены в археологических раскопках в северянских и полянских могильниках.

В гречихе содержится белок (10-16 %); крахмал (до 80 %); сахар (0,3-0,5 %); клетчатка; жир (2-3 %); минеральные вещества – соли железа, кальция, фосфора, меди, цинка, бора, йода, никеля, кобальта и др.; органические кислоты, яблочная и лимонная; витамины B_1, B_2, Р, РР. В

надземной части растения в период цветения содержатся флавоновый гликозид рутин и другие флавоноиды, органические кислоты, антоцианы.

Гречиха посевная на Руси имела очень широкое применение. Гречневую крупу рекомендовали старикам, подверженным частым запорам. Муку из крупы применяли в качестве мягчительных припарок. Сок из свежего растения использовали при воспалении глаз.

В деревнях гречневую муку использовали в качестве присыпки опрелостей у детей [141 б].

По сообщениям народных корреспондентов, при лечении лейкоза (рака крови) применяли гречиху. Для этого собирали цветущие побеги и готовили из них настой (1 стакан травы на 1 стакан кипятка). Пили без нормы и получали облегчение [91].

В традиционной медицине настой или отвар цветков (1 часть на 10 частей воды) применяли как средство, смягчающее кашель и способствующее выделению мокроты при простудных заболеваниях. Цветки без дозировки клали в чай.

В гомеопатии применяются: *Fagopyrum – Injeel (forte) (D4), D12, D30, D200.*

ГРИНДЕЛИЯ МОЩНАЯ

Grindelia robusta Nutt.

Семейство астровые - *Asteraceae*

Многолетнее травянистое растение высотой 30 -100 см с прямым, реже ветвистым стеблем. Листья супротивные или очередные, слабоопушенные, от яйцевидных до ланцетных, сидячие, длиной до 5 см. цветки желтые, собраны в корзинки диаметром до 12 мм. Плод – продолговатая семянка буровато-серого цвета, длиной 4-5 мм.

Размножается семенами.

Цветет с июня до октября; плоды созревают в сентябре – октябре.

Распространена в Северной Америке (в Калифорнии), вдоль берегов Тихого океана. Интродуцирована в нашей стране и культивируется в ботанических садах.

В траве содержится алкалоид гринделин; сапонины (2 %); маслянистая смола; фитостерин – гринделол, фитостерол; эфирное масло (0,23 %).

Трава гринделии входила в 5-е, 6-е, 7-е издания Русской фармакопеи. Описана она и в фармакопеях десяти стран. С 1902 по 1946 гг. ее назначали в официальной медицине.

Препараты из травы применяли при бронхиальной астме [68].

В конце IX века в клинике и в лаборатории профессора С.П.Боткина доктор В.Доброклонский установил, что вытяжка из гринделии оказывает эффект при стенокардии, нормализует аритмию, устраняет неприятные ощущения в области сердца, без побочных явлений. Активность растения оказалась выше наперстянки, горицвета, ландыша.

Компрессы из настойки гринделии, разведенные водой, рекомендовали при эриматозной сыпи .

Как наружное средство, она была показана при хронических язвах, в глазной практике – при коньюктивитах, гнойном офтальмите.

Имеются сведения о применении гринделии при невралгии, ревматизме. В России были получены хорошие результаты при лечении гринделией коклюша, оказывала она эффект при приеме внутрь и как наружное средство при лечении гонореи.

В Англии гринделию используют для лечения дерматита, вызванного ядовитым русом *(Rhus toxicodendron Mill.)*. это стоит иметь в виду сборщикам руса для целей гомеопатии в нашей стране.

В гомеопатии гринделию используют при бронхиальной астме и бронхите.

ГРУШАНКА КРУГЛОЛИСТНАЯ

Pyrola rotundifolia L.

Семейство грушанковые - *Pyrolaceae*

Встречается под названиями: дикая грушица, ландышки, боровушка, березка, барвинок, бетоника лесная, живая трава, зимозеленица, луговой ландыш, чернолистка, бессмертная трава и др.

Многолетнее травянистое растение высотой 15-30 см с тонким, ветвистым корневищем, от узлов которого отходят надземные стебли и придаточные корни. Стебли ребристые, с розеткой листьев при основании. Листья продолговато-яйцевидные, влагалищные, буроватые, длиной 3-6 см, шириной 2,5 -5,5 см. цветки белые, душистые, диаметром 15-20 мм, собраны в длинную (до 16 см) многоцветковую (8-15 цветков) кисть. Плод – шаровидная коробочка, длиной до 5 мм, шириной 8 мм.

Размножается семенами, придаточными корнями.

Цветет в июне – июле; плоды созревают в августе – сентябре.

Распространена повсеместно в лесах Западной Сибири, реже в лесах европейской части нашей страны, на Кавказе, в Восточной Сибири, частично в Средней Азии.

В траве содержится арбутин, эриколин, урсон, глалаовая кислота; горечь; тритерпиноиды; иридоиды; хиноны; флавоноиды; фенолы; дубильные вещества.

Действующие вещества, содержащиеся в надземной части обладают ранозаживляющим, диуретическим, гемостатическим действием. надземную часть применяют при цистите, простатите, коньюктивите. Листья применяют пари асците [18 б].

В традиционной медицине используют как диуретическое средство, при хронических циститах, нарушении мочеиспускания, при водянке, заболевании простаты [152].

Применяют ее как вяжущее средство при желудочно-кишечных заболеваниях: 30 г сухой травы заливают 250 мл горячей воды и пьют отвар вместо чая.

Настой и отвар грушанки (15 г на стакан кипятка) принимают по несколько ложек в день при кровавых поносах [100].

Настойку грушанки рекомендуют при кровотечениях, особенно послеродовых [152]. Листья используют для приготовления чая при туберкулезе [70].

Крепкий отвар травы, порошок, толченые свежие листья применяют в качестве ранозаживляющего средства при лечении гнойных ран [89]; тот же отвар показан и как противолихорадочное средство, как средство для лечения болезни горла [89], болей в желудке.

Является кормовым растением растением для животных.

ГРЫЖНИК ГЛАДКИЙ

Herniaria glabra L.

Семейство гвоздичные - *Caryophyllaceae*

Многолетнее травянистое растение высотой 5-20 см с прижатым к земле, сильно ветвистым стеблем и со стержневым деревянистым корнем. Листья супротивные, эллиптические или овальные, островатые или тупые, длиной 2-10 мм, шириной 1-3 мм, к основанию суженные в очень короткий черешок. Цветки мелкие, невзрачные, скучены в пазушные клубочки. Венчики из 5 беловатых лепестков. Плод – односемянный, продолговатый, шершавый орешек, около 1 мм длиной. Семена темно-коричневые, блестящие, гладкие.

Размножается семенами.

Цветет и плодоносит с июня до осени.

Распространен в России почти во всех районах европейской части (кроме Крайнего Севера). В некоторых районах Южной и Западной Сибири; на Кавказе, в Средней Азии, в Европе и Западной Азии.

Растет преимущественно на песчаных почвах, на полях, залежах, пустырях, около дорог и по берегам рек.

Используют надземную часть, содержащую сапонины (до 16,2 %); гликозид герниарин; ядовитый герниарисапонин (0,90-0,18 %); алкалоид парохинин; флавоноиды: кверцетин, рутин, арабинозид кверцетина и др.; кумарины (до 0,8 %); метиловый эфир цибеллиферон; эфирное масло (0,6 %); дубильные вещества (до 3,2 %); антоцианы (до 6,6 %); органические кислоты (до 0,1 %).

В традиционной медицине применяют в качестве мочегонного средства при водянке, заболеваниях почек и мочевого пузыря и как вяжущее средство [6]; при остром воспалении мочевого пузыря, легочных заболеваниях.

Обладает диуретическим действием. показана при артритах, болезнях кожи, диатезе, венерических болезнях.

Используется и в гомеопатии.

При растирании с водой трава дает сильную пену, хорошо отмывающую и смягчающую кожу рук, иногда используют траву для мытья шерсти и домашних животных (собак), недаром траву называют “собачье мыло” [42].

Является кормовым растением для овец.

ГУЛЯВНИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

Descurainia Sophia (L.) Webb ex Prantl

Семейство капустные - *Brassicaceae*

Встречается под названиями: гулявник струйчатый, желтуха струйчатая, мудрость лекарская.

Однолетнее травянистое растение высотой 10-100 см. Все растение сероватого цвета с коротковетвистым опушением, иногда почти голое. Стебель прямой, ветвистый. Листья дважды- иногда трижды-перистораздельные. Цветки бледно-желтые, продолгоавтые, длиной 2,0-2,5 см, собраны в многоцветковые кисти длиной до 40 см. Плод – вверх стоячий

стручок, длиной 10-30 мм, шириной около 1 мм. Семена эллиптические, буроватые, длиной 1,0-1,25 мм, шириной 0,5-0,75 мм.

Размножается семенами.

Цветет с мая до конца лета; семена созревают в августе – сентябре.

Встречается на всей европейской части нашей страны, кроме тундры и лесотундры, на Кавказе, в Западной и Восточной Сибири, на Дальнем Востоке и в Средней Азии по полям, лугам и склонам, вдоль дорог, на сорных местах.

Используют надземную часть, в которой содержатся карденолиды: гельветикозид, корхерозид А; дубильные вещества; флавоноиды; гликозиды апигенина. В семенах карденолиды; жирное масло (24-36 %), в составе которого: линоленовая, линолевая, эруковая, эйкозеновая, стеариновая кислоты; горчичное масло (2,36 %).

В традиционной медицине применяют при истерических припадках, поносах, кровохаркании, маточном кровотечении, белях, против глистных инвазий [37]. Наружно как очищающее и ранозаживляющее средство при цинготных язвах [30].

ДАТИСКА КОНОПЛЕВАЯ

Datisca cannabina L.

Семейство датисковые - *Datiscaceae*

Известно под названием конопляник критский.

Многолетнее травянистое растение высотой до 2,5 м. Листья крупные, непарноперистые, длиной до 37 см. Цветки мелкие двудомные, собраны в верхушечные кисти до 30 см длиной вперемежку с верхушечными листочками; мужские цветки на ножках 3-5 мм длины, женские почти сидячие на ножке длиной 2 мм. Плод – продолговато-овальная коробочка до 7 мм длиной и 4 мм шириной. Семена очень мелкие (до 1 мм длиной).

Цветет в июле – августе; плоды созревают в августе – сентябре. Размножается семенами, путем посева на глубину 1,5-2,5 см и рассадным

способом, высадкой рассады в горшочках на расстояние 40 х 60 см, 50 х 50 , 60 х 60 см.

Распространена на Кавказе, почти повсеместно, кроме Дагестана; в Индии, в Средней Азии в районе реки Сырдарья, на Памиро-Алтае, Тянь-Шане. Растет в поймах горных рек, на склонах пойменных террас, сырых лугах, на галечниках. Иногда поднимается до высоты 2300 м н.у.м.

Используется надземная часть, содержащая в листьях флаваноиды (до 17,2 %): датисцин, датисцетин, галангинозид, каннабин, наннабин, датинозид, рутин, датисканин, галангинин; в стеблях и листьях алкалоиды (0,31 %); тритерпеноиды; олеаноловую кислоту; стероиды; фитостерины; дубильные вещества (1,49-2,95 %); в семенах жирное масло (до 40.9 %); в корнях дубильные вещества (до 8,1 %); в стеблях и листьях органические кислоты (до 4,4 %).

В траве накапливаются макроэлементы (мг/г): калий – 19,6, кальций – 12,6, магний – 6,1 , железо – 0,2 и микроэлементы: марганец – 0,24 , медь – 0,92 , цинк – 1,31 , кобальт – 0,12 , молибден – 1,60 , хром – 0,04 , алюминий – 0,05 , селен – 17,2 , никель – 0,16 , стронций – 0,34 , кадмий – 7,20 , свинец – 0,08 , бор – 52,0 мкг/г. Трава является концентратором важных для организма микроэлементов: меди, цинка, молибдена, селена, кадмия [96].

В официальной медицине используют препарат Датискан, рекомендованный в качестве спазмолитического, желчегонного средства при холецистите, гепатите; при спазмах гладких мышц кишечника [169].

На Кавказе траву в свежем виде применяют вместо салата.

Отвар и настой семян в Индии, Средней Азии, Армении, Азербайджане применяют как рвотное и слабительное средство.

Женские особи в период цветения обладают декоративными свойствами.

ДЕРБЕННИК ИВОЛИСТНЫЙ

Lythrum salicaria L.

Семейство дербенниковые - *Lythraceae*

Встречается под названиями: божья трава, богородицкая трава, дедова борода, полевые васильки, верба трава, красота девичья, кровавница, плакун, синие султанчики, луговой чай, раковые шишки и др.

Многолетнее травянистое растение высотой 10-200 см с толстым деревянистым стержневым корнем. Стебель прямостоячий, почти четырехгранный, иногда ветвистый. Листья продолговатые, продолговато – ланцетные длиной 5-10 см, шириной 1-2 см, нижние – супротивные, верхние – очередные. Цветки пурпуровые, расположены группами в пазухах прицветных листьев, образуют густые колосовидные метелки. Плод – продолговато-овальная двугнездная коробочка длиной 3-4 мм.

Размножается семенами. Цветет в июне – августе; плоды созревают в сентябре.

Распространен почти всей европейской части нашей страны, на Кавказе и в Западной Сибири, изредка на юге Восточной Сибири и на Дальнем Востоке по берегам рек, озер, среди водной растительности, на влажных заливных лугах, рисовых полях, реже на песке у берега моря.

В траве содержатся дубильные вещества (1-1,3 %); каротин; много пектиновых веществ; смола желтого цвета; холин (0,03 %); фитостерин; полисахариды; в цветках дубильные вещества (13,7 %); аскорбиновая кислота (8,9 %); в листьях аскорбиновая кислота (1,02 %) [125].

В традиционной медицине дербенник применяли еще в глубокой древности. Ученик Теофраста – врач и анатом Эризистрат назвал это растение лизимахия в честь одного из вождей Александра Македонского. Известно оно было Диоскариду и Плинию. Применяли его под названием *Lysimachia salicaria* . Плиний рекомендовал его против экземы .

В традиционной медицине на Руси дербенник использовали при кровавых поносах. Утром и вечером больным давали по ползолотника

порошка дербенника. В качестве сырья использовали траву и корень этого растения [44].

В Сибири корни дербенника применяли при болях в животе [71]; в Средней Азии цветки и листья близкого вида дербенника среднего до сих пор рекомендуют при поносах; в Пермской губернии было известно, что трава помогает при нарушениях менструального цикла [77], головной боли [102], кровохарканье, при эпилепсии , судорогах у детей [50] и в качестве наружного кровоостанавливающего средства ; использовали это растение и при геморрое. В Красноярском крае дербенник употребляли от детской сыпи [108].

Траву “почитали полезною для остановления носового и ротового кровотечения” [16], она обладает и противо-воспалительным действием: прикладывали ее при флюсах. Имеются сведения о применении отвара травы в качестве успокоительного средства,”когда на сердце тяжело и не радостно” [78]. В Томской губернии отвар травы пили при припадках от испуга [102]. В Уфимской губернии “от тоски” пили отвар корня, собранного осенью [108]. В Орловской губернии купали детей от “испуга”, судорог [102]. Аналогичные сведения имелись по Витебской губернии, а также Сибири .

Название “плакун” связано с тем, что для усыпления плачущих, беспокойных детей траву клали им в постель под простыню [90], при эпилепсии у детей (“младенческой болезни”). Поили отваром корней дербенника, а также купали детей в слабом отваре растения. При этом заболевании использовали плакун-корень и в Забайкалье [39].

В трудах общества врачей (1852 г.) имеются интересные сведения о применении дербенника иволистного при бешенстве – водобоязни. Больному утром натощак в течении 3 дней давали хлеб, посыпанный порошком растения. При укусах бешеного животного раны обмывали уксусом, в котором растворяли большое количество соли, а когда больной не мог ни есть, ни пить, ему силой вливали в рот отвар корня дербенника.

При укусах змей в Витебской губернии давали хлебные шарики с закатанным в них порошком сухих листьев и цветков [6].

Водный настой травы и настойку на водке рекомендовали при кашле, а также для полосканий при болезнях горла [16]. Помогало это растение и при тифе, лихорадке как потогонное средство. Чай из него и отвар пили при “телесной слабости” как тонизирующее средство [68]. Имеются сведения о приеме этого растения внутрь при ревматизме, бесплодии [147], а в виде примочек при глазных болезнях –“ запаления глаз”.

ДОЖДЕВИК ГИГАНТСКИЙ - ГРИБ

Lycoperdon giganteum

Семейство дождевиковые - *Lycoperdaceae*

Плодовое тело гриба надземное, замкнутое, диаметром 15-35 (до 50) см. В молодом возрасте плодовые тела упругие, белые, затем желтеющие и буреющие; покрыты снаружи мелкими чешуйками, бородавочками или шипиками. Внутри гриба спороносный слой. Он размещается в камерах. При созревании прослойки ткани между камерами разрушаются . У зрелого гриба тело рыхлое, бурое, представляет собой массу спор между нитями. Позднее оболочка плодового тела разрывается и споры высыпаются.

Встречается гриб изредка на пастбищах, выгонах, на полях, особенно после обильных дождей. Молодые грибы съедобны; зрелые – ядовиты, особенно споры, вызывающие воспаление слизистых оболочек глаз, носа, легких и бронхов. В одном плодовом теле насчитывается до 7,5 триллионов спор, которыми гриб и размножается.

Издавна на Руси применяли гриб в качестве кровоостанавливающего средства. В XVIII веке продавали в аптеках как испытанное средство для прекращения кровотечений. Известный врач того времени Нестор Амбодик (1788 г.) так описывал его действие: “Ноздреватое тело гриба, будучи приложено к ране, закупоривает и останавливает кровотечение. Ла-Фос наблюдал, как сухим дождевиком удалось прекратить сильное кровотечение

при отнятии бедра. При наложении на рану, от дождевика отнимают кожицу и привязывают бинтом к ране. Дождевик прикладывается также к гнойным и мокротным язвам для очищения и осушения их. При кровотечении из носа дождевик прикладывается к ноздрям “.

В быту часто вместо йода пользовались грибом-дождевиком, который обладает сильнейшим ранозаживляющим действием, быстро останавливает кровотечения. Описывался случай, когда лесоруб получил тяжелое ранение топором. Медицинской помощи и медикаментов не было, пришлось на рану положить мякоть гриба. Боль быстро утихла, прекратилось кровотечение и рана быстро зажила без нагноения. Припудривание ран спорами дождевика тоже сразу останавливает кровотечение, заживляет раны. Споры сохраняются в сухом месте годами, не теряя лечебных свойств [121].

Таким образом, порошок дождевика считается наружным кровоостанавливающим средством. Применяли его и при геморрое [50], настой из почерневших грибов в горячем вине применяли внутрь от “запора мочи”. Спиртовая настойка порошкообразного содержимого гриба в 60% - ном спирте, разведенном 1х3х6 использовалась в гомеопатии при катаральных и ревматических заболеваниях, сопровождающихся лихорадкой, при болезнях сердца и разнообразных кожных заболеваниях (лишаи, угри, сыпи, язвы, нарывы, бородавки). Применяются: *Bovista – Injeel (forte) D4, D12, D30, D200.*

ДРОК КРАСИЛЬНЫЙ

Genista tinctoria L.

Семейство бобовые - *Fabaceae*

Встречается под названиями: дрок, шильная трава, дропа, желтуга, костный разбор.

Кустарник высотой до 150 см. Стебли толщиной до 1,5 см, с направленными вверх голыми ветвями. Листья линейные, ланцетовидные, острые, длиной 1,5 -4,0 см и шириной 3-10 мм. Прилистники шиловидные,

длиной 1-3 мм. Цветки желтые на коротких цветоносах длиной 2-3 мм. Плод – голый линейный, слегка согнутый боб длиной 2 -2,5 см, шириной 3-4 мм. Семена эллиптические, черно-бурые, слегка блестящие, длиной 2,5 мм, шириной 2 мм.

Размножается семенами. Цветет и плодоносит в июне – июле.

Распространен в европейской части нашей страны, на Кавказе и Западной Сибири по опушкам сухих лесов, в сосновых борах, в кустарниках, на склонах холмов.

В побегах и листьях содержатся алкалоиды (цитизин, генистеин, метил-цетизин, анагарин); флавоноиды; флавоновый гликозид лютеолин; дубильные вещества (до 2,3 %); эфирное масло; в семенах алкалоиды (до 3,5 %). В надземной части накапливаются макроэлементы (мг/г): 24,1 калия, 18,2 кальция, 3,0 магния, 0,5 железа; концентрируются стронций, молибден, селен [96]. В семенах также содержится цитизин и другие очень ядовитые вещества [134], поэтому применять это растение необходимо с большой осторожностью под наблюдением врача.

Некоторые авторы считают дрок ядовитым растением. Вероятно, с этим связано противопоказание применения его при беременности.

В традиционной медицине используют отвар из дрока для полоскания рта, как мочегонное, при кровохарканье, для закрепления желудка; порошок – в качестве присыпки на язвы [198].

Издавна дрок на Украине применяли против укусов бешеных собак [117]. В Пермской губернии облиственные побеги с цветками рекомендовали от “ломоты в костях” [144]; в Казанской – слабый отвар цветущих верхушек употребляли при ревматизме и лихорадке [78]. Траву употребляли и при желтухе [89].

Семена употребляли как мочегонное средство .

В качестве слабительного средства иногда также применяли семена (суточная доза настоя: 1 столовая ложка семян на стакан кипятка).

Чай из сухих зеленых частей дрока успешно применяли при слабой деятельности щитовидной железы, при ее затвердении [25].

Препараты из дрока обладают тонизирующим действием; их принимают при астении и вегето-сосудистой дистонии. Растение обладает довольно сильным мочегонным и противовоспалительным действием, поэтому настой из травы дрока назначали при сердечно – сосудистой недостаточности, остром и хроническом пиелонефрите и цистите. Растение действует и послабляющее.

Траву дрока применяли при болезнях печени, а также при геморрое.

Суточную дозу настоя готовят из расчета 1 столовая ложка на 2 стакана кипятка [85].

На Руси дрок употребляли при водянке. При этом 60 г золы всего растения настаивали на бутыли белого вина и давали пить по рюмке несколько раз в день.

15 г семян дрока или его цветущих верхушек заливали 480 мл горячей воды, кипятили в закрытой посуде, пока не оставалось 400 мл, процеживали и принимали по 30 г или по 2 столовых ложки каждые 2 часа, пока не начинало слабить или гнать мочу. Через день эту процедуру повторяли.

При мочекаменной болезни давали по 1,8 г толченого семени дрока 2-3 раза в день.

В ветеринарии животным в качестве мочегонного средства рекомендовали давать сухую траву с цветками из расчета по 2 горсти на бутылку воды, уваривали на половину, настаивали и давали пить. При запорах готовят настой из 8,5 г семян на полбутылки горячей воды и дают пить.

Известно это растение и наличием в органах природных красителей. Листья, цветки и молодые побеги употреблялись на Кавказе для окрашивания шерсти и шелка в ярко – желтый и зеленый цвет. Чтобы краска была ярче, добавляли мел, известковую воду и квасцы. Из цветков получали также желтый лак.

Из стволов и побегов делали пряжу, напоминающую пряжу из крапивы или пеньки [163].

ДУБРОВНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

Teucrium chamaedrys L.

Семейство яснотковые - *Lamiaceae*

Встречается под названием: дубровка, очанка, росторг, братки полевые, васильки полевые, дубровник скороспелый, полевой маточник, низобудная трава, капочная трава, растигор, самосил, узольная трава, чабрец лисовий и др.

Многолетнее травянистое растение с деревянистым основанием. Цветоносные стебли высотой 10-70 см, прямостоячие, часто изогнутые, покрытые волосками. Листья черешковые длиной 0,7 – 4 см и шириной 0,5 – 2,5 см. в основном яйцевидной формы, крупно городчато-зубчатые. Цветки широко колокольчатые, чашечка длиной 5-6 мм, собраны в короткое или удлиненное соцветие. Плод – эллипсовидный орешек длиной 1,5 мм, коричневого цвета.

Размножается семенами и черенками. Цветет в июне – августе; плоды созревают в сентябре – октябре.

Распространен в европейской части нашей страны (кроме севера и северо-запада), на Кавказе в лиственных и сосновых лесах, на лесных опушках, в степях и на степных склонах, на горных каменистых склонах и осыпях.

В траве содержится эфирное масло (0,3 %); смолы; горечи; дубильные вещества (4,1 %); монотерпиноиды, в т.ч. иридоиды; в надземной части флавоноиды (до 4,1 %); фитостерины; фенолы; фенольные и высшие жирные кислоты..

В традиционной медицине отвар дубровника с красным вином применяли при желудочно-кишечных заболеваниях. При дизентерии, ревматизме, малярии, кожных заболеваниях, при белях, обильной

менструации, компрессы из отвара рекомендовали в качестве наружного средства при гнойных ранах, воспалении глаз. В известном труде Авиценны “Канон врачебной науки”, книга II, (1956 г.) указывается, что дубровник используют в смеси с медом для очищения хронических язв. Эти качества дубровника отмечались в европейских источниках: “Грязную рану очистит, пусть даже и старую, если с медом траву разотрешь и растертой сверху приложишь” .

Отвар или сок из свежего растения пили при разрыве мышц. Пилюли из дубровника применяли при глазных болезнях, хроническом кашле, желтухе, увеличении селезенки, водянке и плохом пищеварении. При кровотечениях, как потогонное средство, при рахите, водянке, подагре, легочном кровотечении [152] используют отвар. Готовят его так: 4 г сухой травы заливают 180 мл кипятка и пьют по столовой ложке через каждые 2 часа.

В одной из древнейших поэм Европы писали: “Если же тертый дубровник смешаешь с оливковым маслом, тело намазав, изгонит озноб он, тепло возвращая”. В Крыму от лихорадки пили по 3-4 стакана крепкого настоя травы.

Дубровник оказывает желчегонное, слабительное и ранозаживляющее действие. Применяют его при болезнях пищеварительной системы (изжоге, метеоризме, диорее); при подагре и ревматоидных отеках; при ангине; новообразованиях и опухолях конечностей.

Листья рекомендовали при золотухе, в качестве вяжущего средства; при водянке, кровохарканье, против коликов в боку [5].

В ветеринарии дубровник используют при аскаридозе [25]. Растение ядовито для лошадей и крупного рогатого скота.

Растение обладает косметическими свойствами.

Можно получать из него краску , использовать для дубления кож.

ДУДНИК ЛЕСНОЙ

Angelica sylvestris L.

Семейство укропные - *Apiaceae*

Встречается под названиями: дудка, дудочная трава, дягельник, дудельник, медвежья дудка, дигилевка, девятисуставник..

Многолетнее травянистое растение высотой 40-300 см. Стебель цилиндрический, полый, с сизоватым налетом. Листья широко треугольные, на длинных черешках с мешковидно-вздутыми влагалищами, дважды или трижды перистые. Цветки мелкие, белые, длиной около 1,5 мм собраны в соцветие сложный зонтик, состоящее из 15-30 опушенных лучей. Плоды – двусемянки, длиной 5-6 мм, шириной 3,5-5,0 мм.

Размножается семенами.

Распространен в европейской части нашей страны, Западной и Восточной Сибири в хвойных, смешанных и березовых лесах, по опушкам, на пойменных лугах, на моховых и осоковых болотах.

Растение содержит кумарины (до 10,3 %), поэтому при приеме отвара внутрь может ухудшить состояние больных, склонных к аллергии. В плодах эфирное масло (до 40 %).

Применяют дудник при различных желудочно-кишечных заболеваниях [167], как слабительное средство. В Грузии его употребляли при грыже.

Корень использовали при лечении разнообразных нервных заболеваний. Так, в Казанской губернии отвар корня применяли для лечения болезней, вызванных испугом, например немоты у детей, заикания [80]. Настойку корня пили при нервной слабости, эпилепсии, трясении рук и ног [39]. Помогало это растение и при болезнях почек [89].

Дудник обладает бактерицидными свойствами. Отвар корней пили для профилактики заразных болезней. Во время эпидемий корень постоянно держали за щекой. При эпидемии холеры пили рюмками настойку корня на водке. На Алтае и в Сибири настои корня и травы применяли как отхаркивающее средство при грудных заболеваниях , для укрепления сердца.

Настойку корня принимали от глистов [167].

Корень дудника применяли как средство, возбуждающее половую сферу. Для этого брали 13 г корневища, толкли и вываривали в двух стаканах воды и двух “хлебальных” ложках меда, добавляли затем 1 ложку уксуса и пили ложками 4 раза в день.

На Алтае настой травы и корней пили при лихорадке и желтухе [68]. Сок корня применяли при глазных заболеваниях, для сведения бельма [54].

Масло из семян и корня применяли при лечении женских болезней [167].

Обладает потогонным, общеукрепляющим, желчегонным действием. Применяется при гепатите, ларингите, лимфодените, бронхиальной астме, болезнях почек [18 б].

Этот вид отличается инсектицидными и ратицидными свойствами. Корни его клали около хлеба для отпугивания грызунов.

Является кормовым растением для промысловых животных и крупного рогатого скота.

ДУРМАН ИНДЕЙСКИЙ

Datura innoxia Mill.

Семейство пасленовые - *Solanaceae*

Встречается под названием дурман безвредный.

Многолетнее травянистое растение высотой до 1,5 м со стержневым толстым корнем. Стебель прямостоячий до 4 см в диаметре, внутри полый, вильчато ветвистый, густоопушенный. Листья очередные черешковые, яйцевидные, крупные, опушенные. Цветки белые, одиночные, крупные, до 20 см длиной и 8,5 см в диаметре, расположены в развилках стебля. Плоды – шаровидные поникающие многосемянные коробочки бурого цвета до 5 см в диаметре, покрыты шипами до 1 см длиной. Семена до 5 мм длиной и 4 мм шириной, буровато-коричневые или желтые.

Цветет в июле – октябре; плоды созревают в августе – сентябре. Размножается посевом семян в рядки на глубину 3-5 см, ширина междурядий 70 см. Норма высева семян 10 кг/га. Урожайность семян 0,7 т/га.

Распространен в Центральной и Южной Америке. Считается заносным и сорным растением во многих регионах тропиков и субтропиков. В России встречается редко, на Кавказе. Культивируется в Южном Казахстане и в Средней Азии. Культура апробирована в Краснодарском крае, в Крыму и в Молдове.

Используются недозрелые плоды (семена и коробочки без семян), содержащие тропановые алкалоиды (до 0,83 %): в плодах и семенах в основном скополамин (до 0,41 % в плодах и 0,77 % в семенах); гиосциамин, норгиосциамин, тиглоидин,метилоидин, атропин, тропин, псевдотропин; каротин, дубильные вещества и эфирное масло, издающее специфический аромат табака. В листьях содержатся макроэлементы (мг/г): калий - 52,7, кальций - 38,0 , магний – 9,9 , железо – 0,8 , и микроэлементы (мкг/г): марганец – 0,44 , медь – 1,57 , цинк – 2,4 , кобальт – 0,18 , молибден – 4,0 , хром – 0,2 , алюминий – 0,48 , барий – 17,77 , ванадий – 0,26 , селен – 1,33 , никель – 0,45 , стронций – 2,17 , кадмий – 22,4 , свинец – 0,16 , литий – 240,0 , бор – 91,6 . Является концентратором железа, меди, селена, бария, особенно цинка, стронция, молибдена, лития, кадмия [96].

В официальной медицине препарат из плодов и семян Скополамин – гидробромид применяется в психиатрии в качестве успокаивающего средства и при маниакальных состояниях; при паркинсонизме, при морской болезни, в офтальмологии при иритах, иридоциклитах, с диагностической целью – для расширения зрачка. Препарат Аэрон состоит из скополамина камфорнокислого и гиосциамина камфорнокислого; применяется для профилактики и лечения морской болезни; приступов болезни Меньера; для уменьшения слюноотделения при стоматологических операциях. Передозировки препаратов могут привести к сильному возбуждению, галлюцинациям, жажде, сухости во рту.

Растение очень ядовито.

ДУРНИШНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

Xanthium strumarium L.

Семейство астровые - *Asteraceae*

Встречается под названиями: дуркаман, дурничник, дурника, ежовник, залучник, колючка, репей колкий, репях, барыня, бурьян чертов, холерная трава, овечий репейник, зобник, чертово ребро.

Однолетнее травянистое растение с прямостоячим, ветвистым стеблем высотой 20- 150 см. Листья округло-треугольные, неровно-зубчатые, длиной и шириной 4-12 см, покрыты волосками. Мужские цветки в плотных шаровидных головках. Венчик трубчато-колокольчатый, на верхушке пятизубчатый. Женские соцветия состоят из цветков, собранных по несколько штук в пучки, расположенные под мужскими соцветиями. Венчик нитевидно – трубчатый. Плод – семянка длиной 12-15 мм и шириной 7-9 мм, серо – зеленого цвета.

Размножается семенами. Цветет в июле – августе; плоды созревают в августе – сентябре.

Распространен почти повсеместно – чаще на юге европейской части, на Кавказе, в южной части Западной и Восточной Сибири, на Дальнем Востоке по пустырям, сорным местам, у дорог, по песчаным берегам рек.

Во всех органах растения содержится йод; гликозид ксантоктрумарин (1,27 %); жир (38,6 %); нитраты (0,68 %); моно- и сесквитерпиноиды; тритерпиноиды; фитостерины; каротиноиды; флавоноиды; в семенах содержится жирное масло (до 40 %), состоящее из насыщенных кислот (8,2 %), олеиновой кислоты (27,1 %), лимонной кислоты (63,4 %), экстрактивных веществ (26,1 %); глюкозиды; дубильные вещества (до 2,7 %); алкалоиды; кумарины; витамин B_1; в траве – алкалоиды.

Траву заготавливают в фазе цветения, плоды – в период полного или неполного созревания, сок – во время цветения.

Чаще всего описывалось применение этого растения при лечении бешенства и холеры [98].

При бешенстве рекомендовалось применять по 0,6 г порошка из листьев 3 раза в день в течении 2-3 недель.

Для лечения холеры использовали плоды и траву этого растения. В выжатом соке содержится много йода, поэтому сок применяют при заболевании щитовидной железы. Разовая доза – 6 столовых ложек [122].

Свежим соком дурнишника лечили кожные болезни, лишаи, скрофулы золотухи [99]; чесотку [32]. Имеются сведения о лечении зубной боли свежим толченым корнем, путем прикладывания его к больному зубу. Семена и корни применяли при лечении кровавых поносов [196]. Трава, смешанная с салом, служила для изгнания глистов [160].

Дурнишник обыкновенный применяется издавна только в традиционной медицине в качестве противовоспалительного, жаропонижающего, противозудного, потогонного, успокаивающего нервную систему средства.

В дерматологии он используется при лечении экземы, псориаза, крапивницы, нейродермита. При этом применяли свежий или консервированный сок (детям по 2-10 капель, взрослым по 15-20 капель 3 раза в день). Можно применять отвар по 1 стакану 3 раза в день. Для приготовления разовой дозы берут столовую ложку листьев и заливают 200 мл кипятка. Можно просто свежими листьями смазывать пораженные участки кожи при экземе, микозах, нейродермите [199].

Свежими растертыми листьями дурнишника смазывают пораженные участки кожи или используют для этой цели отвар травы.

При наружном применении сока растения иногда возникает ощущение жжения. Применять его следует с осторожностью.

Для приема внутрь суточную дозу настоя готовят из расчета 1-2 столовые ложки травы на 0,5 л кипятка (настаивают в термосе).

Для наружного применения кипятят 3-4 столовые ложки травы в 0,5 л кипятка в течении 15 мин и процеживают [85].

От 30 до 120 г свежего сока из травы и семян с молочной сывороткой применяли при золотухе, лишаях, роже, зобе, других опухолях. При опухолях употребляли также свежие семена. Семена применяли с белым вином в качестве потогонного средства.

Трава, цветки, плоды – источники красящего желтого вещества [49].

Растение ядовито для человека и животных.

ДЫМЯНКА АПТЕЧНАЯ

Fumaria officinalis L.

Семейство дымянковые - *Fumariaceae*

Встречается под названиями: грудянка, дым-трава, дымница, дымянка, житничка, кокорыш, кокорник, неродимец, полынь однолетняя, рута полевая, дикая рута, ковыльник, печеночная трава.

Однолетнее растение высотой 15-30 см с гранисто-бороздчатыми, отклоненными ветвями. Листья сизого цвета, многократно рассеченные на продолговатые или линейные дольки. Цветки длиной 7-9 мм, узкие, фиолетово-розовые с темной верхушкой. Собраны в соцветие – кисть длиной 2-3 см. Плод – односемянный орешек диаметром до 2 мм.

Размножается семенами.

Распространена в европейской части нашей страны, кроме Арктики. Часто встречается в Предкавказье, реже в Закавказье, Западной Сибири, иногда в Восточной Сибири (в Ангаро-Саянской области). Встречается на паровых полях, пашнях, в огородах и садах.

Используют траву, в которой накапливается алкалоид фумарин, аналог протопина. Кроме того, отмечено присутствие солей калия, кальция; фумаровой кислоты; смолы [46]. В траве содержатся дубильные (до 3,5 %) и горькие вещества ; эфирное масло; жирное масло (до 36,7 %); витамины С, Е и К; криптокарпин и ауротоксин.

Дымянка лекарственная – ядовитое растение. Применять его нужно с осторожностью [16].

В больших дозах дымянка лекарственная вызывает боли в животе, понос, увеличивает отделение мочи [50]. Поэтому надо предварительно проконсультироваться с врачом.

На Руси настой свежей травы (10-15 г на 300 см3 воды) принимали по 1 столовой ложке 2-4 раза в день при атонии желудка, отсутствии аппетита [50].

Рекомендовали применять для этих же целей отвар из высушенных растений. Для этого брали 8 г сухой травы и заливали 24 столовыми ложками молочной сыворотки или варили горсть сухой травы в 800 мл пива. Пили по чайной ложке 2-3 раза в день. Оказывает и общеукрепляющее действие при хронических женских болезнях, малокровии, желтухе, геморрое, после сильных кровотечений [37].

На Руси еще 100 лет назад применяли свежий сок для весеннего лечения. Водная настойка и экстракт применялись как слабые возбуждающие средства, при отсутствии аппетита и атонии кишечника .

Отвар травы положительно влияет на центральную нервную систему при меланхолии, ипохондрии [159]. Свежевыжатый сок из дымянки обладает противоцинготным действием. В день рекомендовали принимать от 30 до 120 мл сока в чистом виде или вместе с сывороткой [3].

Траву широко применяли при болезнях печени – желчной рвоте [33]. Для этого брали 24 столовых ложки молочной сыворотки, добавляли 8 г травы (горсть), варили в 800 г пива; процеживали и пили по чайной ложке несколько раз в день. Такой отвар приносил облегчение при геморрое [51].

Надземная часть обладает желчегонным, ранозаживляющим, гемостатическим действием. применяют траву при болезнях пищеварительной системы; при сердечно-сосудистых нарушениях; кожных болезнях и головной боли [18 б].

В ряде случаев дымянка оказывает положительное действие при лихорадке. Для укрепления зрения [33] сок по капле вводили в каждый глаз. Имеются данные, что сок дымянки в смеси с соком одуванчика применяли при лечении проказы [159].

Благодаря спазмолитическим и анальгетическим свойствам, эффективно применяется при заболеваниях печени и желчного пузыря, при спастическом запоре, язве желудка, метеоризме.

Дымянка известна как хорошее общеукрепляющее средство. Ее назначают в виде настоя, настойки для длительного применения (часто совместно с вахтой трехлистной) после тяжелых болезней, при туберкулезе легких, хроническом бронхите и бронхоэктазии, при миокардитах и пороках сердца.

Для приготовления суточной дозы настоя 2 столовые ложки травы заливают 0,5 литрами кипятка в термосе. Принимают настой в 3 приема за 30 мин до еды.

Для приготовления настойки из травы сосуд емкостью 0,5 л заполняют 70%-ным спиртом. Настаивают 5-7 дней. Используют для приема внутрь по 20-30 капель 3-4 раза в день за 30 мин до еды и наружно при кожных заболеваниях.

Для приготовления мази 1 столовую ложку высушенной и растертой в порошок травы смешивают с 50 г вазелина. Хранят в холодном месте [65].

При атонии желудочно-кишечного тракта принимали по 1/3 стакана 3 раза в день настой или отвар из 10 г (2 полные чайные ложки) травы на стакан воды. Можно принимать по 30 капель 3 раза в день настойку из 25 г травы на 100 мл спирта или стакан водки. Аналогично принимали дымянку и как тонизирующее средство, особенно при гипотонии, астении, импотенции, а также водянке, катаре желудка, пониженной кислотности, воспалении мочевого пузыря (цистите), потнице, геморрое. При геморрое пользовались также мазью (1 часть сока или крепкого отвара травы смешивали с 4 частями

сливочного масла или вазелина). Рекомендовали дымянку и при борьбе с плоскими глистами.

В дерматологии надземную часть дымянки лекарственной в виде настоя принимают внутрь по 0,5 стакана 4 раза в день при хронических кожных заболеваниях. Для приготовления настоя берут 2 чайные ложки сырья. Заливают 2 стаканами кипятка, настаивают 10 мин. Показана она при экземе, нейродермите, крапивнице, фурункулах, почесухах, красном плоском лишае, вульгарных угрях, васкулитах, зуде, чесотке, лишаях, потнице, других кожных болезнях.

Свежий сок дымянки используют при лечении псориатических высыпаний, начальных стадий чесотки [162]. Принимали от 60 до 120 мл сока с сывороткой 2 раза в день.

Используются и другие виды этого рода: дымянка Шлейхера *(Fumaria schleicheri Soy.-Willem.),* трава которой применялась в качестве ранозаживляющего средства в Дагестане [71]; дымянка Вайлана *(F.vaillantii Loisel.)* благоприятно действует на гладкую мускулатуру матки, оказывает резкое сосудосуживающее действие; дымянка мелкая *(F. parviflora Lam.)* в традиционной немецкой медицине применяется при лечении проказы и раковых заболеваний [46]; дымянка мелкоцветная (*F.micrantha Lag.)* усиливает инволюцию матки, ускоряет свертывание крови, обладает сосудосуживающим действием.

Молодые листья использовали для приготовления салатов.

Из дымянки получали превосходную желтую краску.

Является кормовым растением для крупного рогатого скота, овец и коз.

ДЫННОЕ ДЕРЕВО

Carica papaya L.

Семейство дынниковые - *Caricaceae*

Вечнозеленое тропическое плодовое древесное растение 5 м и более высотой. Листья крупные, длановидноразделные. Цветки белые, крупные,

красивые. Женские цветки сидят прямо на стволе, мужские расположены гроздьями. Плоды при созревании напоминают дыню. За кожурой имеют толстую, сочную, сладкую корку оранжево-желтого цвета. Внутри – многочисленные зелено-черные семена. Существуют крупноплодные формы весом 3-5 кг. Размножается черенками, семенами, прививкой.

В зрелых плодах много сахара. Наибольшее значение из химических биологически активных веществ имеет папаин – пепсиноподобное вещество, способствующее пищеварению; растворяет оно мертвые ткани и вызывает быстрый рост живой ткани, что имеет большое значение при лечении ран. Папайя снимает гастритные явления, способствует быстрому лечению язвы желудка и хронической диспепсии.

Применяют папаин и при разного рода ожогах, и при отравлении при укусах ядовитых пауков.

Млечный сок изо всех органов растения является источником папаина. Обладает он противоглистными свойствами, используют сок и для лечения экземы, язв, бородавок, мозолей.

В листьях содержится алкалоид карпаин и гликозид карпозин. Карпаин обладает кардиотоническим действием.

В плодах содержатся: зола – 10,33 %; макроэлементы (мг/г): калий – 55,8, кальций – 10,0, магний – 3,4 , железо – 0,1 ; микроэлементы (мкг/г): марганец – 8,30 , медь – 4,80 , цинк – 23,60 , хром – 0,20, алюминий – 277,30 , селен – 0,07 , никель – 140,0 , свинец – 566,0 , бор – 0,20 , йод – 0,12 , бром – 133,5. В плодах концентрируются никель, свинец, бром [96].

В косметологии папаин применят для удаления веснушек и укрепления волос [199].

ДЯГИЛЬ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

Angelica archangelica L.

Семейство астровые - *Asteraceae*

Встречается под названиями: вонючка, дудель, дудка, волчья дудка, дягильник, луговые дудки, дзенгель, коровка, коровник, подраница, подрянка и др.

Крупное двулетнее растение, реже многолетнее, травянистое растение с приятным запахом и толстым, как у редьки, корневищем, с многочисленными придаточными корнями и беловатым или желтоватым млечным соком. Стебель внутри полый, ветвистый в верхней части, с сизым налетом, высотой до 2,5 м. Листья влагалищные, очередные, дважды-трижды перистые, очень крупные, длиной до 80 см. Влагалища верхних листьев вздутые. Цветки мелкие, беловато или желтовато-зеленоватые, собраны в крупные шаровидные зонтичные соцветия диаметром до 15 см. Плод – сжатая со спинки, широко эллиптическая, зеленоватая двусемянка длиной до 9 мм, распадается на 2 полуплодика.

Размножается семенами. Цветет в июне – августе; плоды созревают в июле – сентябре.

Распространен в европейской части нашей страны и прилегающих районах Западной Сибири по берегам водоемов, на заливных лугах, в ивняках, на полянах, опушках заболоченных лесов, среди высоких трав и кустарников.

Используют корни и семена. Корни с двухлетних растений собирают весной на второй год развития или поздней осенью. Образующиеся в первый год стебли следует срезать, что способствует увеличению массы корней. Кроме того, применяют стебли, листья и цветки.

В корнях, корневищах и семенах содержится эфирное масло (1 %); ксантотоксин, умбеллипренин, остол, остенол, бергапрен, императорин, ангелицин, ксантотоксол, архицин; органические кислоты (аконитовая, ангеликовая, кофеиновая, фумаровая, хинная, хлорогеновая и др.); дубильные вещества; фитостерин. В траве содержится эфирное масло (до 1 %) и кверцетин.

Дягиль издавна культивировали в северных странах. У гренландцев стебли, черешки листьев и корни были почти единственной растительной пищей. Еще врачи эпохи Возрождения превозносили целебные свойства этого растения. Рекомендовали его как профилактическое средство при эпидемиях чумы. На Руси первое упоминание о дягиле относится к 1778 г., он входил в I – VI издания фармакопеи и был разрешен к применению с 1866 по 1925 гг. Использование его корневищ описано в 15 Фармакопеях мира. Рекомендовали его при запорах. При этом брали большую ложку сока и столько же толченого сахара, заливали 0,5 л ключевой воды, варили до образования пены и принимали за один раз. Позднее сообщалось, что корень дягиля “укрощает ветры и ворчание в животе, укрепляет желудок и помогает ему в варении” [16].

Для улучшения деятельности желудка цветки дягиля варили в молоке оленицы и употребляли от поноса, резей и “колотья” в животе [98]. Семена использовали как ветрогонное средство [33].

Стебли и листья отваривали в сыворотке и принимали как средство, улучшающее пищеварение и аппетит [50].

Рекомендовали несколько рецептов:

- нарезанные корни настаивали несколько дней на вине и пили по 2-3 рюмки с большими промежутками [81];

- настой делали из 17 г корня в 360 мл воды [4];

- корень применяли в виде наливки или настойки при суточной дозе от 7,5 г до 15 г на 200 (и более) мл жидкости; настойку подслащали и принимали по 2 столовые ложки .

Корень в порошке употребляли в виде чая [119]. Корень держали во рту, чтобы не заразиться во время эпидемии чумы [98].

В традиционной медицине на Руси семена, корень и стебли дягиля рекомендовали при кашле, как отхаркивающее средство [86]. Если дягиль сварить в вине и выпить, это “прогоняет мокротный и холодный кашель”. В

качестве бактерицидного средства растение употребляли при заразных болезнях – тифе, скарлатине, холере, чуме, кори [3].

Имеются сведения о лечении дягилем паралича [44]. В Костромской губернии применяли дягиль и при истерии [90]. Корень и плоды использовали для приема внутрь при возбуждении нервной системы, обмороках, слабости, судорогах, истерии [118]. Корень дягиля помогал при задержках менструации [70]; применяли его как средство, способствующее родам, уменьшающее послеродовые боли, а также при белях [20]. Соком, порошком корня, вареными семенами или настоянными в вине или в воде промывали раны, в том числе гнойные [30].

Позднее дягиль принимали при хронических кожных сыпях [20]. Корни с успехом применяли при зубной боли: разжевывали их и закладывали эту массу в дупло или клали на зуб тряпочку, смоченную в настойке [172]. Кроме того, делали приятную настойку на водке. Ее прикладывали на “хлопчатой бумаге” и также укрощали зубную боль [163].

Плоды и корни использовали как мочегонное и противоглистное средство. Имеются сведения, что применяют дягиль при ревматизме, подагре [121]. Корень дягиля жевали при укусах бешеными животными, прикладывали вместо пластыря к язвам, образовавшимся после укуса бешеными собаками. Порошок, принятый внутрь, “укрепляет печень” [70].

Представляют интерес сведения о том, что если съесть кусочек корня, величиной с боб, можно избавится от алкоголизма [30].

В словаре болезней (1859 г.) указано: “Сей корень имеет силу возбуждающую, ветры утоляющую, потогонную. Месячные крови побуждающую, разжижающую вязкие мокроты и вон извергающую, употребляется в порче соков, в худокровности, в слабости тела, в трудном пищеварении желудка, в мокротных и простудных болезнях” [167].

Кроме вышеуказанных заболеваний дягиль применяли при астме, параличе, нервных горячках, простудных лихорадках, ревматизме, одышке, упорном кашле.

Семена использовали как грудное, мочегонное, ветрогонное средство.

Сухой корень давали в виде порошка от 1,2 до 1,8 г. Настой готовили следующим образом: брали 7,5 г корня дягиля и валерианового корня или корня аира, заливали 240 мл кипяченой воды и, подсластив медом, принимали по 2 столовые ложки. При хронических болезнях "кашку" из корня по 3,7 г давали несколько раз в день.

В ветеринарии теплым отваром корня лечили язвы у лошадей; корень подмешивали в корм рогатому скоту, чем предохраняли его от падежа [25].

Благодаря своему сильному ароматическому запаху и пряному вкусу, дягиль используется для приготовления приправы из молодых зеленых побегов и листовых черешков; применяют его и в кондитерском производстве; для приготовления ликеров, а также в парфюмерии [20].

ЕЖЕВИКА СИЗАЯ

Rubus caesius L.

Семейство розоцветные - *Rosaceae*

Встречается под названием ежевика, колючка.

Полукустарник с распростертыми шиповатыми побегами длиной до 1,5 м. Побеги обычно двух типов – однолетние, неодревесневшие, вегетативные, и двулетние одревесневающие; на них кроме листьев развиваются цветки и плоды. Листья очередные, тройчатые, с прилистниками. Цветки белые, крупные, диаметром до 3 см, собраны в щитковидные соцветия. Плоды – крупные многокостянки яйцевидной формы.

Размножается в основном черенками. Цветет с мая до августа; плоды созревают в июне – октябре.

Распространена в европейской части нашей страны, Западной Сибири, на Кавказе, в Казахстане и Средней Азии.. обычно ее можно встретить в сырых лесах, на вырубках, в оврагах, на полянах, среди зарослей кустарников, в долинах рек и ручьев.

В плодах содержится глюкоза (до 10 %); фруктоза, пектоза; органические кислоты (около 1-2 %), в т.ч. лимонная, яблочная, винная, салициловая; витамины А, В, С, каротин; дубильные вещества; соли калия (200 мг%). В листьях содержатся дубильные вещества (до 14 %); фитостерины; флавоноиды; органические кислоты; в семенах жирное масло (до 22 %).

В традиционной медицине плоды применяли при высокой температуре. Спелые плоды обладают легким слабительным действием. Незрелые, наоборот, применялись в качестве закрепляющего средства. Чай из плодов рекомендовали в качестве общеукрепляющего и успокаивающего средства, при климактерических неврозах. Настои листьев обладают более выраженным потогонным действием при простудных заболеваниях, чем плоды.

Настой готовят из расчета 1 столовая ложка листьев на стакан кипятка. Настаивают 4 часа и принимают по 0,5 стакана 3-4 раза в день за 20-30 мин до еды.

Отвар из листьев – хорошее средство при кровохаркании, желудочных кровоизлияниях, поносах; он обладает бактерицидным действием и используется при ангинах, фарингитах, воспалениях слизистой оболочки ротовой полости. Соотношение листьев и воды 1:10. Принимают отвар по 1-2 столовых ложки 3-4 раза в день. Отвар листьев и побегов хорошо помогает при гортанных ранах, кровохаркании, белях, поносах. Свежие толченые листья прикладывают к старым язвам, лишаям на ногах [68].

Ежевика обладает фитонцидным действием. Из листьев готовят полезный и приятный чай. При этом свежие листья складывают в закрытую посуду, где они проходят ферментацию до тех пор, пока не почернеют. Затем их досушивают на воздухе. Варенье, сироп ежевики давали в качестве добавки (по 60 г) к питью.

Плоды ежевики, подобно малине, утоляют жажду и жар. Рекомендуют их при воспалительных лихорадках.

Корень обладает мочегонным действием, поэтому полезен при водянке. Отвар сухого корня делали из расчета 15 г сырья на 240 мл воды.

Растение обладает вяжущим действием. Корень измельчали и варили из расчета 1 полная горсть сырья в бутылке воды; уваривали до половины, процеживали, добавляли равное количество старого красного вина и пили по чайной чашке 3-4 раза в день [163]. По данным народных корреспондентов, принимают без особой нормы отвар из веточек ежевики. Положительный эффект сказывается в первый же день лечения [89].

Корень ежевики, сваренный с медом, рекомендовали при водянке; порошок корня, сваренный в вине – при мочекаменной болезни.

Сваренные в вине листья и молодые побеги – хорошее средство для полоскания рта при нагноениях, заболеваниях десен. Отвар листьев применяли для спринцеваний при кровотечениях и общих слизистых выделениях.

ЕЛЬ ОБЫКНОВЕННАЯ

Picea abies (L.) Karst.

Семейство сосновые - *Pinaceae*

Встречается под названиями ель, елка.

Хвойное древесное растение высотой 20-25 (до 50) м, с широкопирамидальной, заостренной на вершине кроной. Кора буроватая, чешуйчатая, бороздчатая с серым налетом. Хвоинки жесткие, четырехгранные, длиной до 2,5 см, опадают через 6-7 лет. Женские шишки расположены в верхней части побега, мужские – колоски – в пазухах хвоинок в нижней части побега. Длина шишек 10-15 см. Семена кофейно-бурого цвета, яйцевидные, со светло-коричневыми крылышками.

Размножается семенами. Цветет в мае – июне; семена созревают в сентябре – октябре. Шишки раскрываются зимой; семена выпадают весной следующего года. Живет до 400 лет.

Распространена в Западной и Восточной Сибири, на Алтае, на Дальнем Востоке, в европейской части нашей страны, в Западной Арктике, в Карпатах (до 1800 м над уровнем моря).

Из древесины, путем подсочки живых деревьев, получают живицу (до 60 г с дерева), из которой вырабатывают скипидар, канифоль, древесный уксус. В коре содержатся танины и дубильные вещества (до 36 %). Кора молодых деревьев используется в кожевенной промышленности для получения дубильных экстрактов. В хвое имеется свыше 400 мг% аскорбиновой кислоты, ее используют для получения витаминных концентратов и противоцинготных настоев [39]. В хвоинках содержится гликозид пицеин. В эфирном масле хвоинок (до 4 %) содержаться феландрен, дипентен, пинен, кадинен и уксусноборниоловый эфир [20]. Хвоя также содержит тритерпиноиды; каротиноиды; флавоноиды; кумарины; фитостерины; дубильные вещества (до 36 %); витамины B_1, B_6, С, Е, РР; пантотеновая кислота. В семенах содержится жирное масло (до 34,4 %); в молодых ветвях эфирное масло (до 4 %).

Живица из древесины, свежая хвоя и молодые шишки обладают антисептическим, противовоспалительным, спазмолитическим, отхаркивающим свойством. Применяются при болезнях почек и мочевыводящих путей, мочекаменной болезни, почечной колике; используются при ОРЗ, ОРВИ, гриппе. Хвоя и молодые ветви применяются при ревматоидном полиартрите, ревматизме, ангине, гайморите. Живица используется при язвах, фурункулах, кожной сыпи.

Хвоя обладает также противоопухолевой и антивирусной активностью в отношении вируса гриппа типа А (WSN) и А (Англия/42/72 K3N2).

На Руси в традиционной медицине ее применяли с давних времен. Лекарственные формы были те же, что и у сосны. В ряде стран использовали бургундскую смолу – *Resina Burgundica.* Обладает ель потогонным, мочегонным и противоглистным действием.

Отвар еловых шишек применяли при цинге, кожных болезнях.

При туберкулезе, упорном туберкулезном кашле рекомендовали эмульсию из зернистой сухой смолы, растертой в мелкий порошок с “грудным отваром”, принимали по малому стакану каждые 2 часа. Для отвара брали 7,5 г еловых верхушек и заливали 180 мл воды.

Еловую смолу расплавляли с желтым воском в равных частях и клали на раскаленные угли для получения ароматического дыма, который вдыхали больные. Кроме того, смолу расплавляли с салом и эту мазь применяли в качестве наружного средства при проказе, парше.

Для заживления ран, нагноений, различных опухолей использовали сухую еловую смолу с канифолью.

Из смолы готовили прекрасный ранозаживляющий и противовоспалительный пластырь. На 400 г смолы брали столько же желтого воска и 100 г растительного масла (можно льняного, конопляного или сурепного); распускали их в горшках на жару, варили с прибавлением небольшого количества истертых белил или сурика (от 68 г до 400 г), мешая “безпрестанно”, пока не станет появляться пена. После чего снимали горшок с огня и продолжали мешать, пока не остынет масса [68].

В Словаре болезней (1859 г.) указывалось о широком применении этого растения на Руси: “Самое действительнейшее лекарство от разных болезней составляли шишки российских елей. Они наполнены бальзамическою смолою, которая производит все целительное их действие. Болезни, кои совершенно можно излечить ими, суть: упорные скорбуты, чирьи в легком, застарелый кашель, расслабления и сухотки, обмороки, ипохондрия, боли в желудке, происходящие от дурного пищеварения, водяные болезни, слизи и песок в почках, сильные кровотечения и боли у женщин, расположения к апоплексии и параличу, закоренелая головная болезнь, понос и слабость желудка. Для употребления просто настаивают их в воде и, подобно чаю, пьют поутру натощак, продолжая пить более или менее времени, смотря по тому, как сильно укоренились болезни, можно быть уверенным в совершенном излечении в сказанных болезнях”.

Использовали и почки ели. Отвар почек – 20 г на 1 л воды – хорошее кровоочистительное и потогонное средство. Употребляли его при кашле, катаре горла и катаре мочевого пузыря. Молоко коз, кормленных молодыми побегами ели, очень полезно для легочных больных [68].

Ель имеет ценную тонкослойную древесину, используемую для производства музыкальных инструментов; эфирное масло широко применяется в парфюмерной промышленности; хвоя используется в виде витаминного корма.

ЖЕЛТУШНИК РАСКИДИСТЫЙ

Erysimum diffusum Ehrh.

Семейство капустные - *Brassicaceae*

Встречается под названиями: желтушник серый, болотник, венички, гирчак, желтушник рассеянный.

Двулетнее травянистое растение высотой до 90 см со стержневым коротким корнем и несколькими ветвистыми стеблями. Листья очередные, розеточные – продолговатые и слегка зубчатые, стеблевые – продолговатые и постепенно уменьшающиеся к верхушке стебля. Цветки мелкие, серо-желтые или лимонно-желтые, до 14 мм длиной, собраны в кисти. Плоды – длинные, тонкие стручки до 10 см длиной и 1,2 мм в поперечнике. Семена рыжевато-бурые, эллипсоидальные, мелкие, до 2,5 мм длиной и 1 мм шириной.

Цветет в мае – июне; плоды созревают в июне – июле. Размножается семенами; посевом семян в рядки на глубину 1-2 см при ширине междурядий 45-60 см. Норма высева семян 4-6 кг/га. Урожайность травы 1,5 – 2,0 т/га.

Распространен в Центральной и Средней Европе, на Балканском полуострове, в Средней Азии. В России встречается в европейской части до Южного Урала, в Сибири, в Крыму и на Северном Кавказе. Можно культивировать на Украине, в России – в Краснодарском крае, на Северном Кавказе, в Подмосковье и в Новосибирской области.

Используют траву, содержащую сердечные гликозиды: в семенах и цветках (до 6 %), в листьях (до 1,5 %), в стеблях (до 0,7 %). В траве содержаться витамины В, С. Выделены из травы карденолиды (до 2,29 %): эримизин, эризимозид, эриканозид, канесцеин и др.; в семенах алкалоиды (до 0,015 %); дубильные вещества (до 5,54 %); карденолиды (до 8,5 %); β-ситостерин. В надземной части содержатся макроэлементы (мг/г): калий – 31,6, кальций – 5,99, магний – 1,93, железо – 0,12 ; микроэлементы (мкг/г): марганец – 22,20 , медь – 13,10 , цинк – 27,90 , кобальт – 0,72 , хром – 2,24 , селен – 0,15 , никель – 8,32 , стронций – 2,80 , свинец – 1,36 , бор – 41,80 , йод – 0,05 , серебро – 0,40 , золото – 0,10; концентрируются медь, селен, серебро, золото [96].

Препарат Эризимин показан при острой недостаточности кровообращения II - III степени; Эризимозид – при хронической недостаточности кровообращения I, IIA, IIB степени. В виде сока входит в препарат Кардиовален, применяемого при ревматических пороках сердца, кардиосклерозе, при стенокардии, вегетативных неврозах, нарушениях кровообращения I – III степени. Улучшает состояние сердечно – сосудистой системы, нормализует скорость кровотока, артериальное и венозное давление, уменьшает или устраняет нарушение капиллярного кровотока, увеличивает диурез, уменьшает отеки.

Растение ядовито.

Целебные свойства желтушника были известны еще в Древнем Риме. Использовали его в качестве сердечного и мочегонного средства, при водянке. При лечении водянки принимают по 10 капель 3 раза в день настойку из 20 г травы на 100 мл спирта или стакан водки [89]. Древние греки применяли траву при лечении экссудативного плеврита и других легочных заболеваний.

Отличается декоративными свойствами. Является медоносом.

ЖЕРУХА ЛЕКАРСТВЕННАЯ

Nasturtium officinale R.Br.

Семейство капустные - *Brassicaceae*

Встречается под названиями: кресс садовый, гулявник, брун кресс, кресс водяной, кресс родниковый, настурция, режуха, водяной хрен, мудрость лекарская, жеруха-режуга и др.

Многолетнее травянистое растение с толстым, полым стеблем, приподнимающимся и окореняющимся, высотой 10- 60 см. Листья перисто-рассеченные. Цветки белые, 4-6 мм. Плод – изогнутый, желтый, линейный стручок длиной 15 – 20 мм, шириной – 1,8 – 2,5 мм. Семена плоские, мелкие, красновато-коричневые.

Размножается семенами. Цветет и плодоносит в мае – августе.

Распространена в европейской части нашей страны, на Кавказе и в Средней Азии на болотах, в лужах со стоячей водой, по краям арыков. Введена в культуру с XVIII века.

В траве содержится фенилэтилгорчичное масло (до 0,1 %); в листьях – витамина С (350-400 мг%), много каротина, немного витамина D. В семенах жирное полувысыхающее масло (22-24 %) [68].

В традиционной медицине жеруху рекомендуют в качестве противоцинготного средства. Для этого больным ежедневно дают пить по 200-400 см³ пива, настоянного на жерухе и горчице [3]. Сок в смеси с патокой применяли от лишаев по 1 столовой ложке 2-3 раза в день [68]. Водную вытяжку из травы и семян или настойку из них на вине с медом применяли от глистов [95]. На Украине готовили мазь из 1-2 л сока свежего растения, смешанного с 50 г сливочного масла, и использовали ее при ожогах [71].

Сироп из настурции в России с 1673 г. упоминался в царской аптеке. Жеруха входила и в сложные рецепты, составление которых приписывали боярам Нарышкину Ф.П. и другим [89]. Сок ее пили 4 раза в день при цинге.

Растение обладает мочегонным и потогонным действием. По своему действию похоже на хрен – возбуждает выделение слюны. Применяют ее при застарелой простуде и трудно излечимых золотушных лишаях [159]. Используют при подагре, туберкулезе, почечно-каменной болезни. Имеются сведения, что жеруха помогает при нервных заболеваниях (меланхолии, ипохондрии, истерических припадках). Сок жерухи впрыскивали в ноздри и излечивали слизистые полипы.

Из отвара листьев делали припарки на голову, чем способствовали лечению парши. Растение применяли и при упорном кашле, туберкулезе. Свежим соком жерухи с квасцами и медом смазывали кровоточащие десны [3].

Другие авторы сообщают, что кресс садовый помогает при опухоли селезенки, “гонит месячные”. Винная настойка травы разжижает молоко у кормящих матерей [71]. Свежим ее соком лечили болезни почек и печени, особенно при желтухе, камнях в почках, мочевом и желчном пузыре [124]. Сок из травы укрепляет волосы при натирании головы, он также исцеляет зубную боль при простуде. Имеются сведения о лечении этим растением ревматизма, диабета.

Порошок из семян может заменить горчицу. Это кормовое и медоносное растение. Для сельскохозяйственных животных жеруха – ядовитое растение. Наличие жерухи в сене приводило к отравлению и гибели 50 % кормившихся лошадей.

В гомеопатии применяются: *Nasturtium aquatium – Injeel (forte) (D4), D10, D30, D200.*

ЖИВОКОСТЬ ВЫСОКАЯ

Delphinium elatum L.

Семейство лютиковые - *Ranunculaceae*

Встречается под названиями: балгана, борец, болиголов, волкобой, вороний глаз, зверобой, лазурь, синий омег, лютики, мухомор, пьяная трава, сабельник, синичка, царь-зелье, царь-сил и др.

Многолетнее травянистое растение высотой 0,8-2,0 м с коротким, многоглавым корневищем, мочковатыми корнями и несколькими, обычно голыми, стеблями. Листья очередные, длинно-черешковые. Пластинка листа шириной 16 см, пальчато-трех- и семи-рассеченная. Цветки от темно-бурого до черного цвета, собраны в ветвистую кисть. Чашелистиков 5, они лепестковидные, синего цвета. Плод – трехлистовка. Семена буроватые, почти трехгранные.

Размножается семенами и отрезками корневищ. Цветет в июле – августе; плоды созревают в августе – сентябре.

Распространена в европейской части нашей страны, в Сибири и в горах восточного Тянь-Шаня в смешанных и березово-осиновых лесах, на полянах, лугах, среди кустарников.

Все части растения содержат алколоиды: в корнях (2,4 %) и в траве (до 1 %). В составе алколоидов –элатин (2,8 %), делатин, дельфелин, метилликаконитин, эльделидин, дельсин и др. В семенах алколоиды делатин , дельфелин, метилликаконитин; в плодах кумарины (0,7 %); дубильные вещества [123].

Растение ядовито [16].

Часто используют все растение в период цветения.

В Сибири в традиционной медицине водный раствор рекомендовали от поноса [97]. Отваром травы лечили боли в животе. Применяли ее и для возбуждения аппетита. Отвар и настой травы применяли при простуде. Сухие корни при приеме внутрь снимали рези в мочевом пузыре [31].

Корни живокости варят в сусле или пиве и применяют при лечении сифилиса . Имеются сведения и о применении живокости при водянке [87]. При кожных заболеваниях толченые листья и сок прикладывали к лишаям, язвам [194]. Используют это растение и в качестве противоглистного

средства. При зубной боли траву прикладывали к деснам [29]. Для этих же целей использовали и настой цветков. Отвар из листьев показан в виде полоскания при болях в горле.

ЖИВОКОСТЬ ПОЛЕВАЯ

Delphinium connectens Pachom.

Семейство лютиковые - *Ranunculaceae*

Встречается под названиями: башмачки, барвинок, бородки, василек, голубец, живокость фиолетовая, заячьи ушки, комаровы носики, сапожки и др.

Однолетнее травянистое, слегка опушенное растение высотой 30-100 см с растопыренными, сильно разветвленными ветвями. Листья дважды- и трижды-тройчато-рассеченные, нижние черешковые, верхние сидячие. Листочки околоцветника фиолетовые или фиолетово-синие. Плод – голая листовка длиной до 10 мм. Семена покрыты поперечными рядами коротких пленчатых чешуек.

Размножается семенами и отрезками корневищ. Цветет в июне – июле; плоды созревают в августе – сентябре.

Распространена в европейской части нашей страны, на Кавказе, в Западной Сибири, Казахстане, где часто встречается в посевах ржи, на сорных местах. Имеет очень большую продуктивность семян (до 41 тыс.шт.).

В семенах содержится алкалоиды (1,04 %), в т.ч. дельсолин, делькозин, выделенные Мархвудом в 1924 г.; жирное масло (28,5 %). В 1947 г. Марион и Эдуарс выделили еще ряд алкалоидов: дельсонин, консолидин, антраноилликактонин, ликоктонин [87]. В траве также содержатся алкалоиды – калькатраппин и др., аконитовая кислота, гликозид камферол; синий пигмент типа антоциана.

Аскорбиновой кислоты в пересчете на абсолютно сухую массу содержится 0,48 % в цветках, 1,12 % в листьях, 0,36 % в стеблях.

Это ядовитое растение, особенно в период плодоношения.

На Руси отвар или спиртовую настойку применяли в качестве мочегонного и противоглистного средства [39].

Из растения делали припарки к животу.

Имеются сведения об использовании цветущего растения в водном растворе при астме, коклюше, судорожном кашле [67]. Сок из свежей травы принимали как ранозаживляющее средство [24]. При фурункулезе толченую траву прикладывают к чирьям .

Имеются сведения [16] и о применении этого растения при эпилепсии.

Элатин обладает курареподобным действием. Применяют его внутрь в виде порошка или таблеток по 0,01 г 3-5 раз в день при снижении мышечного тонуса, сосудистых, травматических и других нарушениях головного мозга. В быту против мух и тараканов заваривали траву, разливали по тарелкам, посыпали сахаром [25]. Кроме того, цветки таким же образом применяли против мух. Порошок корня против тараканов смешивали с квасом, квасной гущей.

ЖИВОКОСТЬ СЕТЧАТОПЛОДНАЯ

Delphinium dictyocarpum DC.

Семейство лютиковые - *Ranunculaceae*

Многолетнее травянистое растение высотой 60 -100 см с ребристым, голым стеблем. Листья очередные, черешковые, округло-сердцевидные длиной 5-10 см, шириной 6-13 см, пальчато-рассеченные на 5-7 ромбических долей. Цветки синие или темно-синие, собраны в соцветие – густую многоцветковую кисть. Плод – листовка длиной около 1,2 см. семена гладкие, почти трехгранные, длиной 2-2,5 мм, шириной 1,5-2 мм.

Размножается семенами и отрезками корневищ. Цветет в июне – августе; плоды созревают в августе – сентябре.

Распространена в европейской части нашей страны, в Западной Сибири, на Алтае и в Средней Азии на степных и суходольных лугах, в зарослях степных кустарников.

Содержит алкалоид метилликаконитин (0,3 %). В траве накапливаются макроэлементы (мг/г): калий – 32,9 , кальций – 22,5 , магний – 2,3 , железо – 0,4 ; микроэлементы (мкг/г): марганец – 0,15 , медь – 0,92 , цинк – 0,67 , кобальт – 0,90 , молибден – 64,0 , хром – 0,09 , алюминий – 0,22 , барий – 0,40 , селен – 4,30 , никель – 0,17 , стронций – 2,53 , свинец – 0,09 , бор – 88,0 ; а также концентрируются медь, кобальт, молибден, селен и стронций [96].

Растение ядовито.

Йодгидрат метилликаконитина (Мелликтин) в официальной медицине показан в качестве релаксанта при различных заболеваниях нервной системы, сопровождающихся повышением мышечного тонуса. Препарат Мелликтин обладает сильным кураreподобным действием. Применяют его при постэнцефалитическом паркинсонизме и болезни Паркинсона, при болезни Литтля, при арахноэнцефалите и спинальном арахноидите. Назначали по 0,02 г 1-5 раз в день в течении от 3 недель до 2 месяцев. После 3-4 месячного перерыва курс лечения повторяли [105].

Противопоказания: сердечная недостаточность, заболевания печени и почек, миастении различного происхождения.

Настой травы применяли при лечении паралича .

Широко применяли этот вид живокости при перемежающейся лихорадке [20], водянке и мочекаменной болезни [46], как желудочное средство.

Семена можно использовать как сильное инсектицидное средство. Применяли их в виде порошка или в смеси с жиром против чесотки, зуда, лишаев.

Настой цветков с квасцами использовали для окраски в синий и фиолетовый цвета шерсти, шелка, для получения синих чернил.

Является медоносным растением.

ЖИВУЧКА ОБЫКНОВЕННАЯ

Ajuga reptans L.

Семейство яснотковые - *Lamiaceae*

Встречается под названиями: живучая трава, синяя горлянка, параличная трава, грыжница, сердечная моховая, живучка, косматая трава и др.

Многолетнее травянистое растение высотой до 35-50 см с укореняющимися стелющимися побегами и простым стеблем. Прикорневые листья лопатчатые, на верхушке округлые, цельнокрайние или широко выемчатые; нижние стеблевые листья малочисленные, продолговатые или яйцевидные. Цветки голубые. Синие, реже белые или розовые, расположены в 6-8 цветковых мутовках, собранных в более или менее густое колосовидное соцветие. Плоды – округлые орешки, светло-бурого цвета длиной до 2,5 мм.

Размножается семенами и окореняющимися побегами. Цветет в мае – июле; плоды созревают в августе – сентябре.

Распространена в европейской части нашей страны, в Восточной Сибири, на Дальнем Востоке, в Крыму и на Кавказе в лесах, на лесных склонах, влажных лугах, вплоть до высокогорий.

Содержит дубильные и горькие вещества, в листьях провитамин А.

В традиционной медицине настой травы с цветками применяют при перемежающейся лихорадке [5]. Цветки и листья использовали при геморроидальных припадках, хроническом ревматизме [142], туберкулезе легких. В народе рекомендовали их для “рощения волос” и от грудной боли [68]. Трава применяется при болях в пояснице, белях. Применяют траву в виде отвара внутрь при циррозе печени, катаре легких [59].

Имеются сведения о целебных свойствах этого растения при наличии песка в желчном пузыре, ревматизме. Применяли ее и для улучшения обмена веществ.

Лекарственную форму готовили так: 1 столовую ложку измельченной травы заливали стаканом кипятка, остывший настой процеживали и принимали по столовой ложке 3-4 раза в день [97].

ЖИМОЛОСТЬ СЪЕДОБНАЯ

Lonicera edulis Turcz. ex Freyn

Семейство жимолостные - *Caprifoliaceae*

Деревянистая лиана или кустарник, высотой около 2 м; реже дерево до 5 м высотой. Стволы покрыты желтовато-бурой или бурой корой, отслаивающейся узкими продольными полосками. Молодые побеги густоопушенные, позднее оголяющиеся. Листья супротивные, широко ланцетные или продолговатые, длиной до 8 см, шириной до 2 см, заостренные на верхушке, с тонкими щетинками по краям пластинки и короткими черешками. Молодые листья густо опушены. Цветки поникающие, неправильные, с двойчатым околоцветником, расположены в пазухах листьев на коротких цветоножках длиной 3-7 мм. Венчик двугубый, воронковидный, длиной 8-13 мм, желтоватой окраски. Плоды – сочные ягоды длиной 9-12 мм, темно-голубые.

Цветет в мае – июне; плоды созревают в июле.

Размножается семенами, черенками, делением куста.

Распространена в горных районах Сибири, на Камчатке и Дальнем Востоке. Растет как подлесок во влажных темнохвойных, лиственничных, долинных лесах, особенно в редколесьях, разрастается на вырубках и опушках, изредка встречается на болотах и сырых лугах.

Вначале выращивалась как декоративное растение. В последнюю четверть XX века вырос интерес к ней как к плодовой культуре. Выведены сорта с вкусными плодами (“Герда”, “Золушка”, “Синеглазка”, “Челябинка” и др.)

Используют плоды, содержащие сахара (4,5 %); органические кислоты (1 %); витамин С (до 57,3 мг%), витамины Р, B_1, B_2, фолиевую кислоту,

провитамин А; пептиновые, дубильные и красящие вещества; монотерпиноиды (в т.ч. иридоиды); алкалоиды; флавоноиды; каротиноиды; эфирное масло; кумарины; катехины; соли калия, магния, фосфора, кальция, железа, марганца, йода, меди.

Жимолость широко используют в пищу на родине. Регулярное потребление в пищу ягод способствует снижению кровяного давления, укрепляет стенки кровеносных сосудов, защищает организм от отравления солями тяжелых металлов [86].

Листья и плоды нормализуют обмен веществ; оказывают жаропонижающее действие, усиливают иммунную систему; показаны при болезнях желудка и печени. Кора применяется при головной боли, при гипертензии, брадикардии. Ветви используются при лечении отеков [18 б]. кора ветвей и листья используется при головной боли и лечении язв.

В традиционной медицине свежие соплодия и варенье из жимолости – хорошее жаропонижающее средство. Отвар из ветвей оказывает сильное мочегонное действие, считается одним из лучших средств от водянки. Готовят отвар из 1 чайной ложки измельченных сухих ветвей с листьями на 1 стакан воды, после процеживания пьют по 1 столовой ложке 3-4 раза в день. Отвар стеблей и листьев рекомендуют при сильных болях в желудочно-кишечном тракте.

Антисептические свойства листьев используют в виде отвара для полоскания горла при ангинах, а измельченными листьями присыпают раны.

Плоды показаны при болезнях печени, поносе, при ожирении, нарушении обмена веществ (разгрузочные дни). Рекомендуют их как общеукрепляющее и слабительное средство, а также при авитаминозе (цинге), атеросклерозе, гастрите, язве желудка и двенадцатиперстной кишки.

Отвар листьев и цветков применяют при кожных болезнях, болезнях глаз.

Имеет декоративные свойства.

ЗАЙЦЕГУБ ОПЬЯНЯЮЩИЙ

Lagochilus inebrians Bunge

Семейство яснотковые - *Lamiaceae*

Встречается под названием логохилус опьяняющий.

Колючий полукустарничек с сильноветвистыми густоопушенными побегами высотой до 60 см, с многоглавым стеблекорнем и стержневым корнем. Стебли многочисленные, у основания деревянистые, густо олиственные. Листья супротивные, черешковые, слегка кожистые, широко яйцевидные; у основания клиновидные, трех-пятираздельные с широкояйцевидными долями; нижние длиной до 2 см на черешках, верхние до 5 см – на расширенных черешках. Цветки белые или бледно-розовые, собраны на верхушках стеблей в колосовидное соцветие. Плоды – голые орешки желтовато-серого цвета, продолговатые, длиной до 4 мм, шириной до 2 мм, остротрехгранные.

Цветет в мае – октябре; плодоносит в августе – октябре.

Введен в культуру и размножается путем посева семян под зиму (в ноябре) на глубину 2 см. Расход семян 0,5 г/м². Междурядья 60 см. На коллекционном питомнике размножения делают сплошной посев. Под основную перекопку вносят азотное удобрение 10-20 г/м² и фосфорное 20-30 г/м². Со второго года весной после отрастания растений производят подкормку азотным удобрением в дозе 10 г/м², фосфорным 20 г/м². Уход за растениями сводится к регулярным рыхлениям междурядий и прополкам растений в рядах.

Распространен в Памиро-Алае. Встречается в южном Узбекистане и северном Таджикистане, в ряде районов Туркмении, изредка в южной части Чемкентской области; в России – на Алтае. Растет на глинистых и каменистых склонах и предгорьях, предгорных равнинах и по выносам рек.. Выращивается в Краснодарском крае и в Казахстане.

Используют листья и траву. В листьях дитерпеновый спирт лагохилин (0,75-1,93 %); эфирное масло (0,03 %); стахидрин; дубильные вещества (до 14 %); органические кислоты; каротин (до 10 мг%); аскорбиновая кислота (до 100 мг%). В стеблях дубильные вещества (до 8 %). В надземной части зола – 10,65 %; макроэлементы (мг/г): калий – 16,6, кальций – 23,1, магний – 3,2, железо – 1,1; микроэлементы (мкг/г): марганец – 43,70, медь – 5,44, цинк – 14,20, молибден – 0,08, хром – 1,68, алюминий – 491.92, барий – 270,56, ванадий – 2,16, селен – 0,16, никель – 2,24, стронций – 112,80, свинец – 5,52. бор – 54,20, йод – 0,09. является концентратором железа, бария, стронция, алюминия [96].

Настойка травы лагохилуса (на 70 %-ом спирте), настой лагохилуса, таблетки экстракта лагохилуса, препарат Лагохилен применяются в качестве кровоостанавливающего, седативного и гипотензивного средства при геморрагическом диатезе, кровотечениях (маточных, геморроидальных, носовых и др.), для предупреждения повышенной кровоточивости при хирургических операциях. Ценный гемостатик. Наибольшей активностью обладают отвар и настой растения.

Неогаленовые препараты лагохилуса рекомендованы при функциональных заболеваниях ЦНС, аллергических заболеваниях кожи, геморрагических диатезах, глаукоме, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

Настой готовят из расчета 10 г листьев (1 столовая ложка) на 200 мл кипяченой воды, держат на водяной бане 15 мин, настаивают 45 мин. Принимают по 1-2 столовые ложки 3-5 раз в день.

При геморрагических диатезах назначают настой по ½ - 1/3 стакана 3-4 раз в день. Одновременно марлевые смоченные им салфетки накладываются на кровоточащие участки тканей на 3-5 мин.

Спиртовая настойка показана детям, больным гемофилией А.

ЗАМАНИХА ВЫСОКАЯ

Oplopanax elatus (Nakai) Nakai

Семейство аралиевые - *Araliaceae*

Встречается под названиями: заманиха верховая, эхинопанакс высокий, оплопанакс высокий.

Невысокий колючий листопадный кустарник высотой до1 м, редко до 3 м, с полегающими, укореняющимися стеблями и горизонтальным деревянистым корневищем. Надземные побеги восходящие, до 2 см в диаметре, малоразветвленные, с многочисленными ломкими шипами. Листья очередные, 5-7 лопастные, округлые, до 30 см в диаметре, на длинных полых черешках. Цветки мелкие, желтовато-зеленые, собраны в поникающие соцветия до 15 см длины. Плоды – шаровидные, мясистые костянки до 12 мм в диаметре, ярко-красного или желто-красного цвета с двумя косточками.

Цветет в июне – июле; плоды созревают в августе – сентябре.

Является долгожителем – живет до 300 и более лет. Редкий исчезающий вид. Включен в Красную книгу СССР. В Приморском крае – эндемичный вид.

Размножается семенами и вегетативно (отрезками корневищ). Посев семян производят на глубину 2-3 см. Даже после длительной стратификации семена прорастают через 1-2 года. Сеянцы требуют легкого притенения. Перед посадкой, посевом в лунки закладывают смесь из 2-3 кг перегноя, 2 кг песка и 30 г нитроаммофоски.

Корневища с корнями заготавливают осенью после созревания плодов. Выкопанные корневища очищают от земли, удаляют сгнившие участки и надземную часть; измельчают и сушат под навесами, переворачивая время от времени. Хранят в пакетах в течении 3-х лет в проветриваемом помещении.

Распространена в России на Дальнем Востоке, в Приморском крае , в Северной Корее, а также вдоль побережья Японского моря, в горных лесах Сихоте-Алиня.

Используют корневища и корни, содержащие полисахариды, следы алкалоидов и гликозидов; в плодах содержаться эфирное масло (до 2,7 %); спирты, альдегиды; фенолы; свободные кислоты; углеводороды; тритерпеновые гликозиды; сапонины (до 6,9 %); дубильные вещества; кумарины (до 0,2 %); флавоноиды (до 0,9 %); в листьях карденолиды (до 0,4 %); кумарины (0,2 %); смолистые вещества (до 11,5 %), минеральные соли. Биологически активный комплекс составляет 6,9 % веса воздушно-сухих корневищ, представлен суммой сапонинов – эхиноксозидов. В корневищах с корнями содержатся макроэлементы (мг/г): калий – 12,30; кальций – 34,60; магний – 2,70; железо – 0,46; микроэлементы (мкг/г): марганец – 0,11; медь – 0,68; цинк – 0,48; кобальт – 0,02; хром – 0,09; алюминий – 0,38; барий – 15,29; ванадий – 0,27; селен – 8,33; никель – 0,24; стронций – 3,64; свинец – 0,07; йод – 0,05; бор – 14,80. Растение концентрирует селен, стронций и особенно барий [96].

Настойка заманихи *(Tinctura Echinopanacis)* применяется в качестве стимулирующего центральную нервную систему средства при гипотонии, астенических и депрессивных состояниях [169].

Химический состав надземной части близок к составу корневищ с корнями.

Приготавливают настойку на воде на 70 %-м спирте 1:5. Это жидкость темного цвета с сильным запахом и горьковатая на вкус. При употреблении смешивают с водой и по 30-40 капель принимают до еды 2-3 раза в день в течении 25-30 суток.

Настойка рекомендована в качестве стимулирующего средства при различных формах астении, при депрессии, гипотонии; при аденодепрессивных состояниях, неврастеническом синдроме на фоне гипертонической болезни, вяло протекающей шизофрении, сексуальной неврастении и сахарного диабета. Является легким стимулятором центральной нервной системы.

Особых противопоказаний препарат не имеет. Однако его не следует принимать больным гипертонией, т.к. может проявится индивидуальная непереносимость.

Обладает декоративными свойствами.

ЗВЕЗДЧАТКА СРЕДНЯЯ

Stellaria media (L.) Vill.

Семейство гвоздичные - *Caryophyllaceae*

Встречается под названиями: мокрица, птичий салат. Ее очень любят гуси, цыплята, индюшки. Название “мокрица“ связано с тем, что после дождя волоски, покрывающие стебель, удерживают воду, и поэтому трава на ощупь почти всегда мокрая.

Однолетнее или двулетнее травянистое растение с тонким, ветвистым корнем. Стебли лежачие. Отчасти восходящие, круглые, длиной 10-60 см. Листья супротивные, яйцевидные, черешковые. Цветки белые, лепестки двухраздельные. Плод – яйцевидная или продолговатая коробочка, раскрывающаяся шестью створками. Семена многочисленные, округлые или почковидные 1-1,3 мм в диаметре.

Оригинально устройство цветка, при котором венчик играет роль барометра. Замечено, что если венчик не раскрывается до 9 часов утра, то жди дождя. Такой барометр вполне надежен и действует он с ранней весны до поздней осени – все время. пока растение цветет.

Цветет с апреля по сентябрь; плоды созревают в сентябре. Размножается семенами.

Распространена в России в европейской части, на Кавказе, в Западной и Восточной Сибири, на Дальнем Востоке и в Средней Азии.

Используют траву, содержащую тритерпеновые сапонины, витамины С,Е,К и другие биологически активные вещества. В традиционной медицине старческую немощь лечат настоем из травы с примесью стеблей ржи. Такой

настой пьют без нормы. Он придает силы. Действует как общеукрепляющее средство [91].

Применяют свежее растение как средство, улучшающее сердечную деятельность. Употребляют звездчатку при болезнях печени, легких.

Собирают траву все лето, сушат на воздухе в тени или в хорошо проветриваемых помещениях. Хранят в сухом месте.

Молодые побеги используются для приготовления салатов. Кормовое растение для птиц. Является медоносом. Используется в качестве красителя. Имеет декоративные свойства [18 б].

ЗИМОЛЮБКА ЗОНТИЧНАЯ

Chimaphila umbellata (L.) W. Barton

Семейство грушанковые - *Pyrolaceae*

Встречается под названиями: надсадник, грушевка зонтичная, грушовка, грушанка одноцветная, барвинок, глухая трава, царские кудри.

Многолетнее травянистое растение высотой до 20 см с ползучим ветвистым корневищем и блестящими вечнозелеными листьями, собранными в нижней части стебля. Пластинки листьев кожистые, толстые, продолговато-обратноклиновидные, остро пильчатые, 1,5-6,0 см длиной, 0,5-1,5 см шириной, черешок очень короткий. Образует от 2 до 12 розовых цветков, поникающих на длинных цветоножках. Плод – шаровидная коробочка длиной 3-5 мм и шириной 5-6,5 мм.

Размножается семенами, отрезками корневищ. Цветет с июня по август; плоды созревают в августе – сентябре.

Распространена в сосновых лесах европейской части нашей страны, реже в Западной Сибири и изредка в Восточной Сибири, на Дальнем Востоке, в т.ч. на Сахалине. Часто произрастает вместе с зелеными мхами, черникой и брусникой.

В траве содержатся глюкозиды эриколин, арбутин, химафалин, урсон; танин (4 %); андрометотоксин; хинная кислота; иридоиды; тритерпиноиды; флавоноиды; хиноны; дубильные вещества [18 б].

В традиционной медицине используют надземную часть в свежем виде в период цветения, в виде настойки и отвара; в гомеопатии в виде эссенции.

Издавна широко применялась в качестве ранозаживляющего средства, особенно при хроническом цистите, а также как диуретическое и дезинфицирующее средство при различных почечных заболеваниях, задержании мочи, водянке, отеках, при болезни сердца и золотухе, хронических кожных болезнях, нарывах, язвах. Имелись случаи излечения опухоли грудной железы. При этом пили настойку ежедневно по 40 капель 3 раза в день.

Настой, отвар, настойка показаны при хроническом ревматизме и подагре [118].

На Руси в традиционной медицине в основном применялась как хорошее мочегонное и противовоспалительное средство. Применяли зимолюбку при лечении почек.

В гомеопатии применяются: *Chimaphila umbellata – Injeel (forte) (D4), D12, D30, D200.*

ЗОЛОТАЯ РОЗГА

Solidago virgaurea L.

Семейство астровые - *Asteraceae*

Встречается под названиями: золотарник, живительная трава, смертельник, золотушник, костовяз.

Многолетнее травянистое растение высотой до 100 см. Корневища и корни расположены в пахотном горизонте. Стебель прямостоячий, слегка ветвистый. Листья очередные, продолговато-пильчатые. Цветки желтые, мелкие; их корзинки собраны в удлиненную узкую метелку.

Размножается семенами. Цветет в июле – сентябре; плоды созревают в сентябре – октябре.

Встречается во многих районах нашей страны, в т.ч. на Кавказе среди кустарников, по оврагам, в лесах.

Золотая розга – ядовитое растение. Следует точно соблюдать дозировку [16].

В традиционной медицине используют надземную часть и корневище с корнями в виде настоя, отвара при желчно-каменной болезни, заболеваниях почек, мочевого пузыря, при водянке, туберкулезе, а также наружно в качестве ранозаживляющего средства при порезах, язвах, гнойных ранах.

В Русском лечебном травнике (1862 г.) указано, что трава золотой розги применяется при почечно- и мочекаменной болезни, гнойных процессах в почках и мочевом пузыре, при водянке, язвах в гортани и других внутренних органах, а также на кожных покровах, при родовых разрывах тканей.

Для этого готовили настой: 1-2 щепотки травы заливали 240 мл горячей воды. Для поучения настойки 7,5 – 11 г сухой травы заливали белым вином. Известны случаи удаления камней при приеме настоя или настойки через каждый час по столовой ложке в течение 8 часов.

В качестве наружного средства в виде примочек, полосканий применяли по 3,7 г порошка травы 3 раза в день.

Экстракт растения по 0,12 – 0,3 – 0,6 г на прием давали при кровяном мочеиспускании, различных язвах.

Для лечения больных десен, шатающихся зубов. При неприятном запахе изо рта полоскали отваром рот или просто жевали траву. При этом 2 чайные ложки травы настаивают 4 часа в закрытом сосуде в 1 стакане остуженной кипяченой воды, процеживают и пьют по ¼ стакана 4 раза в день до еды.

По данным В.П.Махлюка (1967), используют траву, стебли, листья, цветки и корни этого растения. Золотая розга применялась при заболеваниях

мочевого пузыря; она уменьшает и снимает боли, обладает мочегонным, вяжущим, противовоспалительным и ранозаживляющим действиями.

При болях в желудке отвар травы пьют глотками. Наружно настойку корней в виде примочек употребляют при гнойных ранах, порезах. При этом измельченные листья, приложенные к инфицированным ранам, способствуют очищению их от гноя и быстрому заживлению.

Отвар травы в виде примочек также используют при переломах костей.

Одну столовую ложку травы настаивали в 1 стакане кипятка, процеживали и применяли для промывания и примочек на раны.

Входит в состав комплексного препарата Марелин, состоящего из экстракта морены красильной, хвоща полевого, корглюкона, келлина, магния фосфорнокислого, салициламида. Применяют его при моче- и почечно-каменной болезни как спазмолитическое, болеутоляющее и диуретическое средство.

Растение охотно поедают животные. В ветеринарии при поносах, ”запорах“ мочи, давали отвар – 2 горсти растения кипятили в 1 л воды, упаривая до половины [141]. Толченую траву использовали как ранозаживляющее средство, прикладывая к ранам и опухолям.

Из листьев получали хорошую желтую краску [52].

Медоносное и декоративное растение.

ИРГА ОВАЛЬНОЛИСТНАЯ

Amelanchier ovalis Medik.

Семейство розоцветные - *Rosaceae*

Встречается под названием ирга круглолистная.

Многолетний кустарник высотой 0,5 - 3,5 м с корневищами, от которых отходят новые надземные побеги. Ветви длинные, прутьевидные. Листья эллиптические или яйцевидные, длиной около 4 см, с округлым основанием, зубчатые по краям, снизу опушенные беловатым войлоком, плотные, с черешками. Осенью листья приобретают красивую красновато-желтую

окраску. Цветки собраны по 5-8 штук в густые верхушечные щитковидные кисти. Венчик белый или кремово-белый, диаметром до 1,5 см. плоды – шарообразные, мелкие, до 0.8 см в диаметре, сначала красные, при полной спелости темно-вишневые, почти черные с сизым налетом, сочные, при раздавливании сильно красятся.

Размножается семенами, отводками, черенками. Цветет в июне; плоды созревают в августе.

Распространена в Средиземноморье, в Малой и Передней Азии, Центральной и Южной Европе, в Северной Африке, где поднимается до высоты 1900 м н.у.м. Введена в культуру в XVI веке.

Во многих местах европейской России, особенно в зоне широколиственных лесов и лесостепи, одичавшая ирга образует заросли и производит впечатление аборигенного растения.

Используют плоды, содержащие витамины С (37-61 мг%), B_1, B_2 (60-150 мг%), Р, провитамин А (0,2 мг%); кумарины и оксикумарины (1,4-3,7 мг%); фолиевую кислоту; флавоноиды; дубильные вещества; микроэлементы – медь, железо, кобальт, йод, марганец. Плоды имеют высокие вкусовые качества благодаря наличию сахаров (до 12 %), в т.ч. фруктозы (7 %); органических кислот (1 %), пектинов. По содержанию каротинов ирга более богата, чем вишня и ежевика, а по содержанию витамина С превосходит яблоню, грушу, абрикос, персик, сливу, виноград. Плоды в свежем виде хранятся 3-5 дней.

В традиционной медицине сок ирги используют для полосканий при ангине. Входит она и в состав вяжущих напитков для лечения желудочно – кишечных заболеваний. При этом используют и отвары из листьев и коры (1:10) в которых содержится много дубильных веществ.

Цветки близкого вида – ирги канадской – в виде настоя, настойки оказывают тонизирующее действие на сердце и снижают кровяное давление.

Отвары плодов и листьев используют при лечении гнойных ран. Имеются данные, что регулярное применение сока ирги в течении многих лет может избавить от возрастных болезней, в т.ч. от атеросклероза и рака. Ее Р–активные соединения выносят из организма тяжелые металлы, нормализуют проницаемость капилляров, предупреждают свертывание крови, обладают антигеморрогическим действием.

Вяленые плоды издавна применяют при желудочно-кишечных заболеваниях. Замечено, что после употребления ягод люди становятся спокойными, уравновешенными, хорошо спят.

ИСТОД ТОНКОЛИСТНЫЙ

Polygala tenuifolia Willd.

Семейство истодовые – *Polygalaceae*

Многолетнее растение с косо углубляющимся в почву корнем. Стебли многочисленные, тонкие, 25-35 см высотой. Листья очередные, заостренные, слабоопушенные, длиной 3 см, шириной 0,5-1,0 (1,25) мм. Цветки бледно-фиолетовые или синеватые, собраны в малоцветковую боковую кисть. Плод – двугнездная коробочка диаметром 4 мм с выемкой на верхушке.

Цветет в июне – июле; плоды созревают в августе – сентябре.

Распространен в Западной, Восточной и Южной Сибири, на Алтае, на Дальнем Востоке на каменистых склонах гор и сухих песчаных лугах.

Растение содержит гликозид гаултерин; горечь; жирное масло (8,8 %) и эфирное масло; тритерпеновые сапонины (до 10 %); смолу (0,8 %). Наибольшее количество сапонинов содержится в тонких корнях, в т.ч. сапогенины – тенуигенин-А и тенуигенин-В, жирное масло, смолы.

Используют корни истода в виде отвара, сиропа. Корни следует собирать осенью, очищать от земли и сушить при комнатной температуре. Мыть корни нельзя, т.к. в воде они теряют свои действующие вещества.

Настой и отвар корней применяют как отхаркивающее средство при острых и хронических заболеваниях дыхательных путей (хронический

трахеит, бронхит, бронхиальная астма, абсцесс легких) [18 а]. используются также при кардиосклерозе, вегетоневрозах, ангиоспазмах, атеросклерозе; при бессоннице; диабете.

Используют и другой вид – истод сибирский *(P.sibirica).*

Лекарственные формы истода использовали при лечении водянки, воспалений, как средство, возбуждающее аппетит; лечат корнями грыжу и поносы [44], а также карбункулы и абсцессы грудной железы.

Лекарственные формы: настой и отвар корней. Для приготовления отвара берут 8 г измельченных корней на стакан воды. Принимают его по 2 столовые ложки 4-5 раз в день за 15-20 мин. до еды. Водные настои из корней используют наружно при лечении гнойников, фурункулов.

В гомеопатии применяются: *Senega – Injeel (forte) (D4), D12, D30, D200.*

Сухие листья являются суррогатом чая. Является кормовым растением для крупного рогатого скота, лошадей, маралов. Обладает декоративными свойствами.

КАДИЛО САРМАТСКОЕ

Melittis sarmatica Klok.

Семейство яснотковые – *Labiatae*

Встречается под названиями: кадзило, бальсан, дубровка пахучая, пчельник.

Название рода происходит от греческого *melitta*, что означает пчела, а *mele* – мед.

Многолетнее травянистое растение с прямостоячими опушенными стеблями высотой 25-80 см. Листья супротивные, черешковые, яйцевидные или продолговато-яйцевидные, крупнозубчатые. Цветки по 2-6 в пазухах верхних листьев, крупные, двугубые, бело-розовые или сиреневатые, с сильным медовым ароматом. Плоды – орешки.

Цветет со второго года жизни (при семенном размножении) в конце мая – начале июня; плоды созревают в конце июня – июле. Высевать их следует сразу после сбора. Размножается семенами и вегетативно (делением кустов).

Распространено в России на западе европейской части, в Средней и Атлантической Европе. Растет в дубовых, дубово-сосновых и грабовых лесах.

Используют надземную часть, содержащую кумарины (0,9 %); флавоноиды; иридоиды; эфирное масло.

В традиционной медицине используют при поносах, в качестве мочегонного, ранозаживляющего средства, при катарах, нарывах во рту и горле. Холодный чай, приготовленный из свежих цветков, подобно мяте, возбуждает перистальтику кишечника, устраняет колики и боли в подложечной области. Горячий чай применяется как потогонное средство.

Настойку из травы пьют при язве желудка и двенадцатиперстной кишки, при болях в желудке, кишечнике, при заболеваниях печени, сердца, женских заболеваниях. Настойкой лечат раны, язвы [71]. Применяют настой травы для лечения туберкулеза легких, рожистом воспалении, болезнях сердечно-сосудистой и дыхательной системы, болезнях уха, горла, носа, ангинах и аллергии.

КАКАЛИЯ КОПЬЕВИДНАЯ

Cacalia hastata L.

Семейство астровые – *Asteraceae*

Встречается под названиями: гусиная лапка, журавлинка, колокольчики, нетопырник, проходная трава, бездонница, замор, чистяк, копеечный чистяк и др.

Многолетнее травянистое растение с горизонтальным корневищем, усаженным многочисленными корневыми мочками. Стебель прямой, высотой 0,5 – 1,5 м. Листья, кроме верхних, широко-копьевидно-

трехлопастные, очередные, клиновидно суживающиеся в черешок. Пластинка листа длиной и шириной 8-20 см. Верхние листья широко-ланцетовидные, короткочерешковые. Цветки белые, собраны в корзинки шириной 3,5 мм, длиной 10-13 мм, образуют на верхушке негустое метельчатое соцветие.

Размножается семенами. Цветет в июле – августе; семена созревают в сентябре.

Распространена повсеместно в Сибири, на Дальнем Востоке, Урале и Волге, в Башкирии и Татарии, в Пермской, Екатеринбургской, Оренбургской, Куйбышевской, Ульяновской, Нижегородской, Архангельской, Вологодской, Костромской, Кировской областях, образуя в отдельных местах обильные заросли.

Содержит алкалоида хастацин (0,1 %), по составу близкого алкалоиду платифиллин, применяемому в медицинской практике (в подземной части его 0,1 %, в листьях – 0,03-0,06 %, в стеблях – 0,004-0,006 %). Кроме хастацина в листьях содержатся дубильные вещества (9,0-9,8 %); витамин С (1,78 %). В корнях и корневищах содержится инсулин; в траве – каротин; в стеблях дубильные вещества (2,7 %).

Используют листья, траву какалии внутрь и наружно в свежем и заваренном виде, а также водный экстракт.

В традиционной медицине в Сибири и на Дальнем Востоке указанные формы применяли как ранозаживляющее противовоспалительное средство. В Иркутской области свежие листья прикладывали к гнойным ранам, порезам, фурункулам, язвам. Водным экстрактом в Забайкалье пользуются для лечения ран [89]. В ряде районов Сибири растертые листья, размоченные в молоке, также прикладывали к ранам; заваренные листья – к нарывам [71]. В Пермской области какалию использовали в качестве наружного средства при лечении порезов, мозолей. В Томской губернии какалию применяли как слабительное средство [90]. В Сибири настойкой какалии лечат сифилис.

Об использовании этого растения для лечения инфекционных заболеваний, гнойных ран говорится в работе Варлакова М.П. [20]. Известны и другие полезные качества какали – молодые органы употребляют в пищу [5]; является какалия и хорошим медоносом, особенно, когда осенью пчелы могут взять с растений последний взяток.

КАЛУЖНИЦА БОЛОТНАЯ

Caltha palustris L.

Семейство лютиковые – *Ranunculaceae*

Встречается под названиями: куреслеп желтый, куреслеп болотный, лягушкины цветочки, куриная слепота, вороньи глазки, козелец, мачеха, слепокур, бобовник, болотные ноготки, змей-трава, коровий цвет и др.

Многолетнее травянистое растение с приподнимающимся стеблем, ветвистым в верхней части, высотой от 3 до 50 см. Прикорневые листья черешковые, прицветные, как правило, сидячие. Пластинка листа округлая или почковидная, цельнокрайняя, темно-зеленая, блестящая. Цветки золотисто-желтые, крупные, многочисленные. Плод – крупная листовка с многочисленными продолговатыми, блестящими семенами черного цвета.

Размножается семенами. Цветет в апреле – июне; плодоносит в августе – сентябре.

Распространена почти повсеместно в нашей стране по болотам, берегам водоемов, на болотистых лугах. Растение слабо ядовито.

Содержит тритерпиноиды; алкалоид берберин; холин; каротин (до 1,6 %); витамин С в листьях (до 38,4 %); небольшое количество кверцетина, геллеборина, танина, слизистых веществ. В семенах жирное масло (32,8 %); дубильные вещества (8,1 %).

Листья в традиционной медицине применяют при ожогах, как ранозаживляющее и очищающее гнойные раны средство, при желтухе, болезнях глаз, при водянке. Свежее растение и настой травы применяют

внутрь при золотухе, лихорадке; отвар – при затруднительном мочеиспускании. Ванны из травы рекомендуют при ревматизме [117].

Калужницу применяют и при коклюше, бронхиальном катаре, дисменорее, как болеутоляющее и антисептическое средство. Настойка травы обладает антибактериальным действием.

Растение известно своим противовоспалительным и противосудорожным действием.

В традиционной медицине свежие листья обливали кипятком, заворачивали в марлю и прикладывали к ранам и ожогам. Ванны с настоем калужницы рекомендовали при простудных заболеваниях.

КАСАТИК БЛЕДНЫЙ

Iris pallida Lam.

Семейство касатиковые – *Iridaceae*

Многолетнее травянистое растение высотой 30-110 см с горизонтальным, толстым, ветвистым корневищем светло-бурого цвета. Корневище клубневидно утолщенное, с многочисленными шнуровидными корнями. Стебли прямостоячие, гладкие, мечевидные, длиной до 60 см. Стебель с разветвлением несет по одному крупному цветку бледно-голубого цвета. Плод – продолговатая трехгранная коробочка. Семена шаровидные или слегка сплюснутые, 5-8 мм в диаметре.

Цветет в июне; семена созревают в августе.

Происходит из Центральной Европы (Альпы). В диком виде не известен. Культивируется как эфиромасличное растение в Сибири, на Дальнем Востоке, Крыму, на Кавказе и в Молдове.

В корневищах содержится эфирное масло (0,1-0,2 %), гликозид иридин, крахмал (57 %), жирное масло (9,6 %), дубильные вещества, органические кислоты. В листьях аскорбиновая кислота (230 мг%); дубильные вещества (2 %); алкалоиды; кумарины; сапонины; в семенах жирное масло (12 %) [18 б].

Издавна применяют корневище этого вида в традиционной медицине.

В медико-ботанической поэме Одо из Мена “О свойствах трав“ (XI в.) указывалось:

“ Мазь из подобных корней в сочетании с медом готовят,

Что изгоняет послед, если к матке ее прилагают,

И, заполняя свищей углубления, их исцеляет”.

По данным народных корреспондентов, корень касатика бледного принимают при водянке несколько раз в день, вместо воды, стаканами, представляющими смесь из 2-4 столовых ложек сока свежего корня с 0,7 л молочной сыворотки.

При белях рекомендуют делать спринцевание из отвара, который готовят из расчета 20 г корня на стакан воды. Этот же отвар принимают по 2 столовые ложки 4 раза в день. При воспалении мышц (миозит), радикулите, люмбаго, ишалгии, воспалении тройничного нерва втирают в больные места эмульсию из 120 г толченого корня на 0,5 л растительного масла. Настоем обмывают раны, язвы, свищи [68].

Имеются данные, что корень касатика принимают при потере аппетита по 1,2 г на прием [110].

Корневище входило в состав детского порошка Гуфеланда, грудного чая, лепешек от кашля, камедистого порошка, белого зубного порошка.

Благодаря приятному запаху корневищ, их применяли как примесь к лекарственным формам (порошки, сборы, пилюли), как добавку к зубным, нюхательным, курительным порошкам, в зубных кашках под названием “фиалковый корень“. Детский (обточенный) фиалковый корень использовали с механической целью для быстрого прорезывания зубов у детей [52].

В больших дозах свежий сок из корней и сам корень обладают рвотным действием, иногда с кровью и желчью; в малых – мочегонным, противотуберкулезным.

При водянке, скоплении жидкости в брюшной полости рекомендовали давать выжатый сок корня по 80 капель сначала через 1 час, потом через 2

часа, смешивая его с медом. При простуде, насморке, скоплении мокроты, кашле применяли сухой корень в виде водного настоя или винной настойки.

Иногда 60-90 мл сока смешивали с 800 мл молочной сыворотки и пили по чайной чашке несколько раз в день. Порошок корня в дозе 0,18-0,24 г с сахаром нюхали вместо нюхательного табака. Внутрь порошок принимали по 0,6-1,8 г. С целью получения настоя брали 15 г корня, заливали 400 мл горячей воды, сыворотки или виноградного вина.

В качестве наружного средства толченый корень настаивали в подсолнечном масле из расчета 60-90 г на литровую бутылку, держали в теплом месте и натирали больные участки тела, а также участки, покрытые сыпью.

Цветки касатика, наполовину сгнившие, смешивали с негашеной известью или с квасцами и получали сине-зеленую краску, используемую для живописи. Свежевыжатый сок, употребляемый с мерами предосторожности, не уступал действию морского лука при водянке [89].

Имеет декоративное значение.

КАСАТИК СИНИЙ

Iris germanica L.

Семейство касатиковые – *Iridaceae*

Встречается под названиями: касатик немецкий, сабельник.

Многолетнее травянистое растение с горизонтальным, толстым, мясистым корневищем светло-бурого цвета и тонкими придаточными корнями. Ежегодно развивает прямостоячий ветвистый стебель до 1 м высотой. Листья двухрядные, влагалищные, прикорневые, мечевидные, заостренные, голубовато-зеленые. Цветки большие, слабодушистые, расположены на концах ветвей стебля, темно-фиолетового цвета, у основания желтоватые, с буро-фиолетовыми жилками. Плод – многосемянная коробочка, раскрывающаяся вдоль середины гнезд тремя

створками. Семена обратно-яйцевидные, сплюснутые, с гранями, темно-бурые.

Цветет в мае – июне; семена созревают в августе.

Происходит из Средней и Южной Европы (побережье Средиземного моря) и северной Индии. Встречается в Крыму на сухих местах.

В корневищах содержится эфирное масло (0,1 – 0,8 %); гликозид иродин; крахмал; слизь; смола; небольшое количество дубильных веществ.

Импортировалось на Русь под названием “детского фиалкового корня“.

Корневище входило в состав детского порошка Гуфеланда, грудного чая, лепешек от кашля, камедистого порошка, белого зубного порошка.

Благодаря приятному запаху корневищ, их применяли как примесь к лекарственным формам (порошки, сборы, пилюли), как добавку к зубным, нюхательным, курительным порошкам, в зубных кашках под названием “фиалковый корень“. Детский (обточенный) фиалковый корень использовали с механической целью для быстрого прорезывания зубов у детей [20].

В больших дозах свежий сок из корней и сам корень обладают рвотным действием, иногда с кровью и желчью; в малых – мочегонным, противотуберкулезным.

При водянке, скоплении жидкости в брюшной полости рекомендовали давать выжатый сок корня по 80 капель сначала через 1 час, потом через 2 часа, смешивая его с медом. При простуде, насморке, скоплении мокроты, кашле применяли сухой корень в виде водного настоя или винной настойки.

Иногда 60-90 мл сока смешивали с 800 мл молочной сыворотки и пили по чайной чашке несколько раз в день. Порошок корня в дозе 0,18-0,24 г с сахаром нюхали вместо нюхательного табака. Внутрь порошок принимали по 0,6-1,8 г. С целью получения настоя брали 15 г корня, заливали 400 мл горячей воды, сыворотки или виноградного вина.

В качестве наружного средства толченый корень настаивали в подсолнечном масле из расчета 60-90 г на литровую бутылку, держали в

теплом месте и натирали больные участки тела, а также участки, покрытые сыпью.

Цветки касатика, наполовину сгнившие, смешивали с негашеной известью или с квасцами и получали сине-зеленую краску, используемую для живописи. Свежевыжатый сок, употребляемый с мерами предосторожности, не уступал действию морского лука при водянке [89].

Имеет декоративное значение.

КАССИЯ ОСТРОЛИСТНАЯ

Cassia acutifolia Del.

Семейство цезальпиниевые – *Caesalpiniaceae*

Известно под названиями: сенна африканская, египетская сенна, “ Александрийский лист “.

Небольшой раскидистый кустарник высотой до 1 м, со стержневым, слаборазветвленным, длинным корнем. Стебель ветвистый. Листья очередные, с 4-5 парами листочков 2-3 см длины и 1 см ширины с заостренной верхушкой. Цветки крупные, длиной 7-8 мм, золотисто-желтые. Плод – плоский, сухой боб.

Цветет с конца июня до осени; семена созревают в сентябре.

Распространена в пустынных и полупустынных областях Африки: по берегам Нила, побережью Красного моря, в Судане и Аравии. Культивируется в Индии, Пакистане, Судане, Египте и в других странах. Россия импортирует сырье для производства отечественных препаратов. Культура кассии освоена в Средней Азии (Южный Казахстан, Туркмения). Размножается семенами. Может выращиваться рассадным способом в южных районах России.

Используют листья, плоды, цветки, стебли. В них содержатся антрагликозиды (сеннозиды А, В); антроценпроизводные (1 %) – алоэмодин, реин; флавоноиды – изорамнетин, кемпферол; органические кислоты

(салициловая, пальмитиновая, стеариновая, хризофановая); алкалоиды; фитостерины и другие биологически активные вещества. Содержание антрагликозидов в листьях 3,77 %, в плодах – 4,6 %, сенозидов А и В в листьях – 0,6-1 %. Концентрирует барий, молибден, селен.

Лечебные свойства кассии известны с давних времен при лечении запоров различной этиологии. Препараты кассии используют в качестве слабительного средства, в хирургической практике – перед оперативным вмешательством и при послеоперационной атонии кишечника. Экстракт кассии положительно влияет на желчевыделительную и антитоксическую функции печени. Листья входят в состав противогеморроидального и слабительного чая.

Лекарственные формы: препарат Антрасеннин – сухой очищенный экстракт из листьев кассии остролистной – кальциевая соль антрагликозидов; водный настой листьев сены, лист сены, экстракт сены сухой в таблетках. Кассия входит в состав лекарственных форм: порошка солодкового корня сложного, настоя сены сложного – венского питья, а также в состав комбинированного препарата Кафиол, выпускаемого в виде брикетов (фруктовых кубиков – мякоть плодов сливы, инжира и масла вазелинового).

КАССИЯ УЗКОЛИСТНАЯ

Cassia angustifolia Vahl.

Семейство – цезальпиниевые – *Caesalpiniaceae*

Встречается под названиями: сенна африканская, египетская сенна.

Многолетний раскидистый кустарник высотой до 1 м, со стержневым, слаборазветвленным, длинным корнем темно-бурого цвета. Стебель ветвистый; нижние ветви длинные, почти стелющиеся. Листья очередные, шиловидно-заостренные, с небольшими прилистниками и 4-5 парами ланцетных листочков. Цветки длиной 7-8 мм, желтые. Плоды – зеленовато-коричневые бобы длиной 3-5 см и 1,5-2,5 см шириной.

Цветет с конца июня до осени; плоды созревают в сентябре – октябре. Размножается семенами.

Распространена в пустынных и полупустынных областях Африки по берегам Нила, на побережье Красного моря, в Судане, Аравии. Культивируется в Египте, Индии, Пакистане, в Судане и др. странах, а также в Средней Азии. В России может возделываться в Краснодарском крае по типу пересадочной культуры.

Используют цветки, плоды, стебли, содержащие антрагликозиды (сеннозиды А, В), алоэмодин, реин; флавоноиды: изорамнетин, кемпферол; органические кислоты (салициловая, пальмитиновая, стеариновая) и др. биологически активные вещества. Содержание антрагликозидов в листьях 3,77 %, в плодах – 4,6 %, сеннозидов А и В в листьях – 0,6-1,0 %. В листьях содержаться макроэлементы (мг/г): калий – 20,9 , кальций – 22,7, магний – 6,8, железо – 0,3 мг/г и микроэлементы: марганец – 0,11, медь – 0,14, цинк – 0,27, кобальт – 0,02, молибден – 1,03, хром – 0,01, алюминий – 0,04, барий – 4,16, селен – 22,5, никель – 0,04, стронций – 2,37, свиней – 0,01, йод – 0,09, бор – 59,6 мкг/г. Листья являются концентраторами бария, лития, стронция, цинка [96].

Считается лучшим слабительным средством. В официальной медицине используется ряд лекарственных форм. Водный настой листьев сенны (5-10 г на 100 мл воды) назначают по1 столовой ложке 1-3 раза в день. Выпускается лист сенны в виде брикетов. Таблетки экстракта сены сухого (1-2 таблетки по 2-3 раза в день перед едой). Входит сенна в состав Порошка солодкового корня сложного, Настоя сенны сложного (Венское питье), Чая слабительного №2, Чая противогеморроидального, в препарат Кафиол [100].

КЕНДЫРЬ КОНОПЛЕВЫЙ

Apocynum cannabinum L.

Семейство кутровые – *Apocynaceae*

Многолетнее травянистое растение высотой 100-150 см с сильно разветвленной корневой системой. Корневище вертикальное, цилиндрическое, светло-бурое с розовато-коричневыми почками, из которых ежегодно развивается от 1 до 10 стеблей. От корневища отходят горизонтальные шнуровидные корни длиной 1-5 м и толщиной 1-2 см. Стебли прямостоячие, зеленые или вишнево-красные. Листья супротивные, длиной 4-10 см, короткочерешковые, от ланцетных до продолговато-яйцевидных, с заостренной верхушкой, цельнокрайние. Соцветия метельчатые, из малоцветковых щитков. Венчик розоватый или беловатый. Плод состоит из двух листовок 5-20 см длиной, раскрывающихся по брюшному шву. Плоды от желтой до грязно-фиолетовой окраски. Семена многочисленные, продолговатые, длиной 3-5 мм, коричневые.

Цветет в июле – августе; плоды созревают в сентябре – октябре. Размножается семенами и вегетативно.

Распространен в Северной Америке, поднимаясь в горы до 2000 м н.у.м. Возможные районы для введения в культуру – средняя полоса европейской части России, Западная и Восточная Сибирь. Другие виды встречаются в России в нижнем Поволжье, на Северном Кавказе, на Алтае.

Используют корневище с корнями, содержащие сердечные гликозиды, основной из которых цимарин, из других – апоканнозид, циноканнозид и К-строфантин-β; пальмитиновая, стеариновая, линолевая и олеиновая кислоты; тритерпеновые соединения; олеаноловая кислота, α-америн, лупеол; танин, каучук и небольшое количество алкалоидов. В семенах - сердечные гликозиды (до 0,35 %) и жирное масло (12-20 %). Максимальная активность у корней, собранных осенью.

В официальной медицине препараты Цинарин и Кендозид применяют при заболеваниях сердечно-сосудистой системы; при нарушении кровообращения II и III степени на почве ревматических пороков сердца, кардиосклероза, гипертонической болезни. Цинарин увеличивает силу сердечных сокращений и урежает ритм сердца, увеличивает скорость

кровотока, расширяет коронарные сосуды сердца и значительно увеличивает диурез.

КИЗИЛ ОБЫКНОВЕННЫЙ

Cornus mas L.

Семейство кизиловые – *Cornaceae*

Листопадный кустарник или небольшое дерево высотой 3-5 м (до 10 м). стволы взрослых деревьев достигают диаметра 25 см, иногда 45 см, покрыты серой трещиноватой корой. Боковые побеги направлены вверх почти вертикально. Листья супротивные, яйцевидные или эллиптические, длиной до 10 см, цельнокрайние, черешковые. Листовые пластинки с обеих сторон покрыты прижатыми щетинками, которые легко обламываются и, попадая на кожу человека, вызывают неприятный зуд. Цветки мелкие, правильные, с ланцетно-треугольными лепестками, длиной до 0,2 см, ярко-желтые, собраны по 5-9 в зонтиковидные соцветия диаметром около 1 см. Соцветия располагаются на укороченных побегах. Плоды – крупные, цилиндрические или грушевидные, иногда почти шаровидные костянки длиной до 3,5 см, диаметром до 2 см, с сочной мякотью кисло-сладкого, слегка вяжущего вкуса. После морозов терпкость плодов уменьшается. Окраска плодов розовая, красная или темно-красная. В каждой костянке по 1-2 продолговатых косточек.

Цветет в марте – апреле; плоды созревают в августе – сентябре. Живет 250 лет. Размножается семенами.

Распространен в России в основном в горах Северного Кавказа, в Малой Азии, в южной Европе. Растет в подлеске лиственных лесов, на опушках и полянах, в нижнем и среднем ярусах. Издавна разводят близ домов и в садах. Выведены крупноплодные сорта. Много собирали плодов в Дагестане: в 50-х годах XX столетия до 3 тыс. тонн ежегодно. Распространился в посадках и садах с юга до Ростовской области.

Используют плоды, содержащие сахара (до 10 %); органические кислоты (2-3,5 %); пектин; дубильные вещества; эфирное масло; витамины С (до 120 мг%) и Р. В ядре косточки много жира (до 34 %).

Плоды едят в свежем виде, варят из них варенье, повидло, компоты, перерабатывают на пастилу, мармелад, сироп, алкогольные и прохладительные напитки. Свежие и сухие плоды употребляют как приправу к мясным блюдам, готовят из них маринады и соусы. Используют как сырье в кондитерской и кожевенной промышленности. Косточки плодов – хороший суррогат кофе.

В традиционной медицине плоды применяют при желудочно-кишечных заболеваниях. Фитонциды их губили тифозные, дизентерийные и некоторые другие бактерии. Против поносов дают отвары и настои плодов, толченые плоды с семенами, растертые с медом или яичным желтком. Детям при поносах советуют давать кизиловый кисель. Отвар и настой готовят из 5-10 г сухих плодов на стакан воды и пьют по ¼ стакана 4 раза в день .

Рекомендуют кизил при нарушении обмена веществ, подагре, малокровии, кожных заболеваниях. Кизиловое варенье употребляют при простуде и желудочных заболеваниях.

В листьях содержатся танниды (10-14 %). Настой веток с листьями (1 столовая ложка на 1 стакан кипятка; пьют по ¼ стакана 3-4 раза в день) также обладает вяжущим действием.

Используют кизил в традиционной медицине как желчегонное и мочегонное средство. Кору и корни кизила употребляли при малярии взамен хинина. В этом направлении свежие корни применяют и в гомеопатии [51].

В декоративном цветоводстве используют для создания живых изгородей. Используют и древесину кизила. Она очень прочная, тяжелая, имеет красивый рисунок и ценится для художественных поделок. Ранневесенний медонос.

КИРКАЗОН ЛОМОНОСОВИДНЫЙ

Aristolochia clematitis L.

Семейство кирказоновые – *Aristolochiaceae*

Встречается под названием кирказон обыкновенный.

Многолетнее травянистое растение, реже древовидная лиана высотой 30-50 см со своеобразным неприятным запахом. Корневище ползучее, покрытое сильно развитой пробковой тканью. Стебель прямостоячий, простой. Реже маловетвистый. Слегка извилистый, светло-зеленый. Листья очередные, черешковые, яйцевидные или округлые, с сердцевидным основанием, цельнокрайние, длиной до 10 см, черешки в 2-3 раза короче пластинок. Цветки по 2-8 в пазухах листьев. Плод – зеленая, грушевидная или округлая коробочка, длиной 5-6 см, раскрывающаяся шестью продольными трещинами. Семена многочисленные, плоские, трехгранные, буроватые, около 1 см в диаметре.

Цветет в мае – августе; плоды созревают в сентябре. Размножается семенами.

Распространен в России в южных районах европейской части, на Дальнем Востоке, на Кавказе по речным долинам, на заливных лугах, проникая до Ярославля и Перми, среди зарослей кустарников, в лесах и оврагах, реже как сорное в садах и огородах.

Используют корневища, листья и плоды, содержащие алколоиды аристолохин, магнофлорин; флавоноиды; аристолохиевую кислоту (капиллярный яд), нораристолохиевую кислоту; монотерпиноиды; сесквитерпиноиды; фитостерины; флавоноиды. В листьях – аристолохин, аристолохиевая кислота; эфирное масло (до 0,4 %); гликозиды; сапонины, органические кислоты и каротин. В семенах – аристолохин, аристолохиевая кислота и жирное масло.

Обладает диуретическим, слабительным, вяжущим, кардиотоническим, адаптогенным действием. В традиционной медицине листья используют при дисменорее, почечной колике, болезнях уха, горла, носа, ангине, малярии,

туберкулезе легких, анацидном гастрите, атонии кишечника; корни при укусах змей, злокачественных новообразованиях, болезнях суставов, судорогах, асците, болезнях эндокринной системы [18 б].

Растение ядовито. Содержащаяся во всех органах ядовитая аристолохиевая кислота нарушает кровообращение, поражает слизистую оболочку желудочно-кишечного тракта, почек, печени и центральной нервной системы.

У больных I степени гипертонической болезни снижает кровяное давление. В традиционной медицине водные настои [117], отвары и настойки листьев и корневищ применяют при водянке, кашле, одышке, туберкулезе легких, цинге, подагре и как мочегонное средство; для лечения язв, ран и кожных сыпей.

Листья имеют кормовое значение (для пятнистых оленей). Обладает декоративными свойствами.

КИПРЕЙ УЗКОЛИСТНЫЙ

Chamerion angustifolium (L.) Holub

Семейство кипрейные – *Onagraceae*

Встречается под названиями: иван-чай, Капорский чай. Название “Капорский чай” произошло от названия села Копорье (Петербургской губернии), откуда иван-чай шел в Европу на экспорт.

Многолетнее корнеотпрысковое растение высотой 50-150 см с толстым ползучим многоярусным корневищем. Стебли прямостоячие, густооблиственные. Листья очередные, ланцетные, сидячие, длиной 4-12 см, шириной 7-20 мм. Цветки собраны в конечную редкую кисть длиной 10-45 см. Венчик слегка неправильный, от пурпурного до бледно-розового цвета, 2,5-3 см в поперечнике; тычинок 8, из них 4 длиннее остальных; столбик с 4-раздельным рыльцем. Плод – стручковидная 4-створчатая коробочка длиной до 8 см. семена голые, продолговато-овальные, длиной 1,1 мм и шириной 0,3 мм, с хохолком из длинных белых волосков.

Цветет с июня до сентября; плодоносит с августа по октябрь.

Размножается семенами. Каждое растение способно дать до 20 тысяч семян, легко распространяемых ветром. Репродуктивные органы формирует начиная с третьего года жизни. Семенное размножение в условиях культуры возможно, но ограничено трудоемкостью ухода за медленно развивающимися посевами. Возобновление растений в природных условиях происходит как семенами, так и с помощью корневищ, имеющих много точек роста и дающих массу придаточных почек. Поэтому иван-чай часто встречается в виде больших естественных зарослей. Сырьевые запасы его практически не ограниченны.

Иван-чай узколистный, как вид голарктического типа, широко распространен в природе. Он охватывает почти всю Европу, Кавказ и Среднюю Азию. Простирается от Урала на север до Ледовитого океана и на восток до Тихого океана, включая остров Сахалин. Произрастает в Малой Азии, Монголии, Китае, Японии, Тибете, на островах Мадейра и почти во всех странах Северной Америки. Обширные заросли иван-чая отмечены на южном склоне Гиссарского хребта, в Ульяновской области, в горных районах Кавказа, на берегах Ангары, в Карелии, а также во многих других местах лесной и лесостепной зоны северного полушария.

Места естественного произрастания: негустые темнохвойные, смешанные, сосновые, лиственничные и березовые леса; часто на гарях, лесных опушках, вырубках, сухих торфяных болотах. Иван-чай предпочитает слегка повышенные, слабоволнистые и пологие склоны; рыхлые слабокислые почвы, хорошо дренированные, легкого механического состава. Обеспеченные зольными элементами питания и азотом.

Биологическим особенностям иван-чая и возможности выращивания его в условиях Московской области, была посвящена диссертационная работа Загуменниковой Т.Н. (1985 г.) под руководством одного из авторов (Рабиновича А.М.) “Биологические особенности иван-чая узколистного при интродукции в средней полосе европейской части СССР“. В результате была

установлена возможность и экономическая целесообразность производства сырья соцветий кипрея узколистного не только в Московской области, но и в других регионах России.

Используют зеленую массу растений, собранных в фазе цветения и богатую питательными веществами: протеином (18,8 %); жиром (5,95 %); клетчаткой (16,62 %); кальцием (0,75 %); фосфором (0,43 %) и другими веществами. В траве и листьях обнаружены флавоноидные гликозиды (2,5-4,1 %); полисахариды; витамин С (до 660 мг%); танины (10-20 %); слизи и дубильные вещества (до 15 %), а также кверцетин, витамин Р и вещества алкалоидной природы. Используют также сухие соцветия, которые содержат до 10 % биологически активных веществ полифенольного комплекса. В их состав входят димерные и олигомерные танины, представляющие интерес для онкологической практики.

Отвар и настойку из травы иван-чая используют при нарушениях обмена веществ, маточных кровотечениях, язве желудка и двенадцатиперстной кишки, заболеваниях печени и желчного пузыря, ОРЗ; для промывания ран и в виде компрессов при ушибах и болях в суставах.

Все органы растения находят применения в качестве пищевых и кормовых продуктов и добавок. Листья служат заменителем настоящего чая. Из корней, богатых углеводами, приготавливают муку, пригодную для изготовления лепешек и как примесь к хлебу.

Усиливает иммунную реакцию организма. Показан при раковых заболеваниях. Улучшает обмен веществ, работу желудочно-кишечного тракта, обладает противовоспалительным, антисептическим и противосудорожным действием. Рекомендован при ушибах, болях в суставах, как сахаропонижающее и снотворное средство и снимающее головную боль средство.

При болезнях предстательной железы готовят настой травы: 2 чайные ложки травы с цветками залить 200 мл горячей воды и настоять до комнатной температуры; пить по 3-4 стакана в день. При раке простаты и

раке яичников необходимо выпивать в сутки 2 чайных чашки кипрея (иван-чая); для этого щепотку измельченных цветков или травы настаивают в горячей воде 10 минут [23]. При раке простаты и мочевого пузыря 1 чайную ложку (с верхом) травы кипрея заливают 250 мл кипятка, настаивают 0,5 часа и принимают ежедневно по 2 чайных чашки (утром и вечером за 30 минут до еды) [23].

Иван-чай следует применять при приступах изжоги. Для этого 1 столовую ложку измельченных высушенных листьев заливают 1.5 стаканами кипятка, настаивают до охлаждения, процеживают и пьют во время приступа маленькими глотками до ⅓-½ стакана настоя.

В ВИЛАРе и ВОНЦ (Всероссийском онкологическом центре Минздрава РФ) в течении 10 лет проводился широкий круг исследований с иван-чаем. Из соцветий было выделено и изучено химическое вещество ханерол, обладающее широким спектром действия не только на прививаемые опухоли, но и в клинических испытаниях на людях.

В Тибетской медицине его использовали как жаропонижающее и снотворное средство, лечили им головную боль. На Руси кипрей издавна применялся в традиционной медицине. Использовали его в качестве болеутоляющего, успокаивающего и противосудорожного средства, при нарушениях обмена веществ, как противовоспалительное средство при желудочно-кишечных заболеваниях, воспалениях носа и горла, при запорах и маточных кровотечениях [23].

Выраженное противовоспалительное и обволакивающее действие кипрея связано с большим содержанием в нем танина и слизи.

Иван-чай действует успокаивающе на нервную систему, по своим транквилизирующим свойствам несколько уступает валериане.

Чай из его листьев не уступает букетом натуральному черному чаю. Соответственно обработанные листья иногда использовались как заменитель китайского чая. Листья на чай изготавливали следующим способом : завяленные листья скручивали на ладонях или закатывали на столе (доске),

пока они не сделаются сырыми и липкими; затем их складывали в ящик или горкой в кучу, накрывали влажной тканью и оставляли для брожения на 7-9 часов; затем рассыпают на противне и сушат в слегка горячей духовке или на солнце, следя за тем, чтобы сырье не подгорело или не слишком пересохло. Можно сразу же заваривать, а можно выдерживать до 3-х лет – как у хорошего вина вкусовой букет будет только накапливаться. Чай хранят в банке с плотно закрывающейся крышкой. Заваривают “копорку“ как и обыкновенный чай (1 чайная ложка на стакан кипятка). У заваренного кипрейного чая цвет цейлонского и приятный запах, а вкус лучше, в нем нет терпкости (ведь в обычном чае содержатся дубильные вещества). Кипрейный чай дает общеукрепляющий эффект и хороший полноценный сон.

В народе кипрей знают как иван-чай. О его благотворном воздействии на наш организм было известно издревле. Чай для бояр и душных людей, богатырский чай – старинный и почитаемый на Руси напиток. Его пьют горячим и холодным. Заваривая из расчета 2 чайные ложки на стакан воды. Он успокаивает, отрезвляет, устраняет головные боли, помогает при бессоннице, белой горячке, инфекциях и простудах. И при повторной заварке сохраняет свои целебные качества.

Русский чай, который получали из кипрея, не уступал по свойствам лучшим сортам китайского чая. Англичане тысячами пудов закупали в прошлом веке копорский чай, изготовленный в селе Копорье, что под Санкт-Петербургом. Он обладал особым ароматом и вкусом. Рецепт копорского чая примечателен тем, что собранные кипрейные листочки быстро замораживали, затем размораживали и перерабатывали. Жители туманного Альбиона внесли иван-чай в Большую Британскую Энциклопедию, описав множество его чудодейственных достоинств.

При анемии отвар (3 столовые ложки сушеной травы на 0,5 л воды кипятят 15 минут) надо пить по 1 столовой ложке 3-4 раза в день.

Кипрей обладает противоязвенным, противовоспалительным действием, регулирует желудочно-кишечные функции, являясь незаменимым

средством при лечении заболеваний желудочно-кишечного тракта. При язвенной болезни желудка, двенадцатиперстной кишки, гастрите с повышенной кислотностью, энтероколите, принимают отвар листьев и цветков: 3 столовые ложки измельченного сушеного сырья на 1 стакан горячей воды, кипятить 15 минут на слабом огне, охладить, процедить, принимать по 2 столовых ложки 3 раза в день во время еды при указанных заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

Приготовленный точно также отвар травы (3 столовые ложки на стакан кипятка) рекомендуется использовать для полоскания горла при ангине.

Настой иван-чая: 15 г сухих листьев и цветков залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3-4 раза в день перед едой.

Все части кипрея пригодны в пищу. Сладкие корневища можно есть сырыми или, подсушив, сделать из них кофейный напиток. Из майских листьев готовят богатый витаминами салат с большим содержанием легкоусвояемого белка.: 100 г молодых побегов иван-чая с листьями, 50 г зеленого лука. 2 столовые ложки тертого хрена, 20 г сметаны, ¼ лимона, соль и перец - по вкусу. Побеги и листья опустить в кипяток на 1-2 минуты, дать воде стечь и нашинковать; добавить измельченные лук, хрен и соль; перемешать и заправить сметаной с добавлением лимонного сока. Рекомендуем приготовить также зеленые щи : 100 г свежей зелени Иван-чая, 100 г крапивы, 100 г щавеля, 200 г картофеля, морковь, луковица, 20 г маргарина, пол-яйца, 20 г сметаны, соль и специи – по вкусу. Зелень погрузить в кипяток на 1-2 минуты, откинуть на сито, чтобы стекла вода, нашинковать и потушить с жиром; нарезанные морковь и лук пассировать; в кипящий бульон или воду добавить приготовленную зелень и варить до готовности; за 10 минут до окончания варки добавить соль и специи. Яйцо и сметану положить в тарелки со щами при подаче на стол.

КЛЕВЕР ЛУГОВОЙ

Trifolium pratense L.

Семейство бобовые – *Fabaceae*

Двулетнее или многолетнее травянистое растение с приподнимающимися стеблями высотой до 80 см. Корневая система стержневая, сильно разветвляющаяся на тонкие корешки. Листья очередные, тройчатые, с черешками. Листочки эллиптические, часто с белым рисунком на верхней стороне. Цветки бледно-красного, красно-лилового или темно-пурпурного цвета, собраны в крупные шаровидные соцветия – головки, окруженные снизу верхушечными листьями. Плод – одно-двусемянный овальный боб с мелкими семенами желтого или фиолетового цвета.

Цветет с мая до сентября; плоды созревают в сентябре – октябре. Размножается семенами.

Распространен почти по всей территории нашей страны на лугах, полянах, опушках, в зарослях кустарников.

Используют головки клевера вместе с верхушечными листьями, собранные в начале цветения.

Из клевера (цветки, листья и трава) выделены гликозиды (трифолин и изотрифолин), алкалоиды, витамины Е, С, Е, К, Р, каротин, группы В в надземной части содержатся также эфирное масло (до 0,3 %); дубильные вещества (до 8 %); ситостеролы; смолы; жирное масло (до 4,3 %); сапонины (до 10 %); органические кислоты (кумариновая и салициловая) и пигменты [6].

Соцветия, листья, семена обладают отхаркивающим, вяжущим и седативным свойством, оказывают диуретическое, противовоспалительное, антисептическое действие. Используются при головной боли, болезнях глаз, скрофулезе, головокружениях.

В традиционной медицине используется при астении, авитаминозе, малокровии и атеросклерозе. Клевер обладает кровоостанавливающим, отхаркивающим, вяжущим, мочегонным и антисептическим действием.

Применяется при острых заболеваниях дыхательных путей (бронхиальная астма, болезни легких, кашель), при поносах, заболеваниях почек, а также малярии; сок из травы рекомендовали при бронхитах, астме, хроническом кашле. Готовили отвар из 20 г соцветий клевера на стакан воды и пили по ⅓ - ½ стакана 3-4 раза в день. Применяли его и в качестве мочегонного средства. Пили и как общеукрепляющее средство при малокровии.

Наружно применяется для примочек при ожогах и в виде припарок при нарывах, фурункулезе [135 а].

При вышеуказанных заболеваниях готовили настой из расчета: 3 столовые ложки сухой травы заливают 2 стаканами кипятка в термосе на 6-8 часов. Настой выпивают в три приема за 20-40 мин до еды.

По данным народных корреспондентов, настоем из цветущего клевера и корней лопуха лечат туберкулез легких. Принимают по стакану 4 раза в день [91].

Рекомендовали клевер при лечении атеросклероза с нормальным артериальным давлением, сопровождающимся шумом в ушах. Для этого 40 г растения настаивали в 50 мл 40% спирта (водке) в течении 10 суток, процеживали и применяли по 20 мл перед обедом или перед сном. Курс лечения – 3 месяца с перерывами через каждый месяц на 10 дней. Через 6 месяцев курс лечения повторяют.

В гомеопатии применяется этот вид клевера при нейроциркулярной дистонии и заболеваниях органов дыхания [65], золотухе и в качестве ранозаживляющего средства.

Чистый сок с другими компонентами применялся при лечении эпилепсии; использовали семена клевера и как противоядие при укусах скорпионов. Кроме того семена обладают возбуждающим действием на половую систему [2]. Настойкой цветков на Руси лечили грыжу [80], а на Кавказе настой цветков применяли при ломоте в суставах и подагре.

Наряду с клевером луговым целебными свойствами обладают: клевер гибридный при твердых опухолях и болях в голове, к. ползучий, к. красноватый, к. пашенный при кашле; клевер земляничный, к. горный при болях в животе, к. темнокаштановый, к. красный .

КЛЕВЕР ПОЛЗУЧИЙ

Trifolium repens L.

Семейство бобовые – *Fabaceae*

Встречается под названиями: хрещатый барвинок, белоголовка, белая дятлина, белая кашка, белый клевер, лидовик, белая макушка, горишка, хрестики, яблучка, калиник, медок, трилистник выродочный.

Многолетнее травянистое растение с многоглавым корнем и укороченным главным стеблем до 4 см длины. Пазушные побеги длиной до 30 см, ветвистые, укореняющиеся в нижних узлах. Листья на длинных восходящих черешках, тройчато-рассеченные, длиной до 30 см. Цветки белые, иногда бледно-желтые, розовые или зеленоватые; собраны в рыхлые головки диаметром до 2 см из 30-80 цветков. Плод – линейный кожистый боб с 3-4 семенами.

Цветет с мая по октябрь; плоды созревают в сентябре – октябре.

Распространен повсеместно в европейской части России, на Кавказе, в Западной и Восточной Сибири, Средней Азии, на Дальнем Востоке. Произрастает на сырых лугах, выгонах, вдоль дорог. Встречается очень часто.

В цветках эфирное и жирное масло (3,5 %); в траве гликозид трифоллин; танины; салициловая кислота; ксантин, хипоксантин; аспарагин, гуанин, тирозин [46]; витамин С (в фазе цветения до 135 мг%) [29]. Во всех органах найдены алкалоиды [11].

В традиционной медицине используют как всю цветущую надземную массу, так и отдельно листья, цветки, свежий сок, сухую траву и даже семена.

Сведения об этом виде клевера имеются в русских травниках конца XVII - начала XIX века.

Чай из его листьев и травы, настойку из цветков широко применяли при различных женских заболеваниях [41,135]. При лечении простудных заболеваний (кашель, боли в горле, “ломота“ суставов) применяли настой цветков [51]. Сироп из клевера применяли при лечении кашля у детей. Припарки из сухой травы снимали боли при воспалениях и твердых опухолях [22]. Еще у Авиценны имеются сведения о лечении ревматизма травой и маслом, получаемым из семян клевера. Масло клевера обладает слабительным действием, уменьшает боли в матке и яичниках; применяли его и при водянке. Сок травы с медом рекомендовали для очищения язв и в глазной практике для сведения бельма и пелены с глаз.

КЛЕН ЛОЖНОПЛАТАНОВЫЙ

Acer pseudoplatanus L.

Семейство кленовые – *Aceraceae*

Листопадное стройное дерево высотой 25-30 (40) м с густой широкоэллиптической кроной и стволом правильной цилиндрической формы. Листья крупные, до 16 см длины, пятилопастные, сверху темно-зеленые, снизу сизовато-белые. Лопасти заостренные, крупно-зубчатые. Цветки желтовато-зеленые, с приятным запахом, собраны в густые длинностебельчатые кисти длиной 6-12 см. плоды – крылатки, расходящиеся под прямым или острым углом. Семя длиной 3-5 см.

Цветет в мае; плоды созревают в августе – сентябре.

Распространен в западной части Украины и на Западном Кавказе.

Химический состав изучен слабо.

На Руси издавна использовали молодые листочки в виде отвара при желтухе, цинге. Для приготовления отвара брали 2 горсти листочков или сочных ростков, заливали их 400 мл воды, упаривали до 240 мл и пили в течении дня.

При лечении глазных болезней отваривали листья с виноградным вином и прикладывали к воспаленным глазам.

При заболевании печени и селезенки мелко изрубленные зеленые листья и отпрыски, отваренные с водой и уксусом, применяли в виде припарок.

Путем надрезов в коре весной получали приятный сладкий сок. В народе называли его ”кленовиною”. По своей активности он превосходил известный березовый сок, и принимали его при цинге по бутылке в день.

Толченые листья и сок обладают ранозаживляющим действием. Их с успехом прикладывали к “цинготным язвам” и “нечистым ранам” с последующим промыванием кленовым соком.

Известно, что в Канаде из сока клена получали сахар, который применялся при кашле, грудных болях, других простудных заболеваниях. Из 8 л сока получали 400 г кленового сахара. Наибольшее количество сахара в соке накапливается зимой (ноябрь – май). Каждое крупное дерево клена способно ежегодно дать 80 л сока.

Существовал хороший рецепт приготовления напитка здоровья из кленового сока. Для этого брали 3-4 кружки сока, клали в него 400 г меда или сахара, добавляли лимонную кожуру и немного гвоздики для аромата, варили ровно час, снимая пену. После остывания отвар заквашивали 3 столовыми ложками дрожжей; давали перебродить. Полученную чистую жидкость сливали в бутылки, оставляя осадок. Горловину бутылки “засмаливали” и ставили в погреб. Применяли этот эликсир бодрости при частых болях в пояснице (радикулит, ишиас), мочекаменной и почечнокаменной болезнях. Часто в напиток добавляли изюм. Такой напиток заготавливали часто впрок на все лето. Сироп используется в хлебопечении.

Зеленые листья с квасцами окрашивают шерсть и полотно в прекрасный желтый цвет. С железным купоросом получают черно-бурый или каштановый цвета [39].

КЛОПОГОН ДАУРСКИЙ

Cimicifuga dahurica (Turcz.) Maxim.

Семейство лютиковые – *Ranunculaceae*

Известно под названием цимицифуга даурская.

Многолетнее травянистое растение высотой до 200 см с горизонтальным, толстым (до 3 см) корневищем и большим количеством шнуровидных корней. Стебли прямые, бороздчатые, маловетвистые, голые, иногда опушенные. Листья очередные, сложные, тройчатые, сверху темно-зеленые, снизу более светлые, нижние на длинных черешках, верхние почти сидячие. Цветки мелкие, кремово-белые, с медовым запахом, собраны в высокие сильноветвистые верхушечные и пазушные метельчатые соцветия. Плоды – сухие листовки на коротких ножках, по 3-7 на цветоножке. Семена темно-бурые, покрытые желтоватыми пленочными чешуйками, собраны по 4-6 в листовке.

Цветет в июле – августе; плоды созревают в августе – сентябре. Размножается семенами и вегетативно (отрезками корневищ).

Распространен в России на Дальнем Востоке – в Приморском и Хабаровском крае; в Восточном Забайкалье – в Амурской и Читинской областях. Растет на северных склонах на высоте 400-500 м н.у.м. в молодых дубовых лесах, в черноберезовых лесах, на лесных опушках и в зарослях кустарников.

Используют корневище с корнями, содержащие алкалоиды; флавоноиды; изоферуловую и салициловую кислоты; фитостерин; танин; сапонины и гликозиды, кверцетин, кемпферол; смолы.

Настойка из корневищ цимифуги (20 %) обладает успокаивающим и гипотензивным действием при начальных стадиях гипертонической болезни (I – II стадии). Она вызывает постепенное стойкое снижение артериального давления до нормы; прекращает головные боли и восстанавливает сон.

Применяют в качестве успокаивающего средства при сердечной астме, мигрени, истерии, невралгии, для улучшения секреции бронхиальных и пищеварительных желез, при оспе, сибирской язве.

Препараты клопогона достаточно широко используются в Корее. Подземная часть используется при токсикозах беременных и патологическом течении климакса, при головной боли.

В традиционной медицине, например, для удаления сыпи при кори, измельченные корневища подогревают вместе с медом и принимают внутрь; саму сыпь смазывают ватным тампоном, смоченном в отваре клопогона.

В гомеопатии применяются: *Cimicifuga – Injeel (forte) S(D4),D12,D30,D200.*

Является кормовым растением для ятнистого оленя.

КНЯЖЕНИКА АРКТИЧЕСКАЯ

Rubus arcticus L.

Семейство розанные - *Rosaceae*

Многолетнее травянистое растение с длинным, тонким ползучим корневищем. Надземные побеги прямостоячие, высотой до 25 см. Листья тройчатые. Цветки одиночные, диаметром до 2 см; ими заканчиваются стебли надземных побегов. Венчик розовый или темно-розовый. В отличие от других видов рода, у нее чаще от 6 до 10 лепестков. Плоды красные или темно-красные, похожи на плоды малины, но несколько мельче.

Цветет с июня до осени; плоды созревают в июле – августе. Размножается семенами и вегетативно – делением.

Распространена в Скандинавских странах и Северной Америке. В России – в Сибири и на Дальнем Востоке, нередко встречается и в северной половине европейской части. Растет по сырым лесам, окраинам болот, полянам, в тундре, в заболоченных редколесьях, на гарях и вырубках, на сырых материковых лугах.

Используют очень вкусные, сладкие и ароматные ягоды, содержащие сахара (7 %), представленные в основном глюкозой и фруктозой; лимонную (1-2 %) и яблочную кислоты; дубильные, красящие и ароматические вещества, много витамина С (до 200 мг%).

Варенье из плодов очень душистое, вкусное, с привкусом ананаса и персика. Ягоды едят в свежем виде, делают компоты, мармелад, морс, отжимают сок. Молодые листья, высушенные на солнце, заваривают и пьют как фруктовый чай. Суррогатом чая являются и сухие плоды [50].

В традиционной медицине используются плоды и листья. Настои ягод дают пить больным как жаропонижающее средство и для утоления жажды. Отвары и настои свежих и сухих ягод применяют внутрь для полоскания при кашле, катарах верхних дыхательных путей, бронхиальной астме. Настои из листьев используют для полоскания горла и как закрепляющее средство. На Камчатке листья прикладывают к ранам для ускорения их заживления [139].

КНЯЖИК СИБИРСКИЙ

Atragene sibirica L.

Семейство лютиковые – *Ranunculaceae*

Встречается под названиями дикий хмель, хмель.

Лазящая лиана с тонкими стеблями до 5 м длины. Благодаря длинным черешкам листьев, она обвивает опоры. Листья дважды тройчатые. Цветки с двойным околоцветником, кремово-белого цвета, чашелистики яйцевидно-ланцетные, длиной 3-5 см . Лепестки в 2-3 раза короче их. Плодик несет длинный перисто-опушенный столбик. В связи с этим , соплодие имеет вид серебристо-зеленоватого султана.

Цветет в июне – июле; плоды созревают в августе – сентябре.

Распространен княжик на севере и северо-востоке европейской части России, в Западной и Восточной Сибири, кроме тундровой зоны. Встречается на Дальнем Востоке, в горах Тянь-Шаня, в восточной части Памиро-Алая. Обычно в хвойных и лиственных лесах (по опушкам), чаще в приречных

лесах и кустарниках. В горах взбирается по каменистым склонах в безлесных поясах.

Химический состав достаточно не изучен.

Установлено лишь наличие алкалоидов [10]. В траве – тритерпеновые сапонины; протоанемонин; полисахариды; сердечные гликозиды; флавонолы; кофейная и хинная кислоты; сахара; витамин С; микроэлементы; фитонциды. В семенах жирное мсло (до 10 %).

Надземная часть и ветки используются при диарее, болезнях печени, при новообразованиях (раке желудка), при абсцессах [23].

В традиционной медицине используется как абортивное средство [67]. Кроме того, рекомендуют “траву заваривать и пить если человек чахнет; также от простуды”. Имеются сведения о применении отвара травы при головной боли, головокружении, гриппозных заболеваниях, пневмонии, туберкулезе легких, при лихорадке [13]. Также применяют при сердечной слабости, поносе, нарушении обмена веществ и для улучшения зрения. Наружно используют при параличе и ревматизме.

Выявлено антибактериальное действие, листья обладают тонизирующим и общеукрепляющим действием, цветки оказывают кардиотоническое и ранозаживляющее действие.

Княжик можно использовать в качестве инсектицида: настой и настойка травы, дуст из сухих листьев губительно действует на муравьев, клопов, вшей и других насекомых .

Растение ядовито. Обладает декоративными свойствами.

КОЛОЦИНТ ОБЫКНОВЕННЫЙ

Citrullus colocynthis (L.) Schrad.

Семейство тыквенные – *Cucurbitaceae*

Встречается под названиями арбуз колоцинт и “горькая тыква”.

Многолетнее травянистое растение, лиана с мясистым корнем и стелющимися побегами до 3 мм в диаметре. Стебли достигают длины 2 м.

Листья очередные, черешковые, 5-12 см длины, сверху темно-зеленые, снизу пепельно-серые, с обеих сторон опушенные. На стебле и при основании листьев расположены тонкие, не ветвистые, двураздельные усики. Цветки желтые, однополые, одиночные, расположены в пазухах листьев, на сильно опушенных цветоножках. Плод (тыквина) вначале имеет светло-зеленую окраску, при созревании желтого цвета, сильно опушенный (до созревания, затем голый, шаровидный (обычно около 10 см в поперечнике). Мякоть плода беловатая или желтоватая, губчатая, горькая, легко распадается на 3 части. Семена продолговато-яйцевидные, плоские, гладкие, зеленовато-желтые или бурые, до 7 см длиной.

Цветет в августе – сентябре; плоды созревают в сентябре – октябре.

Родина – Северная Африка. На Руси заносное сорное растение. Произрастает в Тедженском оазисе Туркменистана в сухих песчаных степях и полупустынях.

В плодах содержится фитостеролин цитруллол, α-элаторин, α-спиностерин; эфирное масло; глюкозид колоцинтин. В семенах жирное масло (до 23,6 %). В корнях α-элатерин (0,2 %); алкалоиды; гликозиды; сапонины; смола [6].

Плоды колоцинта обладают сильным слабительным действием. В больших дозах имеют побочное действие и могут вызвать гастроэнтерит, цистит, нефрит. Применяют их в виде настойки плодов, экстракта (в порошке или пилюлях).

Колоцинт называют в народе “чертово яблоко”. На юге России его разводили в садах.

В небольших дозах плоды обладают мочегонным, противоглистным свойствами; способствует ускорению процессов при задержке месячных. В больших дозах действует как сильное слабительное средство с болью и резью в кишечнике. Иногда используют как абортивное средство.

Применяли колоцинт и при умопомешательстве, при эпилепсии, при лечении паралича. Мякоть колоцинта смешивали с 1,2 г свиного сала,

втирали в область живота и получали хороший эффект при тяжелых психических заболеваниях: у больных отмечался спокойный сон и мочегонный эффект. Рекомендовали этой мазью натирать живот младенцев при появлении у них глистов.

Отвар готовили из 1,8 г мякоти на 180 мл воды. Это же количество колоцинта смешивали с мякишем белого хлеба и давали на прием 0,12 – 0,3 – 0,7 г.

Применяли и настойку колоцинта. Для чего брали 15 г очищенной мякоти и настаивали ее на 180 мл французской водки или разведенного винного спирта, прибавляя 7,5 г семян аниса, настаивали, процеживали, выжимали и принимали по 10-15 (иногда по 20) капель 3-4 раза в день с водой в основном при нервных припадках. При сумасшествии дозу доводили до 30-60 капель. При головных болях принимали по 15-20 капель настойки. Использовали колоцинт и для лечения зубной боли, венерических заболеваний.

Интересен рецепт использования колоцинта в качестве глистогонного средства. Мякоть его плодов смешивали с желчью быка и прилагали к пупку – при этом больных начинало слабить, глисты погибали и выходили.

Плоды использовались также для получения черной краски для шелковых тканей.

В ветеринарии пользовалось популярностью проверенное средство для лечения лошадей при параличе ног. Высушенная мякоть колоцинта, истертая в порошок, давалась в дозе 12,8-25 г. Смешивали ее в большие катышки с мякотью хлеба [141].

По действию своему колоцинт не уступал известному сабуру [120].

КОПЫТЕНЬ ЕВРОПЕЙСКИЙ

Asarum europaeum L.

Семейство кирказоновые – *Aristolochiaceae*

Многолетнее травянистое растение до 10 см высоты с ползучим, ветвистым корневищем, однолетними побегами и двумя (реже тремя) сближенными длинночерешковыми зимующими листьями. Пластинка листа округло-почковидная, темно-зеленая, кожистая, шириной 5-8 см. Цветки по одному расположены на верхушках побегов, пазушные, зеленовато-пурпурного цвета. Плод – шестигнездная коробочка. Семена треугольно-яйцевидные, слегка сплюснутые до 3 мм длины.

Цветет в мае; плоды созревают в июне.

Ареал в Европе, в т.ч. в России – в средней полосе и на юге европейской части, в Западной Сибири, на Дальнем Востоке, изредка встречается на Алтае. Произрастает в смешанных и широколиственных лесах, часто в зарослях лещины.

Используют свежее корневище или все растение. Корневище, корни и трава содержат эфирное масло (до 4 %). В состав его входят ядовитые летучие вещества азарон и диазарон. (в масле их до 35 %). Кроме того, в эфирном масле содержатся азариловый альдегид (2-3 %), ℓ–пинен (1-2 %), эвгенол (12-15 %), метил-эвгенол-борнилацетат. В состав надземной части входят также танины; смолы; слизи; гликозиды; сесквитерпиноиды; алкалоиды.

Копытень – очень ядовитое растение. Следует применять его с осторожностью [16].

В традиционной медицине копытень применяется на основании его отхаркивающего, рвотного, желчегонного, обезболивающего и мочегонного действия. Назначают его при бронхитах, гастритах с пониженной секреторной функцией желудка, при гепатохолециститах и пиелонефритах. На кишечник он действует как легкое слабительное средство. Имеются сведения, что копытень помогает при болезненных менструациях у молодых женщин.

Назначают при рвоте с тошнотой и ознобом; при давящей боли в желудке и кишечных коликах; при ощущении жара во всем теле (но

холодных руках и ногах); при катаральных состояниях (насморке); при сжатии в горле с прерывистым дыханием; при режущей боли в левом легком с ощущением сжатия (при этом в правом легком наблюдается жесткое пульсирующее давление).

Наружно отвар копытня применяют для примочек при головной боли; истолченные листья в свежем виде – при нарывах; соком натирают места, пораженные чесоткой.

При сердечной недостаточности противопоказано принимать его.

Обычно приготавливали настой из расчета: 2 чайные ложки копытня заливают стаканом кипятка и настаивают (лучше в термосе) – суточная доза.

Применяют копытень при многих заболеваниях. В поэме “О свойствах трав” [120] указывалось:

“Лечит водянку и частым принятием исхиас гонит,

А при страданиях матки отвар из него помогает.

Выпьешь его, и изгонит он, - сообщают, - желтуху”

Корень и листья копытня применяли при меланхолии в виде порошка от 1,2 до 2,1 г через каждые 2 часа или отвар по 8,5 г порошка по половине чайной чашки [85].

В словаре болезней (1859) приводится рецепт лечения копытнем запоя и неумеренного пьянства.

Для этого рекомендовали взять 15 г корня копытня в порошке, залить его 400 мл горячей воды. Настаивали и, когда жидкость остынет, процеживали. Вливали в 0.5 л бутылку и дополняли настой простым хлебным вином, чтобы бутылка была полная.

Применяли настой по рюмке 3 раза в день. Прибавляя в него каждый раз по 15 г порошка вышеуказанного корня. Однако надо давать корень до тех пор, чтобы больного только тошнило, а не рвало. Если же начнет его рвать, то надо уменьшить прием порошка. При этом следует продолжать употребление настоя неделю или более.

Используют и листья копытня. По данным народных корреспондентов, берут поровну листья копытня и цветки цмина (бессмертника песчаного), и готовят настой из 15 г смеси на стакан кипятка. Это дневная норма, которую в 3-4 приема выпивают при желтухе. Настой из 1 г листьев на стакан кипятка принимают по столовой ложке 3-4 раза в день при гипотонии. Можно 20 г листьев или корней настаивать на 100 мл спирта или стакане водки и принимать такую настойку по 20 капель [91].

В гомеопатии применяются: *Asarum – Injeel (forte) (D4), D8, D12, D30, D200.*

Является ароматизатором в пищевой промышленности и косметике (для приготовления туалетной воды, одеколона, дезодорантов, зубных паст) [18 б].

КОТОВНИК КОШАЧИЙ

Nepeta cataria L.

Семейство яснотковые – *Lamiaceae*

Встречается под названиями: болячная трава, глушняк, кошки, кошечник, кошачья мята, кошкина трава, мята полевая, мята степная, маточник, утренник, шандра душистая.

Многолетнее травянистое растение высотой 40-100 см с ветвистым и деревянистым корнем, не выраженным корневищем и прямостоячим, прочным стеблем, коротко белоопушенным. Листья супротивные, треугольно – яйцевидные с сердцевидным основанием, заостренные; стеблевые листья 2-8 см длины и 1,2-4 (5) см ширины, черенки опушенные. Цветки грязновато-белые или розоватые, собраны в коротких кистях на концах побегов и пазушных ветвей. Верхние полузонтики малоцветковые, почти сидячие. Венчик цветков 7,5-10,0 см длиной. Плод – орешек эллипсоидальной формы, гладкий, длиной 1,3-1,5 мм и шириной 0,8-1,0 мм, коричневого цвета.

Цветет в июне – июле; плоды созревают с июля.

Распространен в европейской части России, чаще в южных областях, в Западной Сибири, а также в Крыму и на Кавказе. Заносное растение в южной части Дальнего Востока и в Средней Азии. Встречается обычно на опушках лесов, в зарослях кустарников, по берегам рек, на луговых склонах, в горах до субальпийской зоны. Часто на сорных местах, в садах и огородах.

В надземной части эфирное масло (до 3 %); аскорбиновая кислота; алколоиды (до 0,1 %); гликозиды; сапонины; дубильные вещества [134]. Масло состоит из цитраля, лимонена, дипентена, гераниола, цитронеллола, нерола, сесквитерпена, эфиров уксусной, масляной и валериановой кислот. В плодах жирное масло (24,8 %).

В традиционной медицине применяют траву и листья при простудных заболеваниях, при малокровии, катаре желудка. Котовник имеет широкий спектр фармакологической активности. Эфирное масло обладает антибактериальной и антимикотической активностью.

Отвар в теплом виде, настой принимали внутрь и для ванн при задержке менструации [16]. Отвар, настой и припарки рекомендовались как возбуждающее, антиспазмотическое, противосудорожное и потогонное средство; применяли их при грудном и кишечном катаре, упорном кашле на нервной почве, головной боли [152].

Отвар травы возбуждает аппетит; применяли его при одышке, желудочных заболеваниях [135 а]; при болезнях печени, желтухе [25].

Растение может быть использовано в мыловарении, в парфюмерной и пищевой промышленности, для ароматизации напитков – чая, в консервном производстве. Является прекрасным медоносом. С 1 га плантации дает до 250 кг меда.

Котовник имеет особый запах, который очень притягивает кошек. Откуда у него и пошли народные названия.

Кроме вышеуказанных лечебных свойств, котовник обладает противоглистным действием; сок из травы, втянутый в ноздри, способствует отделению носовых мокрот. Применяли его и при истерии.

Для приготовления настойки брали 3,7 г травы или цветущих верхушек и 120 мл белого вина. При приеме порошка из цветущих верхушек разовая доза составляла 1,2 г; принимали ее 3-4 раза в день. В случае приема свежевыжатого сока разовая доза составляла 60 мл. при введении настоя в виде клизм 30 г травы настаивали в 400 мл жидкости.

Пчеловодам следует знать, что на пасеках развешивали пучки с травой котовника для приманки кошек, которые тут же и расправлялись с крысами и мышами. Этими же качествами обладает и майоран [120].

Эфирное масло (форма с лимонным запахом) используется в парфюмерии и косметике.

Обладает декоративными свойствами.

КРЕСТОВНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

Senecio vulgaris L.

Семейство астровые – *Asteraceae*

Встречается под названиями: параличник, живительная трава.

Однолетнее растение с прямым маловетвистым стеблем, высотой до 50 см. Листья очередные, продолговато-обратнояйцевидные, зубчатые; нижние – черешковые, остальные сидячие, перистолопастные. Цветочные корзинки желтые, продолговатые, собраны в негустое щитковидно-метельчатое соцветие. Цветки трубчатые, обоеполые. Плоды продолговатые, темно-коричневые или серые семянки.

Цветет в июле- августе; семена созревают в сентябре.

Распространен в районах северной равнинной тайги и в лесостепях. Встречается на полях, огородах, вдоль дорог, у жилья.

В надземной части содержатся ядовитые алкалоиды сенецин и сенеционин, аскорбиновая кислота, безазотистые вещества [135 а].

В традиционной медицине использовался как противовоспалительное, противосудорожное, обезболивающее, мягчительное, регулирующее менструацию средство. Применяли крестовник и при параличах.

Настой травы применяют при истерических судорогах, желудочно-кишечных коликах, при дисменорее. Готовили настой из расчета: чайная ложка сухой травы настаивалась в 2 стаканах кипятка, настаивали в течении часа и пили по столовой ложке 2-3 раза в день.

Трава этого вида крестовника, тертая и сваренная с маслом, прикладывается к отвердевшим грудным железам, геморройным шишкам, нарывам, а также при ломотах [141].

Издавна на Руси трава применялась для борьбы с круглыми глистами, при коликах в животе, желтухе и простуде. Использовали ее при кровохарканьи, при белях.

В качестве наружного средства рекомендовали крестовник при груднице (припарки), других твердых опухолях, в виде клизмы при плохой проводимости в кишечнике. Для промывания кишечника брали горсть травы и настаивали в 400 мл воды. Сок из травы применяли в дозе 30-60 мл. Кроме того, толченая трава обладает противовоспалительным и ранозаживляющим действием. Применяли эти лекарственные формы и как противосудорожное средство. В детской практике свежее толченое растение прикладывали к пупку при судорожных коликах и глистах.

При высокой температуре, горячке брали 400 мл сока из травы и смешивали с 1200 мл яичного отвара. Давали больным по чайной чашке.

В ветеринарной практике (в Англии) лошадям и другим животным при круглых глистах давали 100 г травы или горсть травы отваривали в 400 мл воды [25].

КРЫЖОВНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

Grossularia reclinata (L.) Mill.

Семейство крыжовниковые – *Grossulariaceae*

Встречается под названиями: крыжовник отклоненный, северный виноград, берсень.

Многолетний листопадный кустарник высотой до 2,5 м. Стебли несут шипы в узлах, а нередко и в междоузлиях. Листья очередные, трех-пяти лопастные, с туповатыми лопастями, зубчатыми по краям, голые. Цветки мелкие, одиночные или в 2-3- цветковых кистевидных соцветиях. Располагаются на укороченных побегах. Чашелистики красноватые, отогнутые вниз. Лепестки красноватые или зеленоватые, прямостоячие. Плод – ложная ягода. Ягоды овальные, голые или с грубоватыми щетинками, с хорошо заметными жилками. У разных сортов ягоды неодинаковых размеров и окраски.

Цветет в апреле – мае; плоды созревают в июне – августе. Размножается черенками, делением куста, отводками, семенами.

При выращивании лучшие сроки посадки – сентябрь-октябрь. Высаживают на открытых местах. Расстояние между рядами 1,5-2 м; в рядах 1,25-1,5 м. для посадки готовят посадочные ямы диаметром 55-60 см и глубиной 45-50 см. В ямы вносят 3-3,5 кг перегноя, компоста и минеральные удобрения: 10 г аммиачной селитры, 15 г суперфосфата, 5-10 г калийной соли. Сверху почву мульчируют слоем перегноя толщиной 4-6 см.

Ягоды собирают за 5-7 дней до полного их созревания. При пониженных температурах их можно сохранять 15-18 дней.

Крыжовник – одна из самых молодых ягодных культур. Первое описание крыжовника в Западной Европе дано французским врачом Рюэлем в 1536 г. Первый рисунок появился в 1548 г. в травнике Фукса.

В России крыжовник выращивали в монастырских садах в XIII веке, во дворцовых садах Москвы с XV века. Районировано свыше 100 сортов, в т.ч. практически бесшипные: “Орленок”, ”Северный капитан” и другие.

Распространен в Северной Америке, в Европе, Азии и Африке. Культивируют во многих странах: в Англии, Франции, Бельгии, Голландии. В России встречается в естественных условиях на Кавказе, как одичавшее в европейской части, западной и Восточной Сибири, на Дальнем Востоке. Культивируют в центральных областях.

Используют плоды, содержащие сахара (8-13,5 %); органические кислоты (свыше 2 %); пектин (более 1 %); витамины С (до 60 мг%), В, Р, провитамин А; дубильные вещества; соли фосфора, железа, калия, натрия, кальция, меди, магния.

Из зрелых плодов отжимают сок, делают вино, мармелад, начинку для конфет, варят варенье, компоты, джемы.

Плоды используются для лечения желудочных заболеваний (гастроэнтерита). Крыжовник – диетический продукт, рекомендуемый детям и пожилым людям при нарушении обмена веществ и ожирении. Обладает освежающим, желчегонным и мочегонным действием. Применяют плоды и при хроническом запоре, малокровии, частых кровоизлияниях и кожных болезнях.

В старину на Кавказе заваренные и охлажденные листья давали туберкулезным больным. В традиционной медицине отвар ягод принимают при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, как болеутоляющее и слабительное средство.

КУБЫШКА ЖЕЛТАЯ

Nuphar lutea (L.) Smith

Семейство кубышковые – *Nupharaceae*

Известно под названиями: желтая водяная лилия, купавна желтая, водолет, вахтовик желтый, кубышка, лопух водяной.

Многолетнее травянистое водное растение с толстым, до 13 см, мясистым, слабоветвистым, желто-зеленым корневищем длиной до 4 м и многочисленными белыми шнуровидными корнями. Подводные листья на коротких черешках, верхние – плавающие, блестящие. Цветки желтые, одиночные, плавающие, крупные, до 5 см в диаметре, почти шаровидные. Плоды зеленые, яйцевидно-конические, многосемянные коробочки. Семена эллипсоидной формы.

Цветет с мая по сентябрь; плоды созревают с июля по октябрь. Размножается преимущественно вегетативно – отрезками корневищ, а также семенами.

Распространена в России в европейской части, кроме Крайнего Севера, в Западной и Средней Сибири, на Дальнем Востоке. Встречается в Западном Закавказье, Предкавказье, в Казахстане. Иногда образует сплошные заросли. Предпочитает стоячие и медленнотекущие воды рек, озер, достигая глубины 5 и более метров, а также зарастающие пруды.

Кубышка желтая – ядовитое растение. Применять ее необходимо с осторожностью. То же и кубышка белая [16].

Используют корневища с корнями, содержащие алкалоиды: нуферин (0,4 %), α-b-нуфаридин (12 %), нуфлеин, тиобинуфаридин и другие; ситостерин, стигмастерин; дубильные вещества (6,7 %), в т.ч. галловая (34,5 %) и эллаговая (15,1 %) кислоты; витамин С; крахмал (до 20 %). В корневищах содержатся макроэлементы (мг/г): калий – 33,6, кальций – 4,3, магний – 1,3, железо – 1,4; микроэлементы (мкг/г): марганец – 131,0, медь – 33,3, цинк – 28,0, кобальт – 4,4, хром – 0,64, алюминий – 335,1, барий – 105,2, ванадий – 0,32, селен – 0,13, никель – 4,96, свинец – 6,48, бор – 62,4, йод – 2,21, бром – 97,2 . Концентрирует железо и, особенно, барий, бром, кобальт, медь [96].

В официальной медицине препарат Лютенурин представлен смесью дигидрохлоридов алкалоидов нуфлеина и тиобинуфаридина. Применяют при трихомонадных и урогенитальных заболеваниях, осложненных грибковой и бактериальной флорой, а также в качестве противозачаточного средства. Обладает сперматоцидной активностью. Лютенурин выпускают в виде 0,5 % линимента, 0,1-0,5 % водного раствора. Рекомендовали его в качестве противозачаточного средства (вагинальные суппозитории или пенообразующие таблетки, их вводят во влагалище за 5-10 мин до полового сношения).

В традиционной медицине цветки применяют как обезболивающее при артралгиях, корневища – при болезнях желудка и кишечника, при задержке мочи, чрезмерных менструациях, кожных болезнях, кашле, лихорадке, для улучшения роста волос.

Кубышка является кормом для водоплавающей птицы.

Корневища – испытанное средство против тараканов.

В гомеопатии применяются: *Nuphar luteum – Injeel (forte) (D4), D10, D30, D200.*

КУВШИНКА БЕЛАЯ

Nymphaea alba L.

Семейство кувшинковые – *Nymphaeaceae*

Встречается под названиями: белая лилия, водяная лилия, беленький одолень, запанок, лапушник большой, водяной попутник, водяная маковка, тимянка.

Очень красивое водное растение с горизонтальным, толстым, темно-бурым корневищем и длинночерешковыми плавающими листьями. Пластинка листа крупная, 10-30 см в диаметре, темно-зеленого цвета сверху, красновато-фиолетовая снизу. Цветки одиночные, крупные, 10-20 см в диаметре, с белыми лепестками, плавающие. Плод шарообразный.

Цветет в июне – июле; плоды созревают в августе – сентябре.

Распространена в европейской части в лесной и степной зоне, а также в Закавказье. Произрастает в водоемах глубиной до 2 м, со стоячей или медленно текущей водой.

В корневищах крахмал (до 20 %); смесь алкалоидов, в т.ч. нуфарин; накапливаются дубильные вещества (до 10 %). В семенах также содержатся дубильные вещества; алкалоиды; жирные кислоты (до 8 %); фенольные кислоты; карденолиды. Можно использовать их вместо плодов кофе [30].

Используются корневища кувшинки при болезнях почек и мочевого пузыря; цветки при болезнях пищеварительной системы, при желтухе; плоды при геморрое, бронхиальной астме.

Отвар готовили из корней. Брали 60 г корня на 400 мл кипятка. Принимали по 1 столовой ложке каждые 2 часа при задержке мочи и частых позывах на мочеиспускание. При слезотечении и при обильных гнойных выделениях рекомендовали пить винную настойку корня.

Отвар из цветов: горсть сухих цветов на 1 стакан кипятка, принимали при жажде, при высокой температуре.

Корень, сваренный в сусле, давали при чахотке и для притока молока у кормящих женщин. Истолченные листья прикладывали к воспаленным подошвам ног при высокой температуре. При глазной боли прикладывали разрезанные листья и корни к вискам. Отвар корней, сваренный в пиве, рекомендовали в виде примочки при выпадении волос [23].

По данным народных корреспондентов указывалось, что при бессоннице, расстройстве нервной системы полезно принимать настой из семян кувшинки белоснежной. Для чего 60 г зрелых сушеных семян растирают в порошок и заваривают 0,5 л кипятка, настаивают 20 минут. Нужно этот настой выпить за день в 2 приема. Курс лечения – до улучшения [68].

Свежие листья прикладывают к воспаленным опухолям, при головной боли – к голове [23].

Настойка корня применялась при астенических состояниях. Цветки и плоды в толченом виде заливают кипятком и употребляют внутрь при жажде, как средство ”утоляющее жар” и обладающее снотворным действием. Отвар целого растения с корнями оказывал эффект при снятии ночных поллюций, при желудочных заболеваниях, желтухе. Толченые листья прикладывают к воспаленным опухолям, для снятия воспаления подошв ног. При глазных болях прикладывали на виски и затылок разрезанный корень. Для укрепления волос, лучшего их роста моют голову отваром 30-60 г корня

кувшинки белой на 400 мл воды. Использовали для этих целей и толченый свежий корень с еловой или сосновой белой смолой.

Настой готовили из горсти белых цветков, залитых 240 мл кипящей воды.

Отвар корней пили при туберкулезном кашле; способствовал он увеличению молока у кормилиц. Свиньи охотно поедали листья и корни кувшинки и быстро при этом жирели.

Цветки настаивали на постном или льняном масле и использовали как хорошее мягчительное и болеутоляющее наружное средство [89]. Цветки используются при изготовлении косметических средств. Корневища можно отваривать, обжаривать и делать пищевую муку. Кормовое растение для многих животных – бобров, ондатры, лосей, свиней. Высокодекоративное растение [18 б].

КУНЖУТ ИНДИЙСКИЙ

Sesamum indicum L.

Семейство сезамовые – *Pedaliaceae*

Встречается под названием кунжут восточный.

Однолетнее травянистое растение высотой 60-100 (250) см. Корень стержневой, длиной 70-80 см, в верхней части разветвленный, довольно толстый. Стебель прямостоячий, зеленый или слегка красноватый, четырех-восьмигранный, опушенный, реже голый. Листорасположение очередное, супротивное. Листья опушенные, длиной 10-30 см, длинночерешковые; листовая пластинка сильно варьирует по форме. Самые нижние листья обычно округлые; средние – ланцетные, зубчатые, надрезанные или глубоко пальчато-раздельные. Верхние листья цельнокрайние. Цветки крупные, длиной до 5 см, расположены по 1-3 (5) в пазухах листьев. Венчик двугубый, розовый, белый или фиолетовый, густоопушенный, длиной 1,5-3,8 см. Плод – продолговатая, на верхушке заостренная, зеленая или слегка красноватая,

четырех-восьмигнездная коробочка, длиной 3-5 см, разной окраски (белая, желтая, коричневая или черная).

Цветет в июне – июле; плоды созревают в августе – октябре. Размножается семенами.

Родина кунжута – Центральная Африка, откуда растение попало в Средиземноморье. В России встречается на Северном Кавказе; распространен в Средней Азии, Закавказье.

Культура была известна в странах Малой Азии и Греции. С древних времен его возделывали в Индии и Пакистане. В Китае появился лишь в начале нашей эры. Из Индии проник в районы Средней Азии, а в конце XVIII века семена его из Бухары попали в Россию, где он культивируется на Кавказе, в Краснодарском крае; имеются плантации на Украине и в Средней Азии.

Используются семена, из которых получают кунжутное масло (до 60 %). В его составе глицериды олеиновой, линолевой, пальматиновой, стеариновой, арахиновой и лигноцериновой кислот; фитостерин, сезамол, самол, сезамолин, витамин Е. Кроме того, в семенах содержится белок (19 %), растворимые углеводы (17,5 %).

Кунжутное масло не уступает прованскому. Установлено [128], что сезамовое масло – единственный вид жира, усваиваемый организмом почти на 100 %.

Из него получают маргарин, используют в кондитерской и консервной промышленности. Семенами обсыпают хлебобулочные изделия, применяют для приготовления восточных сладостей.

В медицине масло применяется внутрь для лечения эссенциальной тромбопении, геморрогических диатезов и болезни Верльгофа (по 1 столовой ложке 3 раза в день); оно повышает число тромбоцитов в крови и ускоряет ее свертываемость. Используется при приготовлении мазей, линиментов, пластырей, масляных эмульсий и инъекционных растворов из жирорастворимых препаратов [6].

В традиционной медицине – хорошее средство при острых простудных заболеваниях, при хроническом кашле и насморке (принимают ежедневно утром по 1 столовой ложке масла). Внутрь масло принимают как слабительное, при желудочно-кишечных коликах, воспалении почек и почечнокаменной болезни, внутренних кровоизлияниях и как глистогонное средство. Им лечат ожоги и воспаления (в том числе рожистые) кожи. При простуде его втирают в кожу живота; при зубной боли – в десны [128].

Свежие листья или кашицу из толченых листьев прикладывают к нарывам. Размоченными в уксусе листьями лечат чесотку.

КУПАЛЬНИЦА АЗИАТСКАЯ

Trollius asiaticus L.

Семейство лютиковые – *Ranunculaceae*

Встречается под названием жарки.

Многолетнее травянистое растение 30-75 см высотой с лапчато-пятираздельными листьями. Цветки крупные, до 5 см в диаметре, ярко-оранжевого цвета, расположенные по одному, реже по 2-3 на концах побегов. Растение очень декоративно в период цветения. Плоды – листовки с мелкими округлыми, блестящими семенами.

Цветет с середины мая до июля; плоды созревают в сентябре.

Распространена в России в лесной и лесостепной зонах, в горно-лесном и субальпийском поясах.

Во всех органах содержатся алкалоиды (в цветках их 0,73 %, в листьях – 0,43 %) и аскорбиновая кислота. Отвар травы этого вида пьют при задержке менструаций [20], настой цветков и листьев применяли при болях в животе [60]. Водный настой цветков в соотношении 1:40 (40 частей воды) принимали по 1 столовой ложке 3 раза в день как мочегонное, противовоспалительное и противоцинготное средство. Настой корня (1:10) используют в тех же дозировках при водянке, эпилепсии, чесотке, запивая лекарство овсяным настоем с медом [75].

Из других видов этого рода представляет интерес купальница Ледебура *(T.ledebourii Reichenb.)*. В траве ее также содержатся алкалоиды.

В традиционной медицине применяли этот вид для лечения куриной слепоты. Считали средством, усиливающим световосприимающую функцию глаз [13].

Часто при опухолях рекомендовали прикладывать распаренный корень через тряпку к пораженным местам [89].

Растение ядовито (особенно корни).

КУПЕНА АПТЕЧНАЯ

Polygonatum odoratum (Mill.) Druce

Семейство лилейные – *Liliaceae*

Встречается под названиями: волчья трава, волчьи яблоки, волчий ягодник, вороньи глаза, сорочьи глаза, чемерица лесная, соломонова печать, золотник, петров крест, кровавник, ландыш глухой, петушки, сердечник.

Многолетнее травянистое растение высотой 30-100 см с толстым мясистым корневищем и голым стеблем. Листья при основании стеблеобъемлющие, обращены в одну сторону, длиной 10-12 см и шириной 4,5-5 см, сверху зеленые, снизу матовые, серовато-зеленые. Цветки белого цвета по 1-2 расположены в пазухах листьев. Плод – оригинальная ягода сине-черного цвета.

Цветет в мае – июне; плоды созревают в июле – августе.

Распространена почти повсеместно в европейской части России, на Северном Кавказе, в Западной и Восточной Сибири, на северо-западе Дальнего Востока в березовых, хвойных лесах, среди кустарников на склонах, по сухим возвышенным местам.

Растение ядовито. Имеются сведения, что после его поедания слепли бараны [124]. В плодах содержатся сердечные гликозиды конваллярин и конваллямарин. В листьях до 330 мг% витамина С, в корневищах 20 мг%. В надземной части и корнях содержатся алкалоиды.

Надземная часть оказывает обволакивающее и общеукрепляющее действие. Подземная часть используется при туберкулезе, бешенстве, фурункулах, респираторных инфекциях, радикулите, асците [18 б].

Растение ядовито.

В традиционной медицине используют свежие корневища, собранные в апреле – мае. Как лекарственное известно в Китае с XVI века. В различных фармакопеях числилась с XVII – XVIII вв. Использовали ее в виде настоя для предупреждения загара, выводили этим растением пятна на лице.

В русских травниках указывали на применение купены в качестве косметического средства, при вывихах, подагре, камнях в мочевом пузыре, при нарывах, золотухе, как ранозаживляющее, слабительное, возбуждающее средство, мягчительное, при катаре желудка, маточное средство; рекомендовали при кашле. Отвар корней (15 г на 1 стакан воды или молока) пьют по чайной ложке при болях в пояснице, при водянке, желтухе, зубной боли, заболеваниях желудка, при переутомлении. Отвар из листьев применяют при чесотке, от порезов, нарывов; детям от грыжи [124]. Настой травы с плодами рекомендуют при лечении грыжи, головной боли. Листья и ягоды обладают рвотным действием [99,27]. Имеются сведения, что купену используют при подагре, ревматизме, при диабете и в качестве диуретического средства.

При геморрое и желтухе рекомендуют отвар их 15 г корня купены, залить 400 мл молока, прокипятить и пить по чайной чашке [52].

В Западной Сибири купена применяется при сердечно-сосудистых заболеваниях; в Грузии – как отхаркивающее и рвотное средство, при болезнях почек, мочевыводящих путей.

Для приема внутрь готовили настой из 6 г измельченной травы, которые заливали 180 мл воды и принимали по 1 столовой ложке 3 раза в день.

Наряду с купеной лекарственной применяли купену многоцветковую *(P.multiflorum All),* в ней также были найдены алкалоиды и гликозиды [41].

Плоды купены аптечной использовались в качестве румян.

Растение обладает ценными декоративными свойствами в период цветения.

КУПЫРЬ БУТЕНЕЛИСТНЫЙ

Anthriseus cerefolium (L.) Hoffm.

Семейство сельдерейные – *Apiaceae*

Встречается под названиями: садовый кервель, снедок, журница.

Однолетнее травянистое растение высотой 15-150 см. Корень веретеновидный. Листья треугольные, трижды перисто-рассеченные; нижние черешковые, верхние сидячие. Цветки белые, в 3-5 лучевых зонтиках. Плод – линейно-продолговатая бурая семянка.

Цветет в июне – июле; плоды созревают в августе – сентябре. Размножается семенами, посевом на глубину 1-2 см.

Распространен в Западной Европе. В России встречается на юге и западе европейской части, Урале, в Сибири.

Был известен еще древним грекам и римлянам, но в Европе введен в культуру в середине XVI века. Созданы сорта: Простой гладколистный, Двойной кудрявый и Кудряволистный.

Используют надземную часть, содержащую гликозид апиин; фитонциды; каротин (3-7 мг%), витамин С (60 мг%); рутин; анетол, придающий листьям анисовый запах. Эфирное масло в семенах (до 1,6 %); в плодах (до 21,8 %).

Относится к ценным пряновкусовым растениям. Как пряность используют молодую зелень в свежем и сушеном виде. Применяют при ароматизации овощных, грибных салатов, соусов, мясных, овощных и рыбных супов, отварного мяса, рыбы, омлетов, яичницы.

В традиционной медицине надземная часть растения применяется для приготовления тонизирующих настоев, улучшения пищеварения, как мочегонное, при болезнях желез внутренней секреции и кожи, заболеваниях дыхательных путей и желтухе.

Хороший медонос. Листья витаминизируют пищу. Может использоваться в консервной промышленности. Является кормовым растением для кроликов.

Траву сушат в тени, хранят в плотно закрытой таре. Долго не хранится.

ЛАБАЗНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

Filipendula vulgaris Moench.

Семейство розоцветные – *Rosaceae*

Встречается под названиями: лобазник шестилепестный, таволга нитковислая, земляные орешки, балабан, бархатки полевые, березка полевая, бес дерево, бузина полевая, воронец, донная трава, кашка, медовик, медуница, поповник, серое зелье и др.

Многолетнее травянистое растение высотой 30-80 см с тонким корневищем и клубневидно-утолщенным корнем. Имеет прерывисто-перистые листья зеленого цвета с глубоко надрезано-зубчатыми или перисто-рассеченными листочками длиной 4-18 см и шириной 2-4 см; между ними сидит по одной паре мелких листочков длиной 1,5-2 см и шириной 4-8 мм. Стебли прямые, тонкие, цилиндрические. Цветки белые или бледно-розовые, 12-15 мм в поперечнике, собраны в конечной многоцветковой метелке. Плодики волосистые, прямые, около 3 мм длиной и 1-1,4 мм шириной.

Цветет в мае – августе; плоды созревают в августе – сентябре.

Распространен в европейской части России, в Западной и Восточной Сибири, на Кавказе. Произрастает на сухих лугах, лесных полянах, опушках лесов, среди кустарников в светлых лесах.

Корневые клубни богаты крахмалом, кроме того в корнях до 0,3% гликозида гаултерина. В траве эфирное масло, в составе которого синильная кислота, салициловый альдегид [52]. В листьях витамин С (230-250 мг%).

В традиционной медицине используют корни, листья и цветки. Корень в основном применяли при дизентерии. Отвар всего растения употребляли в качестве мочегонного средства. Настой на воде цветков и листьев пьют при почечно-каменных заболеваниях вместо чая с молоком [21].

Корень, листья и цветки в виде настоя применяют как мягчительное, мочегонное, при геморрое, белях, почечных заболеваниях [22].

На Дону листья лобазника употребляли вместо чая; на Украине для заживления ран от укусов гадюк. Для чего все растение (с корнем) отваривали и отмывали отваром рану. Затем парили траву и делали из нее припарки к ране. Отвар из корней в Пермской области давали маленьким детям от грыжи и от поноса [71]. Употребляли этот вид лобазника и в качестве ранозаживляющего, болеутоляющего, маточного, сердечного средства, а также при женских болезнях. Чай из цветков применяли как потогонное, при лихорадке, воспалениях [22]. Настой из растения (15-20 г на 240 мл воды) применяли в качестве глистогонного средства, средства от головной боли, при водянке. Сухие цветки давали нюхать при насморке, присыпали обваренные места и пили чай при зубной боли [2]. Отвар травы часто применяют при болезнях органов дыхания и пищеварения, горла, нервных заболеваниях, дизентерии, как потогонное средство; для ускорения роста волос. Распустившиеся цветки сушат на солнце, растирают в порошок и сохраняют в хорошо закупоренных банках. Порошок рекомендуют давать людям, страдающим водобоязнью, 2-3 раза в день, посыпая на хлеб [70].

ЛАВАНДА УЗКОЛИСТНАЯ

Lavandula angustifolia Mill.

Семейство яснотковые – *Lamiaceae*

Многолетний вечнозеленый полукустарник высотой до 100 см с мочковатым, деревянистым корнем и продолговато-линейными листьями длиной 2-6 см и шириной 2-6 мм, супротивные, сидячие, с загнутыми книзу краями. Цветки небольшие, фиолетовые, реже белые, душистые, собраны в колосовидные соцветия на концах длинных цветоносов. Плоды – орешки желто-бурого цвета.

Цветет с июня по август; плоды созревают в августе – сентябре.

Содержит известное лавандовое масло (в цветоносных побегах содержание его 4-5 %). В нем содержится: цинеол, гераниол, борнеол, линалоол и др.

Дико произрастает в Западном Средиземноморье до Далмации и Греции. В Европе стали возделывать это растение в XIV в. во Франции. В Россию завезена в 1812 году (Никитский ботанический сад, Крым).

Издавна применялась на Руси как пряно-ароматическое и лекарственное средство.

Лаванду применяли от мигрени из расчета: 6 г травы лаванды на 1 л воды. Настой принимают внутрь. То же рекомендовали от головной боли и при обмороках. По 5 капель лавандового масла на сахар принимают при отсутствии аппетита, приливах к голове, головокружении, головной боли, “дурноте”, ветрах и для улучшения пищеварения.

В аптеках предлагали бальзам Гофмана: 1 г лавандового масла, 1 г гвоздичного масла, 1 г коричного масла, 1 г тимьянового масла, 1г лимонного масла, 1г мускатного масла, 4 г перуанского бальзама, 240 мг спирта. Все хорошо перемешивалось, несколько дней настаивалось в прохладном месте, периодически взбалтывая, фильтровалось. Втирали эту смесь при ревматизме, невралгии; при обмороках давали нюхать [117].

Цветущую траву лаванды в виде примочек или в мешочках применяют снаружи от головокружения [85].

Рекомендовали применять лавандовый сложный спирт из цветков при тошноте, позывах на рвоту, в случаях изнеможения и обмороках по 1-2

чайных ложечки с кусочком сахара или с ложкою мятной воды. Состав лекарственной формы: цветков лаванды - 30 г; кора корицы – 30 г; цветков розмарина, гвоздики плодов, мускатного ореха по 15 г; коры сандалового дерева – 90 г; водки простой или французской 1,6 л. Смесь эту настаивают в теплом месте 5-6 дней. Затем процеживают [141].

В традиционной медицине применялась лаванда при истощении нервной системы, “головных и маточных припадках”, при обмороках, головокружении, параличе, плохом зрении, слабоумии, повреждении голосовых связок, при ушибах.

Настой из цветущих верхушек лаванды готовили из 3,7 г сырья, смешивая со 120 г горячей воды (кипятка), пили настой вместо чая. При добавлении 30 г винного спирта использовали для полоскания. Настойка травы на вине широко применялась при вышеуказанных нервных заболеваниях.

Цветки лаванды от 3,7 до 7,5 г принимали натощак в старческом возрасте. Готовили очень хорошие ванны при нервных заболеваниях из лаванды, душицы, чабера, тимьяна.

В аптеках на Руси пользовалось успехом “Лавандовое масло“ при судорогах, параличе.

Для дамского туалета рекомендовали приятное умывание из 3,7 г масла, смешанного с 400 мл винного спирта, добавляя такое же количество розовой воды. Продавался “Лавандовый спирт“ как возбуждающее и укрепляющее средство при упадке сил, обмороке. При приеме внутрь давали это средство по 8-10 капель на сахаре. Дают его нюхать, помогает это при параличе языка. Спирт этот применяли путем натирания при бездействии, трясении органов, ушибах, отеках. Он утолял боль, “разгонял “ опухоль [90].

Интересно, что насекомые не переносят запах лаванды.

Применяли это растение для украшения парков.

ЛАВР БЛАГОРОДНЫЙ

Laurus nobilis L.

Семейство лавровые – *Lauraceae*

Вечнозеленое древесное растение высотой до 18 м. Имеет кожистые, продолговатые или ланцетные листья, темного цвета длиной до 20 см и шириной до 8 см на коротких черешках. Пластинка листьев заостренная. Цветки небольшие, обоеполые или раздельнополые. Мужские имеют крупные желтые тычинки. Собраны цветки в четырех-шестицветковые зонтики, которые по 1-3 размещаются в пазухах листьев. Плоды – костянки, яйцевидной или эллиптической формы, длиной до 22 мм и диаметром 12 мм, сине-черного цвета, блестящие.

Цветет в апреле – мае с 4-6 летнего возраста; плоды созревают в сентябре – октябре.

Растения живут до 400 лет.

Родина – Средиземноморье. Культивируется во многих странах Европы. В России встречается в одичавшем виде в Закавказье. Культивируется на Черноморском побережье Кавказа, в Крыму и Азербайджане. Выведены декоративные формы.

Лекарственное значение имеют плоды и листья. В плодах содержатся: эфирное масло (3,9-4,1 %), составной частью которого являются свободные спирты (10,7 %) и эфиры (17,9 %); фитостерин; фенолы (2 %); терпеновые углеводороды (5,4 %); сесквитерпены, α-пинен, β-пинен, цинеол, цитраль; смолы; дубильные вещества; жирное масло (30 %). В оболочке плодов содержится жирное масло (до 55 %) и жирные кислоты (2,2 %). В листьях также содержится эфирное масло (до 4,5 %). Основные его компоненты: мирцен, лимонен, α-фелландрен, β-фелландрен, α-пинен, β-пинен, камфен, n-цимол, сабинен, эвгенол, линалоол, α-терпинеол, карвон. Кроме того – сесквитерпеновые лактоны, катехины (до 2,54 %), флавоноиды (рутин, кверцетин).

На Руси с давних времен применялись несколько лекарственных форм: плоды – *Fructus Lauri*; они входили в состав сложной серной мази – *Unguentum sulfuratum compositum*; лавровое масло (бобковая мазь) - *Oleum Lauri;* листья -*Folia Lauri* и эфирное масло - *Oleum Lauri aethereum* [22] .

Издавна известны целебные свойства плодов. Их называли “бобки”. Использовали для получения бобкового масла, применяемого в виде “бобковой мази“ для лечения ревматизма, параличей, простудных заболеваний, чесотки, опухолей и как укрепляющего нервы средства.

На Кавказе лавр используют в традиционной медицине в виде настоя из сухих листьев на подсолнечном масле в качестве наружного средства. Втирают его при артритах, миозитах, невралгиях. Имеются сведения, что листья обладают сахаропонижающей способностью при диабете. 10 шт. листьев заливают 3 стаканами крутого кипятка. Настаивают 2-3 часа. Принимают по ½ стакана 3 раза в день.

Листья и плоды лавра усиливают мочеотделение, способствуют месячным кровотечениям, обладают вяжущим и ветрогонным действием, ускоряют роды [85].

По данным народных корреспондентов, при хронической малярии принимают отвар листьев на водке. 1 литр отвара добавляют в 0,5 л водки и кипятят 1-2 минуты. Принимают такую водку во время приступа [71].

В одном из травников [68] приведены следующие рецепты. Делали мазь из 12 частей порошка лаврового листа, 2 частей можжевеловых листьев и 24 частей несоленого сливочного масла; все хорошо толкли, перемешивали и использовали наружно от ревматизма, опухолей и ломоты в костях. Чай из лаврового листа применяли как потогонное средство. Существовал и мочегонный сбор: истолочь 30 г лаврового листа, 15 ягод можжевельника, 5 г ячменя, 3 г чеснока. Всю смесь варили в 1 литре вина до густоты. Намазывали на полотно и прикладывали в теплом виде на область мочевого пузыря [68].

Лавр благородный, его листья издавна используются и как традиционная пряность. В значительных количествах его потребляет пищевая промышленность.

ЛАВРОВИШНЯ ЛЕКАРСТВЕННАЯ

Laurocerasus officinalis M.Roem.

Семейство розоцветные – *Rosaceae*

Вечнозеленое дерево, достигающее 12 м высоты. Обычно деревце от 1 до 6 м. Имеет гладкий, гибкий ствол и ветви, покрытые шероховатой, темно-серой корой. Листья длиной 5-20 см и шириной 4-6 см, очередные, продолговато-овальные, расставленно-пильчатые или цельнокрайние. Сверху они темно-зеленые, блестящие, кожистые, снизу матовые, сидят на коротких черешках. Цветки мелкие, белого цвета, с множеством тычинок, собраны в прямостоячие кисти длиной от 13 до 23 см. Плод – гладкая костянка, округло-яйцевидная, яйцевидная, сбоку килеватая. Косточка ядовита, т.к. в ней содержится синильная кислота. Каждая кисть несет от 5 до 25 плодов разной величины в зависимости от сорта. Цвет плодов от розовато-белого до черного. Мякоть плода от белой до синевато-белой окраски.

Цветет лавровишня в начале апреля – в мае; плоды созревают в начале июля.

Распространена в Средиземноморье, в США (Калифорния, Флорида), в Азии (Китай, Япония, Гималаи), на острове Ява, в Мексике, Эквадоре, Боливии, Бразилии. В России считается реликтовым растением Кавказа. Растет в Западной Грузии.

Медицинское значение имеют листья, содержащие тритерпиноиды (до 2,7 %); фитостерины; эфирное масло (до 1,0 %), в составе которого бензальдегид и бензиловый спирт; синильная кислота; урсоловая кислота (1 %); камеди; воск . В плодах жирное масло.

Из биологически активных азотосодержащих соединений – синильная кислота (0,4-5 %), пруназин, амигдалин, прулауразин; фенолкарбоновые

кислоты; стероиды – β-ситостерин, стигмастерин, холестерин; дубильные вещества в коре и листьях (5,24-15,0 %); катехины; флавоноиды; проантоцианиды; витамин С; фитонциды.

Свежие листья издавна использовали для приготовления лавровишневой воды, применяемой в качестве сердечного и болеутоляющего средства. Листья используются также при болезнях сердца.

Лечебный эффект связан с разложением амигдалина в кишечнике и выделением синильной кислоты, обладающей анестезирующим действием.

Применяли в России лавровишневую воду и для улучшения вкуса лекарственных форм.

На Руси знали, что лавровишня ядовитое растение. В малых дозах она обладает снотворным, противосудорожным, мочегонным действием. При больших дозах может привести даже к скоропостижной смерти.

Применяли лавровишневую воду и при кровохарканьи, лихорадке, золотухе. При туберкулезе рекомендовали применять отвар молока 400 мл с 1-2 листьями. Он приобретает приятный миндальный вкус.

Свежие толченые листья прикладывали к опухолям, раковым и запущенным венерическим язвам.

Свежие лавровишневые листья в количестве 3-4 шт. настаивали в кувшине парного молока, пили по стакану при туберкулезе.

Лекарственные формы следует готовить тщательно. “Перегнанную воду“ готовят из 400 г свежих листьев, которые заливают 800 мл воды, доводят кипячением до половины объема. На прием дают от 30-40 до 60 капель, начиная с 10 капель 3-4 раза в день, осторожно увеличивая дозу.

При сушке листья теряли свое действие, также как при перегонке действующие вещества уходили с водой в парообразном виде, затем осаждаясь в виде конденсата. Они в определенных дозах очень токсичны; в малых оказывали терапевтический эффект. Например, одна ложка “Перегнанной воды“ используется в консервной промышленности и населением при приготовлении маринадов, солений. Эфирное масло

используют в ветеринарии, мыловарении, парфюмерии, кондитерском производстве. Древесина лавровишни – строительный материал. Идет на поделки. Она хорошо полируется.

В Древней Греции и в наши дни лавровыми венками венчали и венчают победителей спортивных состязаний, героев, поэтов…

Настой листьев приводил к гибели крупных собак. В то же время, несколько капель этой лекарственной формы приводили к выздоровлению больных собак. Больным лошадям давали 15-30 г порошка листьев, доводя постепенно дозу до 150 г. Рогатому скоту лавровишня вообще противопоказана [25].

Плоды садовых форм и сортов употребляют в пищу в свежем виде; они имеют специфический вкус, утоляют жажду. Используют их для приготовления варенья, сока. Последний идет для купажа, придает прохладительным напиткам аромат, приятный вкус, красивый цвет.

Свежие листья используют также в гомеопатии при эпилепсии, коклюше, туберкулезе. Фитонциды их обладают протистоцидной и антивирусной активностью.

Масло из листьев используют в косметике, пищевой промышленности. Листья и кора могут быть использованы для дубления кож.

Следует помнить, что мед из лавровишни ядовит. Растение широко используется в озеленении садов и парков, хорошо формуется при создании живой изгороди, используется для закрепления склонов.

ЛАЗУРНИК ТРЕХЛОПАСТНЫЙ

Laser trilobum (L.) Borkh.

Семейство укропные – Apiaceae

Многолетнее травянистое растение высотой до 150 см и толщиной корня 1 см. Корневая шейка покрыта волокнистыми остатками отмерших листьев. Стебель голый, ветвистый, слегка ребристый. Листья тройчатосложные, нижние на длинных черешках, пластинка крупная, до 35

см. Листочки 5-10 см длиной и 4-8 см шириной, снизу голубовато-сизые, зубчатые, сверху зеленые, цветки белые, собраны в соцветие зонтик. Плоды гладкие, эллиптические, 7-8 см длиной и 4 мм шириной, распадаются на 2 полуплодика.

Цветет на 3-4 год после посева, в конце июня – середине июля; плоды созревают в конце августа.

Распространен на западе и юго-западе европейской части России, на Кавказе в светлых лесах, в кустарниках, по лесным опушкам.

В плодах содержится эфирное масло (0,9 %), в зонтиках (0,7 %), в зеленой части (0,02 %) [135 б]. Выход эфирного масла из свежих плодов 3,27 %. В плодах содержится силерин (производное кумарина). В составе эфирного масла лимонен (около 47 %), альдегиды (32 %), в т.ч. периловый, куминовый. Найдены и следы алкалоидов.

Обладает тонизирующим действием, применяется при болезнях пищеварительной системы (болезнях кишечника).

В традиционной медицине использовали лазурник при переутомлении ног. Брали толченый корень и прикладывали к перетруженным участкам ног [58]. Установлено, что склерин обладает способностью снижать кровяное давление. Эфирное масло лазурника тонизирует гладкие мышцы и сокращает сосуды.

В ветеринарии применяют при метеоризме, болезнях дыхательной системы [25].

Молодые листья употребляют в пищу [64]. Масло используют для фруктовых эссенций. Оно является источником линалоола. Применяют как пряность при изготовлении колбас и мясных блюд; плоды - для ароматизации фруктовых эссенций. Обладает декоративными качествами.

ЛАПЧАТКА ГУСИНАЯ

Potentilla anserina L.

Семейство розоцветные – *Rosaceae*

Многолетнее травянистое растение с веретеновидным, мясистым корнем. Развивает нитевидные стебли-побеги длиной до 45 см. Листья короткочерешковые, непарноперистые, пильчатые, сверху зеленые, снизу серебристо-белые, сильно опушенные, пильчато-зубчатые. Цветки желтые, на длинных цветоножках, одиночные. Плоды – сборные семянки.

Цветет в мае – сентябре; плоды созревают в июле – августе.

Произрастает в северном полушарии, Евразии, в т.ч. в России. Распространена довольно широко в лесной и лесостепной зоне, в горно-лесном поясе по берегам рек, вдоль дорог, канав, на влажных лугах.

Используют все свежее цветущее растение или надземную часть.

Химический состав изучен недостаточно. Известно, что растение содержит много дубильных веществ и гликозиды – торментол и торментиллин.

Применяют корневища при диарее, при опухолях, язвенном стоматите, гингивите. Цветки применяют при болезнях почек, мочекаменной болезни, при ангине.

В традиционной медицине применяют траву и семена, обладающие болеутоляющим, тонизирующим, вяжущим и антисептическим действием.

Целебные свойства этого вида использовались при астенических состояниях, энтероколите, поносах, заболеваниях печени и желчного пузыря.

Лапчатка гусиная хорошее мочегонное растение, которое рекомендуют при нефритах, почечнокаменной болезни, при цистите и простатите.

Наружно употребляют свежий сок и настой лапчатки гусиной для промывания ран, в виде компрессов, примочек и припарок.

Отвар травы использовали наружно как антимикробное средство для обмывания ран, полоскания, при воспалительных процессах в горле, полости рта, для смазывания кровоточащих десен, при зубной боли.

При заболеваниях суставов, при нарушении обмена веществ, ожирении рекомендовали травяные ванны, в которые входили трава лапчатки серебристой, тысячелистника, спорыша, крапивы, мяты, пастушьей сумки и корневища пырея. Брали 200 г этой смеси, добавляли 2 л воды, кипятили 15 минут, настаивали 30 минут, разбавляли водой, доводили ее до 40° С. Хорошо добавить хвою сосны, березовые листья.

На Руси лапчатку гусиную применяли при болезненных менструациях у молодых женщин. Для этого готовили настой из расчета 2 столовые ложки травы на 2 стакана кипятка (суточная доза) [65].

М.А.Носаль, И.М.Носаль [117] рекомендуют применять сок из свежего растения, смешанный в равных частях с соком из незрелых колосьев и стеблей ржи по 2 столовые ложки в день как средство при желчно- и почечно-каменной болезни.

По данным народных корреспондентов, имели место случаи успешного лечения базедовой болезни (тиреотоксикоза, болезни щитовидной железы), при продолжительном приеме (без нормы) чая из травы лапчатки серебристой [162].

Считалось одним из старинных народных растений. Принимали ее траву как противовоспалительное, кровоостанавливающее и успокаивающее средство. Настой травы использовали при цинге, опущении матки. Для этого одну столовую ложку травы кипятили 5 минут в стакане воды, настаивали 2 часа и пили по ¼ стакана 3-4 раза в день до еды. Наиболее эффективен отвар из семянок на молоке. Отвар делают из 1 чайной ложки сырья на стакан воды, выпивают в два приема в течении дня.

Отвар травы на молоке является сильным мочегонным средством. Листья являются суррогатом чая.

В косметике отвар применяли для очищения кожи от угрей [60].

В гомеопатии применяются: Potentilla anserine – Injeel (forte) (D4), D10, D30, D200.

ЛАПЧАТКА ПРЯМОСТОЯЧАЯ

Potentilla erecta (L.) Raeusch.

Семейство розоцветные – *Rosaceae*

Известно под названиями: узик, дикий калган, дубровка, пуповник, древлянка, заплет, дубравный корень, пупная трава.

Многолетнее травянистое растение высотой до 50 см с коротким, толстым, деревянистым, почти горизонтальным корневищем длиной до 7 см и шириной до 3 см, с многочисленными тонкими корнями. Стебли прямостоячие, в верхней части ветвящиеся. Прикорневые листья длинночерешковые, рассеченные на 4-5 сегментов. Цветки одиночные, желтые, до 10 мм в диаметре. Плоды – многоорешки до 2 мм длиной, распадающиеся на отдельные орешки.

Цветет с конца мая по сентябрь; плоды созревают с июня по июль. Размножается семенами и вегетативно – корневищами. Собирают корневища осенью или ранней весной.

Предпочитает богатые гумусом рыхлые почвы. Размножается семенами и отрезками корневищ. Посев производят под зиму свежеубранными семенами, ранней весной – стратифицированными. Посев производят поверхостно при ширине междурядий 45 см. После посева рядки поливают и присыпают торфокрошкой. Расстояние сеянцев в ряду 20-25 см. Растения развиваются очень медленно, поэтому необходимо собрать посадочный материал (корневища) в близлежащих местах, разделив крупные корневища на отрезки длиной 3-6 см. В условиях культуры применяют интенсивную технологию ухода: прополки, рыхления междурядий, полив в засушливый период, чем можно ускорить рост корневищ. Перед посадкой корневищ под перекопку необходимо внести 4-6 кг/м² органических удобрений – перепревший навоз, торфокомпост. В начале отрастания побегов из почек возобновления ежегодно проводят первую подкормку минеральными удобрениями: 20 г/м² азотными, 30 г/м² фосфорными, 10 г/м² калийными.

Вторую подкормку проводят в начале бутонизации аммофоской в дозе 20 г/м². Сеянцы зацветают на 5-м году жизни.

Распространено в европейской части России, на Кавказе, Урале и в Западной Сибири. Растет на лесных полянах, опушках, вырубках, в изреженных хвойных и хвойно-мелколистных лесах, на влажных и болотистых лугах. В Европе известна с давних времен. Сведения о лечебных свойствах имеются в немецких средневековых травниках.

Используют корневища, содержащие дубильные вещества (до 35 %); каротиноиды; кумарины; гликозид торментиллин; эфир торментол; флобафены; протокатеховую, хиновую и эллатовую кислоты; фенолкарбоновые кислоты; фенолы; тритерпиноиды (6 %); катехины; флавоноиды; воск; смолы; камедь; крахмал; флороглюцин. В корневищах зола (5,03 %); макроэлементы (мг/г): калий – 6,10, кальций – 7,40, магний – 0,80, железо – 0,40; микроэлементы: марганец – 2,50, медь – 1,04, цинк – 2,02, кобальт – 0,96, хром – 0,02, алюминий - 0,25, барий – 3,06, ванадий – 0,09, селен – 6,70, никель – 1,34, стронций – 0,81, свинец – 0,28, йод – 0,25, бор – 24,80 мкг/г. Концентрирует барий, кобальт, никель, стронций, особенно марганец, медь, селен, цинк [96].

Корневища обладают вяжущим, противовоспалительным, противомалярийным, противоожоговым действием. является диуретическим средством. Подземная часть рекомендована при мочекаменной болезни; надземная часть при гипертензии, кровохарканье, ревматизме; листья при головной боли [18 б].

Применяют в виде отвара *(Decocti Rhizoma Tormentillae),* брикетов в качестве вяжущего и противовоспалительного средства при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, воспалительных процессов в полости рта (стоматит, гингивит). Отвар готовят из 1 столовой ложки сырья на стакан кипятка. Применяют внутрь по 1 столовой ложке 3 раза в день. Входит колган в состав желудочных и вяжущих чаев, сборов.

В традиционной медицине применяют при женских болезнях, язве желудка и двенадцатипестной кишки, поносах, туберкулезе легких, трещинах кожи, воспалениях слизистых оболочек рта, ангине.

Кормовое растение для крупного рогатого скота. Пригоден для окрашивания тканей в черный, коричневый и красный цвета, а также для дубления кож.

С древних времен сушеное корневище известно под названием “завязный корень“ (Rhizoma Tormentillae). Применяли его помимо указанных показаний для спринцеваний, примочек и присыпок как вяжущее средство, а также против поноса [8].

Вяжущее и бактерицидное действие лапчатки прямостоячей использовали в народе в виде примочек при ожогах, кожных сыпях, как кровоостанавливающее средство. Отвар корневищ использовали для полосканий и при кровоточащих ранах, мокнущих экземах, ожогах, язвах.

Применяют внутрь отвар корневищ при внутренних легочных, желудочных, кишечных, маточных и других кровотечениях.

Готовят отвар из расчета 2 чайные ложки дробленого корневища на 1 стакан воды, принимают по 1 столовой ложке 3-4 раза в день за 30 мин до еды или через 1 час после еды.

Отвар этот рекомендовали применять и в качестве наружного средства (полоскания) при ангине (через каждые 2 часа), воспалении десен и слизистых оболочек ротовой полости.

При трещинах на губах или руках готовили мазь из расчета 5 г порошка корней сваренного в 200 г сливочного масла.

Корневища этого вида входят в состав желудочных и противовоспалительных сборов.

Считалось, что высушенный и мелко истертый корень – лучший зубной порошок, а отвар из 30 г корня или травы, заливали 1 стаканом кипятка, настаивали 15 минут, процеживали и пили по 1 столовой ложке каждые 2 часа при поносе, обильных слизистых отделениях и кровотечениях [39].

В ветеринарии отвар используют для полосканий при ангине, стоматите, фарингите, для компрессов, при диспепсии у новорожденных телят, амебной дизентерии, хронических гепатитах. Дозы: коровам и лошадям – 20-40 г; овцам, козам, свиньям – 5-15 г; собакам – 1-4 г; кошкам и курам – 0,5-1,0 г; лисицам и песцам – 0,5-2,0 г 3 раза в день [25].

В гомеопатии применяются*: Tormentilla – Injeel (forte) (D4), D10, D30, D200.*

ЛАПЧАТКА СЕРЕБРИСТАЯ

Potentilla argentea L.

Семейство розоцветные – *Rosaceae*

Многолетнее травянистое растение, развивающее под землей корневище. Стебель прямостоячий, ветвистый. Листья пальчато-раздельные, покрыты сероватым пушком, сверху зеленые, снизу беловойлочные. Цветки желтые, мелкие, собраны в метельчато-щитковидное соцветие. Плод – морщинистая семянка.

Цветет с июня до сентября; плоды созревают с августа.

Распространена в южной части лесной и лесостепной зон страны, на лесных и степных лугах, по сухим склонам, залежам, на выгонах, вдоль дорог.

Химический состав изучен слабо.

Обладает вяжущим и спазмолитическим действием. используется при лечении малярии, фурункулов, стенокардии, ларингита.

Отвар травы и корней применяют в традиционной медицине при простудных заболеваниях, ангинах, расстройствах желудочно-кишечного тракта. При этом 3 чайные ложки сырья заливают стаканом кипятка, настаивают 2 часа, пьют по четверти стакана перед едой. Им же полощут горло. Листья используют как наружное ранозаживляющее средство. Их измельчают и прикладывают к ссадинам и порезам. Отваренную траву прикладывают при простуде к горлу, к опухолям.

Являются кормовыми растениями для крупного рогатого скота, коз, овец, свиней. Медоносное растение.

ЛАСТОВЕНЬ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

Vincetoxicum hirundinaria Medik.

Семейство ластовневые – *Asclepiadaceae*

Встречается под названиями: ластовень, скалозуб, николина бородка, чертова борода, тайная трава, чернушка.

Многолетнее травянистое растение с прямым стеблем до 200 см высотой. Листья супротивные, яйцевидные внизу и ланцетные вверху. Длина листа 6-10 см, ширина 3-5 см. черешки короткие, 0,5-1 см длиной. Цветки белые, мелкие, 8-10 мм в диаметре. Собраны в пазушных малоцветковых зонтичках. Цветоножки равны цветкам. Плоды – листовки ланцетной формы, заполнены множеством продолговато-яйцевидных семян бурого цвета.

Цветет в июне – июле; плодоносит в августе.

Распространен в Северо-Западных, центральных и юго-восточных районах европейской части России, в Западной и Восточной Сибири, на Дальнем Востоке, на Кавказе по берегам рек, опушкам лесов и в лесах, в кустарниках.

В корнях и семенах содержатся алкалоиды; флавоноиды; сапонины; гликозиды. Первым из гликозидов был выделен винцетоксин в 1885 году.

Оказывает жаропонижающее и слабительное действие. Семена используют как рвотное средство. применяют при сердечно-сосудистых заболеваниях (гипертония, аритмия), болезнях почек и мочевыводящих путей, эндокринной системы, при диабете, при лечении органов пищеварения [18 б].

В традиционной медицине на Руси указывалось, что “прежде это растение употреблялось от водяной, от заразительных лихорадок, от укушений змеями” [4].

Растение ядовито, особенно в свежем виде. Нередко отмечается отравление им животных. Недаром корень ластовня использовали как острое рвотное средство, обладающее мочегонным и потогонным действием [90].

По данным народных корреспондентов, отвар корня 10 г на стакан воды принимали по столовой ложке 3 раза в день при сильных сердцебиениях и гипертонической болезни. Пользуются и настойкой из 15 г корня на 100 мл спирта или стакан водки. Принимали ее по 10 капель 3 раза в день.

В гомеопатии эссенция из свежих листьев применяется при лечении диабета.

ЛАСТОВЕНЬ СИБИРСКИЙ

Vincetoxicum sibiricum (L.) Desne.

Семейство ластовневые – *Asclepiadaceae*

Многолетнее травянистое растение с тонким ползучим корневищем и несколькими ветвящимися стеблями до 30 см высотой. Все органы растения покрыты короткими жесткими волосками. Листья супротивные, линейно-ланцетовидные, цельнокрайние. Цветки желтовато-беловатые, расположены на концах ветвей в пазухах верхних листьев в виде ветвистых зонтиков. Плоды – веретенообразные листовки с яйцевидными, сильно сплюснутыми семенами.

Распространен в лесостепной зоне на редкотравных и солонцеватых лугах.

В корнях и семенах содержатся гликозиды винцетоксин и асклепиадин, сапонины, другие вещества. Растение ядовито.

Корневище оказывает диуретическое действие; применяется при диарее, дисменорее. Трава и семена применяются при болезнях органов пищеварения.

В традиционной медицине настойку корней этого вида ластовня применяют при водянке, как слабительное, мочегонное, рвотное средство, а

также при сердцебиении. Корни и листья прикладывают к ранам, и это способствует их быстрому заживлению.

В гомеопатии используют эссенцию из свежих листьев [51].

ЛЕН СЛАБИТЕЛЬНЫЙ

Linum catharticum L.

Семейство льновые – *Linaceae*

Встречается под названиями: кукушкин лен, лен пропускной слабительный, ленок, лен дикий, сорочий лен, лен прокосный.

Однолетнее, реже двулетнее, иногда многолетнее растение высотой 5-70 см с тонким вертикальным корнем и прямым стеблем. Листья супротивные, цельнокрайние; нижние продолговато-обратнояйцевидные, верхние – ланцетные. Цветки белые, на длинных тонких цветоножках, до цветения поникающие. Плод – прямостоячая шаровидная коробочка длиной 2-3 мм. Семена 1-1,5 мм длиной, плоские, гладкие, светло-коричневые.

Распространен редко в европейской части Кавказа на влажных и сырых лугах, среди кустарников, в разреженных лесах, в поймах у ручьев, по полям.

Трава содержит аморфный гликозид линамарин, линарин [134], смолу, желтое красящее вещество [145]. В семенах жирное высыхающее масло (до 25 %).

Все органы растения обладают слабительным действием [34].

Отвар из сухой травы применяют для лечения водянки, почечно-каменной болезни, при камнях в мочевом пузыре. Трава, настоянная в масле, применяется от глистов [91].

ЛЕЩИНА ОБЫКНОВЕННАЯ

Corylus avellana L.

Семейство лещиновые – *Corylaceae*

Встречается под названием орешник.

Крупный кустарник высотой 2-5(7) м с длинными стройными стволами, покрытыми серо-коричневой гладкой корой. Листья очередные, овальные или округлые, шероховатые, по краям зубчато-пильчатые, длиной 6-12 см. Цветки мелкие, раздельнополые. Мужские цветки в длинных поникающих сережках. Женские цветки укрыты попарно в шаровидных почках., из которых во время цветения выставляются лишь красноватые рыльца. Плоды – орехи с плотной скорлупой.

Цветет ранней весной, в марте – апреле; плоды созревают в августе – сентябре. Размножается посевом семян и вегетативно: корневыми отпрысками и пневой порослью. Сеянцы плодоносят с 5-10 лет.

Распространена в лесной и степной зонах Европы, в Восточной Сибири, на Дальнем Востоке, на Кавказе, в Крыму. В России произрастает в подлеске хвойно-широколиственных и широколиственных лесов, особенно дубрав, преимущественно на осветленных участках, на вырубках и гарях, нередко образует сплошные чистые заросли на месте уничтоженных лесов.

Используют орехи (ядра) лещины, содержащие флавоноиды; жирное масло (58-71 %); белки (14-18 %); аминокислоты; сахара (2-5 %); витамины B_1,B_2, C, E, PP; соли железа. В коре дубильные вещества (11,6 %).

Жирное масло плодов оказывает антигельминтное, вяжущее и жаропонижающее действие. Плоды показаны при женском бесплодии; скорлупа плодов при аденоме предстательной железы, болезнях иммунной системы. Подземная часть применяется при малярии. Древесина, кора и листья при экземе, нейродермите, псориазе; болезнях сердечно-сосудистой системы (варикозное расширение вен и трофические язвы). Листья используются при анемии и злокачественных новообразованиях [18 б].

Ядра – ценный пищевой продукт. Их едят в сыром, сушеном, поджаренном виде, используют в кондитерском производстве. Масло плодов используется в парфюмерии, мыловаренной и лако-красочной промышленности. Жмых идет для приготовления халвы. Из древесины выжигают особый уголь, имеющий спрос у художников.

Облиственные ветви – хороший корм для скота.

Пыльца цветков лещины является сезонным аллергеном [18 б].

ЛИМОН

Citrus limon (L.) Burm.fil.

Семейство рутовые – *Rutaceae*

Небольшое вечнозеленое дерево 2,5-4(10) м высотой с раскидистой кроной. Молодые побеги красновато-фиолетовые (часто с колючками). Листья до 10 см длиной, очередные, коротко-черешковые, продолговато-яйцевидные, светло-зеленые, кожистые, с запахом лимона. Цветки белые, в небольших кистях или одиночные, расположены в пазухах листьев. Лепестки снаружи слегка пурпурные. Плоды эллиптические, к обоим концам суженые, 6-9(12) см длиной и 4-6 см в диаметре. Корка желтая, трудно отделяющаяся от мякоти. Долек 8-10. мякоть зеленовато-желтая, кислая. Семена до 1 см длиной, продолговато-яйцевидные.

Цветет лимон в разное время. Обычно цветение протекает в мае – начале июня; плоды созревают в ноябре – декабре.

Родиной лимона считают тропические острова Тихого океана.

В XII веке арабы завезли его на Ближний Восток, в Северную Африку, Испанию, Италию из Индии и Пакистана. На Черноморском побережье Кавказа с 1898 г., завезен в числе 12 “даров востока“ экспедицией Клинген-Краснова из юго-восточной Азии.

В плодах содержатся: лимонная кислота (6-8 %); сахара (до 3,5 %); витамины А, B_1, B_2, аскорбиновая кислота (45-83 мг%); флавоноиды (диосмин 0,3 %, гесперидин); производные кумарина (лиметтин, аураптен, биакангелицин, бергамоттин). В кожуре плодов – эфирное масло (до 0,6 %), в котором содержатся d-лимонен (до 90 %), цитраль (3-5 %), цитронелал. В семенах жирное масло; горькое вещество лимонин. В ветках и листьях эфирное масло (до 0,24 %).

Издавна используют плоды лимона в традиционной медицине при гипо- и авитаминозах, благодаря высокому содержанию витаминов С и Р. для больных лихорадкой готовят кислые напитки. При повышенной температуре готовят и применяют лимонад. Для этого достаточно в стакан воды выжать и опустить 2-3 ломтика лимона, добавив сахар по вкусу. Во многих странах масло, настойка коры и плодов, сироп, свежая и высушенная кора плодов используются в медицине.

Лимонный сок утоляет жажду, обладает жаропонижающими свойствами; его применяют при цинге, для натирания мест, пораженных лишаем. Имелись случаи применения сока при трудно излечимом кровавом поносе.

Лимонная корка, сваренная в сахаре, укрепляет желудок и способствует пищеварению.

По данным народных корреспондентов, рекомендовали для улучшения слуха ежедневно есть по ¼ части лимона, вместе с кожурой. У некоторых через неделю заметно улучшается слух [91].

Используют лимонное масло и в косметике. Готовят из него питательные кремы для жирной кожи. Например, в крем “Лимонный “ входят масло лимонное, оливковое, какао масло и настой листьев эвкалипта. Крем очищает, тонизирует, регулирует деятельность сальных желез, уменьшает количество жировой смазки, сдерживает развитие угревой сыпи, стягивает расширенные поры.

ЛИСТВЕННИЧНАЯ ГУБКА

Fomitopsis officinalis (Vill.) Bond. et Sing.

Семейство трутовиковые – *Polyporaceae*

Известно под названиями: агарик, трут лекарственный, трутовик лекарственный.

Гриб, паразитирующий на стволах лиственниц и других хвойных растений. Относится к классу базидиальных грибов *(Basidiomycetes)*. Состоит из мицелия, пронизывающего древесину, и плодового тела копытообразной, почти цилиндрической формы.

Распространен в Восточной Сибири; встречается в северо-восточных районах европейской части России и на Дальнем Востоке (Амурская область, Хабаровский край). Растет в горных районах, в хвойных лесах.

Плодовое тело *(Agaricus albus)* содержит агарициновую кислоту – агарицин (до 18 %); углеводы (до 43 %); белковые, липидные (до 65 %) вещества; эбуриколовую, лимонную и агариколовую кислоты; фурмаровую, рициноловую, шавелевую и яблочную кислоты; смолы (до 80 %); жирное масло; ситостерин, эргостерин, фитостерин; глюкозу и манит; лигнин (до 1,74 %).

Основное действующее вещество – агарициновая кислота. Агарицин и настой лиственничной губки обладают слабительным, кровоостанавливающим и противопотовым действием.

Агарициновая кислота в небольших дозах оказывает снотворное и успокаивающее действие.

В гомеопатии применяют настойку из губки.

ЛОБЕЛИЯ ВЗДУТАЯ

Lobelia inflata L.

Семейство лобелиевые – *Lobeliaceae*

Однолетнее растение высотой 40-70 (100) см с мочковатой корневой системой. Стебель прямостоячий, слабоветвистый, красноватый. Листья удлиненно яйцевидные, очередные, до 10 см длиной, по краям неравномерно-зубчатые. Цветки мелкие, 5-6 мм длиной, светло-синие, голубовато-фиолетовые, собраны в конечные пазушные соцветия. Плод –

кожистая коробочка с двумя гнездами, 7-10 мм длиной. Семена желтовато-коричневые, продолговатые, 0,5-0,8 мм длиной.

Цветет в июне – августе; плоды созревают в августе - сентябре. Размножается семенами. При рассадном способе вначале производят посев семян в парники на глубину 0,5 см с междурядьями 5 см. Рассаду высотой 6-8 см высаживают в грунт по схеме 60х20 см.

Распространена в Северной Америке – США и Канаде (до Лабрадора). Растет на открытых солнечных местах, вдоль дорог.

В России имеется опыт культивирования в Краснодарском крае, в Воронежской и Московской областях, а также в Закавказье.

Используют траву, содержащую алколоиды (в семенах – 0,30-0,55 %, в цветках – 0,17-0,35 %, в стеблях – 0,14-0,32 %, в листьях – 0,17-0,31 %). Основной алкалоид – лобелин (0,078 %). В надземной части макроэлементы (мг/г): калий – 42,6, кальций – 26,4, магний – 6,4, железо – 1.0; микроэлементы: марганец, молибден, алюминий, хром, ванадий, никель, свинец, бор, йод. Является концентратором железа, йода, меди, цинка, бария, стронция, лития, серебра, селена [96].

Наиболее перспективным видом для получения лобелина является лобелия жгучая *(Lobelia uzens L.)*. Содержание алкалоидов в ее траве 0,54-0,66 %, а в выделенном из них лобелине до 0,33 %.

Препарат Раствор лобелина хлористоводородного в ампулах применяется как возбудитель дыхательного центра, особенно в состоянии сильного его угнетения: при асфиксии новорожденных, при поражении электрическим током, молнией, при солнечном и тепловом ударе, отравлении наркотиками. Препарат возбуждает ганглии вегетативного отдела нервной системы.

Препарат Лобелина гидрохлорид *(Lobelini hydrochloridum)* кроме указанных показаний, возбуждает наряду с дыхательным и другие центры продолговатого мозга.

В больших дозах лобелин возбуждает рвотный центр, вызывает паралич сердца, глубокое угнетение дыхания и тонико-клонические судороги.

Как средство для отвыкания от курения используют препарат Лобесил, содержащий 2 мг лобелина гидрохлорида. Он уменьшает стремление к курению и тягостные для курильщиков явления, связанные с прекращением курения. Применение препаратов лобелии должно производится под наблюдением врача.

ЛОЖЕЧНИЦА АРКТИЧЕСКАЯ

Cochlearia arctica Schlecht/ ex DC.

Семейство капустные – *Brassicaceae*

Встречается под названиями: варуха, ложечник, ложечный хрен, морской салат, цинготная трава, полевой хрен.

Небольшое двулетнее растение высотой 7-40 см. Развивает прикорневые, черешчатые, продолговато-овальные листья. Стеблевые листья сидячие, цельнокрайние, стеблеобъемлющие в верхней части. Цветки белые, небольшие, 3,5-4,0 мм, собраны в соцветие кисть. Плоды – стручечки, широко эллипсоидальной формы, длиной 5-7,5 мм, шириной 3-4 мм. В гнездах стручечка по 6-9 семян коричневого цвета длиной 1 мм и шириной 0,75 мм.

Цветет ложечница в июне – июле; плоды созревают в июле – августе.

Это арктическое растение распространено на глинистых холмах и песчаных местах побережья Ледовитого океана – Новой Земле, в Арктической Сибири, на Чукотке, Анадыре, Камчатке.

В траве содержатся до 0,3 % алкалоидов [55], один из которых способен снизить давление крови, а также горькие и смолистые вещества, камедь, бутилгорчичное масло.

В надземной части – эфирное масло, придающее зелени приятный вкус и запах. Используют его в качестве приправы к различным блюдам. В траве

содержится витамин С, поэтому полезно солить ложечницу на зиму и употреблять в свежем виде. В старые времена моряки соленую ложечницу брали бочками на корабли с целью предотвращения цинги.

Одно из старейших лекарственных растений, применяемое в качестве противоцинготного средства. Свежая трава применялась для приготовления ложечного сока, масла, сыворочного отвара [22].

Ложечный спирт пополам с водой применяли для полоскания рта [42].

При цинге применяли отвар травы из расчета: горсть травы заливали стаканом кипящей сыворотки или 20-30 г травы смешивали с медом на 2-3 приема [71].

В качестве мочегонного средства применяли масло ложечницы: 4 г свежего толченого семени смешивали с медом и применяли по половине чайной ложки 1-2 раза в день. Делали настойку из свежих сочных стеблей и листьев [97]. Ложечный спирт и свежий сок из корней эффективны при лечении ревматизма [131].

Ложечница пользовалась успехом при лечении цинги, водянки, кожных болезней. Применяли ее при чесотке, лишаях, хронических язвах, неподвижности суставов, параличе.

В качестве наружного средства свежая толченая трава прикладывалась к наружным язвам.

Сок из травы в смеси с небольшим количеством квасцов – хорошее средство для смазывания цинготных десен и язв во рту. Рекомендовалось и полоскание из 1 части сока и 1 части водки, подсластив их медом. Приносило облегчение это полоскание при ангине. Примочки сока “разгоняли” багровые пятна на ногах у цинготных больных.

Траву ложечницы употребляли ежедневно со щавелем в виде салата. Обычно из травы готовили следующую лекарственную форму: брали горсть травы и заливали 360 мл кипящей сыворотки, затем выжимали, процеживали и пили почайной чашке 2-3 раза в день. Выжатый сок из травы назначали также с сывороткой (сок в дозе 30-60 до 90 мл). применяли и другую

лекарственную форму: делали кашку из 30 г толченой травы, смешивали ее с медом и съедали в течении дня в 2-3 приема.

Семена ложечницы в дозе 3,7 г принимали в толченом виде в качестве прекрасного мочегонного средства.

В аптеках продавали “Сок ложечной травы”, чаще весной, наряду с другими противоцинготными средствами. Кроме того, 1 часть травы ложечницы смешивали с 1 частью порошка древесного угля и применяли в качестве зубного порошка для чистки зубов.

При кровавом поносе, астении, опухолях суставов, сыпях кашку из толченой травы давали 3 раза внутрь по десертной ложке.

Рекомендовали в аптеках и спирт ложечницы в качестве ветрогонного и мочегонного средства (на прием 30-60 капель).

Цинготным больным при атонии кишечника рекомендовалось давать по 1 капле на сахаре душистого летучего масла ложечницы, получаемого перегонкой свежих листьев [20].

Применяли на Руси зубной эликсир, состоящий из 16 г красной мирры, 4 г гвоздики. Все тщательно перемешивали, складывали во флакон и заливали 135 г спиртовой настойки ложечной травы и 4 г перуанского бальзама. Герметично завязывали флакон пузырем, прокалывали его и ставили в теплое место. Когда настой принимал окраску красного дерева, его профильтровывали. Настоем смазывали десны и полоскали после этого рот теплой водой [53].

На Руси более века использовали лекарственные формы: свежая трава – *Herba Cochleariae* и свежевыжатый сок – *Succus recens Cochleariae* , спирт – *Spiritus Cochleariae* [21].

В гомеопатии применяют при ожирении, расстройствах пищеварения, дерматитах [55].

ЛОМОНОС ПРЯМОЙ

Clematis recta L.

Семейство лютиковые – *Ranunculaceae*

Листопадное многолетнее травянистое растение с вьющимися побегами. Листья супротивные сложные перистые. Околоцветник простой , из 4-8 лепестков, тычинки многочисленные, пестиков много, нектарники отсутствуют. Плод – многосемянка, состоит из летучек с одним семенем.

Цветет в июле – августе; плоды созревают в августе – сентябре.

Ломонос прямой находил применение на Руси при запущенных венерических заболеваниях, сифилисе.

Применяли его при долговременной чесотке, сильной головной боли, меланхолии. Траву прикладывали к затылку.

В качестве наружного средства свежая трава ломоноса в толченом виде прикладывалась к венерическим и раковым язвам; считалось отвлекающим средством при подагрических болях. Для приготовления отвара брали 7,5 – 11 г цветущей травы, заливали 400 мл воды, давали закипеть в закрытом сосуде, процеживали и принимали по 120 мл 2, 3 или 4 раза в день. При приеме травы в сухом виде брали ее 0,18 г и смешивали с 0,36 г сахара или истертого корня солодки. Принимали 3 раза в день. Приемы доводили до 0,3 – 0,6 г Имелись случаи лечения малярии путем приема 3 раза в день 0,24 г порошка ломоноса, смешанного с 1,2 г корня горечавки.

Как наружное средство применяли его в виде примочки, присыпки для очищения язв. При упорной чесотке делали настой цветущей надземной части ломоноса из расчета 15 г травы на 400 мл кипяченой воды.

В аптеках на Руси был широко известен “Экстракт ломоносный”, принимали его при вышеуказанных заболеваниях в дозе 0,6 – 0,18 г в порошке с сахаром [22].

ЛОПУХ БОЛЬШОЙ

Arctium lappa L.

Семейство астровые – *Asteraceae*

Двулетнее травянистое растение высотой до 200 см с мясистым, толстым, веретеновидным стержневым корнем до 60 см длиной. Стебель прямостоячий, ребристый, красноватый, в верхней части сильно ветвистый, паутинисто-опушенный. Листья черешковые, крупные, прикорневые длиной до 0,5 м, сердцевидно-яйцевидные, сверху зеленые, снизу серовато-войлочные. Цветки обоеполые, трубчатые, лилово-пурпурные, собраны в шаровидные корзинки 3 – 3,5 см диаметром, образующие верхушечную щитковидную метелку. Плоды – крупные, 5-7 мм длиной, шириной 2,5 мм, серовато-бурые семянки с коротким хохолком длиной 3,0-3,5 мм.

Цветет в июне – августе; плоды созревают в июле – сентябре.

Распространен в европейской части России, на Кавказе, встречается в Карелии, в бассейне Волги, на Дону, реже в Сибири и на Дальнем Востоке, в Средней Азии. Произрастает в Средней Европе, Средиземноморье, в Малой Азии, Иране, Индии, в Китае и Японии. Встречается близ жилья, на пустырях, сорных местах, на окраинах полей, у дорог, реже на просеках, среди кустарников.

В корнях содержится полисахарид инулин (27-45 %); протеины (12,3 %); эфирное масло (до 0,17 %); органические кислоты (стеариновая, пальметиновая); углеводы (до 69 %); жироподобные и дубильные вещества; горечи; ситостерин; стигмастерин; слизи; смолы. Во всех органах значительное количество витамина С (в листьях – до 80 мг%, в корнях – 30-50 мг%). В листьях содержатся сесквитерпиноиды, ди- и тритерпиноиды; флавоноиды (до 18 %); лигнаны; фитостерины; высшие жирные кислоты; дубильные вещества (до 8 %).

Неогаленовые препараты из лопуха увеличивают диурез, оказывают небольшое желчегонное действие, регулируют деятельность поджелудочной железы, ее инсулинобразующую функцию.

Экстракт корней нормализует состав крови, снижает в ней концентрацию сахара.

Листья используют для обертывания больных мест при ревматизме и полиартрите. Делают это перед сном и держат всю ночь. Корень лопуха майского сбора трут как хрен и едят без нормы при раке желудка [161].

Отвар из 15 г корня на стакан воды принимают по ¼ стакана 3-4 раза в день как жаропонижающее средство, при нарушении обмена веществ, как “кровоочищающее”. При подагре чаще всего пользуются смесью из 25 г корня лопуха, по 20 г корневищ пырея и травы череды, 30 г всего растения фиалки трехцветной. Этой смеси берут 40 г на поллитра воды, кипятят на малом огне 15 минут. Принимают по стакану 3 раза в день (утром натощак).

Экзему лечат отваром из корня лопуха и корня одуванчика лекарственного (по столовой ложке на 3 стакана воды, ночь настаивают, утром 10 минут кипятят). Принимают по полстакана 4-5 раз в день [91].

При водянке принимают 3-4 раза в день по ⅓ стакана отвар из 20 г корня лопуха на стакан воды.

При радикулите к больному месту прикладывают нижней (пушистой) стороной свежий лист лопуха (на ночь). При этом боль вскоре утихает, возвращая больному трудоспособность.

Настой корня лопуха совместно с травой цветущего лугового клевера принимают по стакану 4 раза в день при туберкулезе легких. Соком из корня или листьев смазывают раны и язвы. Настоем лопуха лечат золотуху глаз, ушей, головы: дают пить без нормы и умывают больных этим настоем или отваром. За 2-3 дня можно излечить даже сильно запущенную золотуху.

В одном из русских травников [85] приводились следующие рецепты из этого растения. Делали отвар: из 7,5 г свежей травы, залитой 1 стаканом кипятка; давали 1 раз вскипеть, затем процеживали и пили по 1 чайной чашке 2 раза в день от головной боли, меланхолии и чесотки. Этим же отваром обмывали места, пораженные чесоткой. Порошок: цветки или листья толкли в порошок; 1 часть порошка смешивали с 2 частями сахара. Масса 1 порошка

не более 0,6 г. Принимали по 2-3 порошка в день при меланхолии, упорных и продолжительных головных болях, при болезнях костей и раке.

Листья и корни имели очень широкое применение в традиционной медицине России.

Используются главным образом корни, собранные ранней весной. Сушатся они прямо на солнце, после тщательной очистки от земли. Использовали его при многих болезнях: как мочегонное средство, при воспалениях в легких, от отдышки, при кровохарканьи, болях в боках, при туберкулезе, укусах ядовитых животных.

Применяли его от венерических болезней, внутренних и наружных застарелых нарывов, ран, язв.

Свежие листья прикладывают к больным местам при воспалениях, опухолях [25].

В традиционной медицине лопух применяется очень широко. Его назначают при почечно-каменной и желчно-каменной болезни, заболеваниях суставов и остеохондрозе, водянке; при энтероколитах, сопровождающихся запорами; сахарном диабете. Считается, что лопух помогает при острых лихорадочных заболеваниях, интоксикациях.

Препараты лопуха обладают противоопухолевым действием и применяются при лечении доброкачественных и злокачественных новообразований.

При указанных заболеваниях рекомендуют применять настой из 2 столовых ложек корня лопуха с 500 мл кипятка (суточная доза).

Из свежих листьев лопуха делают компрессы при болях в суставах, мастопатии, при лечении долго не заживающих ран. Растение применяют наружно при экземе и выпадении волос (в виде репейного масла или в виде отваров).

М.А.Носаль, И.М.Носаль [117] рекомендовали лечить долго не заживающие раны мазью, которую готовят следующим образом: 75 г измельченного свежего корня лопуха настаивают целые сутки в теплом месте

в 200 г подсолнечного масла (предпочтительно брать миндальное масло), потом варят 15 мин на медленном огне и процеживают.

Корень лопуха в виде настоя рекомендуют пить при ревматизме по стакану 5 раз в день.

ЛОТОС ОРЕХОНОСНЫЙ

Nelimbo nucifera Gaertn.

Семейство лотосовые – *Nelumbonaceae*

Многолетнее водное травянистое растение с возвышающимися над водой крупными листьями, диаметром до 50 см. Пластинки щитовидные, почти круглые, сверху темно-зеленые, снизу бледные, сизые от воскового налета. Подводные листья чешуевидные. Черешки прямостоячие, длиной 1-2 м. Первые листья появляются в мае. Корневища мощные, ветвистые, узловатые. Цветки до 23 см в поперечнике, очень красивые, розового цвета. Плоды – орешки серого цвета, длиной до 1,5 см.

Цветет в июле – августе; плоды созревают в конце сентября. Размножается семенами и отрезками корневищ. Первое упоминание об использовании лотоса в медицине Китая относится к 3000 году до н.э.

Распространен в России на Дальнем Востоке, в дельтах рек Волга и Кубань (на Кавказе). Встречается в Китае, Иране, Индии, Корее, Японии, Австралии. Культивируют в Индии, Китае и Японии ради съедобных корней и плодов.

Используются все части лотоса, содержащие в молодых листьях, ростках и зародыше сердечный яд – алкалоиды нелумбин, аспарагин, нуфарин, лиенсинг; в корневищах содержится 2 % аспарагина; крахмал; витамин С; аргинин, тригонеллин, лейцин; пантотеновая кислота; флавоноиды; сапонины; дубильные вещества; глюкоза; масла. В семенах – витамин С; нелумбин; лиепсинин; белок (15,9 %); сахара (20 %); эфирное масло; зола (3,9 %); микроэлементы – медь, марганец. В зародышах содержится до 1,2 % алкалоидов.

В традиционной медицине Китая плоды и корневища применяются в качестве тонизирующего средства, а плоды – орешки и листья в качестве вяжущего, антитоксического, мочегонного и кровоостанавливающего средства, а также при ночном мочеиспускании, поллюциях. Применяют при авитаминозе B_1. Препарат из листьев – при хронической бактериальной дизентерии. Суточная доза плодов и листьев 6-12 г.

Корень лотоса – вяжущее и кровоостанавливающее средство. Применяется при кровотечениях из носа; желудочном, легочном и маточном кровотечении; воспалении кишечника. Суточная доза 9-15 г.

В случае кишечных отравлений сухие коробочки лотоса настаивают и пьют вместо чая. Неспроста моряки на Каспии в своих судовых аптечках имеют его сырье.

При ожогах листья поджаривают до черноты, смешивают с вазелином и смазывают пораженные места.

Для улучшения слуха, зрения и памяти 19 г семян (без кожуры и сердцевины) мелко растолочь, смешать с 0,5 л неклейкого риса, сварить кашу и есть.

Орехи лотоса – лакомство для водоплавающих птиц: лебедей, казарок, уток. Корневища охотно поедают кабаны.

Из корневищ изготавливают муку; получают крахмал, сахар, масло.

ЛОХ УЗКОЛИСТНЫЙ

Elaeagnus angustifolia L.

Семейство лоховые – *Elaeagnaceae*

Серебристо-белый кустарник или дерево 3-6(10) м высотой, большей частью имеющий колючки. Молодые побеги густо покрыты звездчатыми чешуйками. Кора ствола и старых ветвей блестящая, красновато- или темно-бурая; колючки 0,5-4 см длиной. Листья очередные, коротко-черешковые, длиной 2-7 см, линейно-ланцетные или эллиптические, заостренные, цельно-

крайние; сверху серовато-зеленые, снизу серебристо-белые. Цветки душистые, длиной до 10 мм, по 1-3 в пазухах листьев, цветоножки короткие, 2-5 мм длиной. Околоцветник простой, снаружи серебристый, внутри желтый. Плод – ложная костянка, длиной до 2 см. костянка почти шаровидная, 0,7-1,4 см, у культурных форм до 2 см, с желтоватой мучнистой съедобной мякотью.

Цветет в мае – июне; плоды созревают в сентябре – октябре. Живет до 80-100 лет. Размножается семенами и вегетативно – делением, черенками.

Распространен в пустынных и полупустынных районах Средней Азии, Казахстана, в Закавказье. В России – в восточной части Северного Кавказа, в Западной Сибири. Растет по берегам рек, на бугристых песках, местами образует значительные заросли. Культивируется в России в степной и лесостепной зонах европейской части, как декоративное в более северных районах.

Используют плоды, кору ветвей и стволов, содержащие алкалоиды: элеагнин (0,1 %), тетрагидрогармол (0,05 %), N-метил-тетрагидрогармол (0,001 %); дубильные и красящие вещества. В цветках – эфирное масло (около 0,3 %). В листьях – аскорбиновая кислота (140-350 мг%). В мякоти плодов – углеводы (до 40 %), из них 20 % фруктозы; белки (до 10 %); немного дубильных и слизистых веществ. Ствол и ветви содержат значительное количество камеди [5].

В медицине из плодов получен концентрат дубильных и коллоидных веществ – Платином. Применяли его как вяжущее средство при энтероколитах, в виде полосканий – при различных заболеваний ротовой полости. Препарат обладает противовоспалительным действием и тормозит моторную функцию кишечника (при поносах). Камедь – эмульгатор и обволакивающее вещество при изготовлении пилюль и таблеток.

Лох – хороший медонос.

ЛУНОСЕМЯННИК ДАУРСКИЙ

Menispermum dahuricum DC.

Семейство – луносемянниковые – *Menispermaceae*

Полукустарник с вьющимися, травянистыми побегами (лиана). Корневище бурое или желтоватое, горизонтальное, сильно разрастающееся во всех направлениях, дающее многочисленные корни и надземные побеги. Стебли осенью почти полностью отмирают, перезимовывают лишь их одревесневающие основания, на которых ежегодно развиваются зеленые или красноватые, не ветвистые побеги, достигающие 2-2,5(4) м длины. Листья очередные, длинночерешковые, щитовидные, темно-зеленые; пластинка листа длиной 5-17 см, округло-угловатая с широко выемчатым или сердцевидным основанием. Соцветия малоцветковые, кистевидные, пазушные. Цветки мелкие, около 6 мм в диаметре, однополые, с желтоватым или розовым околоцветником; лепестки округлые. Плод состоит из 1-2 костянок, собранных в короткую кисть; черных, шаровидных, слегка почковидных, односемянных, мясистых, до 10 мм в диаметре. Косточка почковидная, около 8 мм в диаметре.

Цветет в мае – июне; плоды созревают в октябре. Размножается семенами, зелеными черенками и отрезками корневищ.

Распространен в России в Приморском крае, на юге Хабаровского края, в Забайкалье и близ Иркутска. Растет в прибрежных зарослях по берегам рек и ручьев.

Используют корневища с корнями, содержащие алкалоиды: даурицин (0,5-1 %), тетрандрин; в траве алкалоиды (до 1 %): синоменин (0,2-0,5 %), акутумин (0,005 %).

В медицине используют настойку и отвар из корней и корневищ для лечения гипертонической болезни I-II и III стадии. Клинические исследования показали, что даурицин понижает артериальное давление, увеличивает амплитуду сердечных сокращений. Даурицин понижает и уровень холестерина в крови.

МАГНОЛИЯ КРУПНОЦВЕТКОВАЯ

Magnolia grandiflora L.

Семейство магнолиевые – *Magnoliaceae*

Вечнозеленое дерево высотой до 45 м с мощной раскидистой кроной и развитой корневой системой. Ствол прямой , до 1,5 м в диаметре. Молодые ветви, почки, нижняя сторона листьев покрыты густым , бархатисто-войлочным опушением буроватого цвета. Листья очередные, черешковые, кожистые, цельно-крайние, обратнояйцевидные, до 25 см длиной, сверху блестящие. Цветки белые, крупные, до 22 см в диаметре, с сильным ароматным запахом. Плоды – многолистовки до 12 см длиной, напоминают шишку хвойных. Плодики – буроватые, войлочно-опушенные листовки. Семена обратнояйцевидные, до 8 см длиной, немного сплюснутые, ярко-красного цвета; после созревания свисают из плода на тонкой нити.

Цветет с мая по октябрь; плоды созревают в октябре. Размножается посевом семян в грунт и вегетативно (черенками, побегами).

Родина Северная Америка (от Северной Каролины до Флориды и Техаса). В России используется в зеленом строительстве как декоративное растение в южных районах Краснодарского края; на Украине (в Крыму), в Грузии, Азербайджане и в Средней Азии.

Используют листья, содержащие эфирное масло (до 0,59 %); рутин и другие флавоноиды (до 0,24 %); алкалоиды (до 2 %). В эфирном масле цитраль, цинеол, эфиры, спирты, фенолы, карбонатные соединения. В листьях макроэлементы (мг/г): калий – 11,7, кальций – 13,0, магний – 1,4, железо – 0,2; микроэлементы (мкг/г): марганец, медь, цинк, кобальт, хром, алюминий, никель, свинец, бор, йод. Является концентратором микроэлемента селена [96].

В официальной медицине Экстракт магнолии жидкий применяют на ранних стадиях гипертонической болезни. У больных улучшается самочувствие, уменьшается сердцебиение и боли в области сердца.

В традиционной медицине эфирное масло из молодых листьев и цветков применяют в качестве средства от выпадения волос. Спиртовую настойку из семян, плодов и коры применяют как противолихорадочное и тонизирующее сердечную деятельность средство, а также для лечения ревматизма. Кору магнолии применяли вместо хинина при малярии [26].

МАК САМОСЕЙКА

Papaver Rhoeas L.

Семейство маковые – *Papaveraceae*

Однолетнее травянистое растение высотой 30-80 см, с беловатым мало ветвистым корнем и прямостоячим, опушенным стеблем.. листья также опушенные, глубоко перисто-рассеченные. Цветки пазушные, одиночные, на длинных (10-25 см) цветоножках, 8-10 см в поперечнике, ярко-красного цвета. Плод – коробочка.

Цветет с июня по август; плоды созревают в августе – октябре.

Распространен в Европе почти повсеместно; на полях, в посевах. Часто разводят как декоративное (есть формы с махровыми цветками). Размножается семенами.

Используют лепестки, содержащие камедь, реадиновую кислоту, алкалоид реадин (до 1,5 %), минеральные соли.

В традиционной медицине издавна [21] используют лепестки *(Flores Rhoeados)* для приготовления слизистых сборов; входят они в состав грудного чая *(Species ad infusum pectorale*) от кашля.

МАЛЬВА ЛЕСНАЯ

Malva silvestris L.

Семейство мальвовые – *Malvaceae*

Известно под названиями: просвирник лесной, калачики, зензивер.

Двулетнее (реже однолетнее или многолетнее) травянистое растение высотой до 120 см со стержневым корнем. Стебель толстый, приподнимающийся или прямостоячий, ветвистый. Листья полукруглые, длиной до 3,5 см, шириной 6-7 см. Цветки розовые, крупные, 50-75 мм в диаметре, расположены пучками в пазухах листьев. Плод сухой, распадающийся на несколько голых плодиков – семянок. Семена почковидные, красные или темно-бурые.

Цветет в июне – сентябре; плоды созревают в июне – октябре. Размножается семенами.

Распространено на юге и в средней полосе европейской части России (заходит на восток до Волги), почти по всей Европе, в Средней Азии, в Крыму и на Кавказе. Общий ареал – вся Западная Европа, Северная Африка, Малая Азия и северо-западная часть Индии. Растет на пустырях, у дорог и заборов, в садах и огородах, реже среди зарослей кустарников, в парках и разреженных лесах. Дает самосев, становясь сорным растением. В конце 90-х годов введено в культуру в Московской области и в южных регионах России.

Используют траву, содержащую большое количество слизи (в листьях - от 8,2 до 17,2 %, в цветках - от 6,1 до 7,25 %); аскорбиновую кислоту (в листьях – около 3 %, в цветках – до 1 %); каротин (в листьях – около 0,05 %); углеводы (в листьях – 2,24 %); дубильные вещества; флавоноиды; жирные кислоты (мальвовая, стеркуловая); значительное количество сахаров (свыше 2 %) и каротина (около 12,5 мг%). В цветках много красящих веществ (гликозид мальвин и дигликозид мальвидин). В семенах жирное масло (от 10 до 18 %).

Как лекарственное растение мальва известна с древних времен. Авиценна рекомендовал отвар травы прикладывать к поврежденным местам при ожогах, а настой из цветков или цветки в составе мази с оливковым маслом использовать при язвах в почках и мочевом пузыре…

Настой травы применяют при катаре верхних дыхательных путей, катаральном воспалении кишечника, как обволакивающее и

противовоспалительное средство. Используют также наружно в виде припарок и для полосканий полости рта и горла.

В официальной медицине может заменить лекарственные формы алтея, клубни салепа.

Мальву лесную используют и как пищевое растение. Ее употребляют в качестве салата или шпината, в сыром и отварном виде; входит в состав винегретов. Зелень обладает приятным сладковатым вкусом и действует слегка послабляющее.

Еще 100 лет назад на Руси использовали [22] лекарственные формы: цветки *(Flores Malvae);* они входят в состав сбора для полоскания горла (*Species ad gargarisma*) и мягчительных сборов *(Species emollientes),* листья *(Folia Malvae).*

МАНДРАГОРА ТУРКМЕНСКАЯ

Mandragora turcomanica Mizq.

Семейство пасленовые – *Solanaceae*

Мало изученный вид, близкий к мандрагоре лекарственной, встречающейся в Южной Европе.

Многолетнее травянистое растение с толстым, веретеновидным корнем корнеплодного типа, достигающим глубины 60 см. Над поверхностью почвы развивает розетку листьев. Листья продолговато-яйцевидные, почти цельные с заостренными концами, на коротких черешках. Цветки зеленовато-белые, числом около 10, расположены на коротких цветоножках в центре розетки. Венчик около 3 см длиной. Плод – шаровидная ягода, желтого цвета, 2-3 см в диаметре.

Распространена в Западном Копет-Даге, Туркменистане.

В корнях мандрагоры туркменской содержатся алкалоиды (до 0,35 %).

В мандрагоре туркменской найден гликоалкалоид соланин.

Известна в медицине с глубокой древности. Сок из корней и плодов этого вида смешивали с вином и применяли как снотворное средство. По

фармакологической активности экстракты корней близки к белладонне, белене, дурману. Может применятся для приготовления болеутоляющих и антиспазматических средств при желудочно-кишечных заболеваниях, а также при мышечных, суставных и невралгических болях.

В гомеопатии применяются: *Mandragora – Injeel (forte) (D4), D8, D12, D30, D200.*

МАРГАРИТКА МНОГОЛЕТНЯЯ

Bellis perennis L.

Семейство астровые - *Asteraceae*

Встречается под названиями: бархатный цвет, бельцы. сердечная трава, скороспелки, стократ, стоцвет.

Многолетнее травянистое растение высотой до 15 см с коротким корневищем и с розеткой прикорневых тупых, лапчатых листьев. Цветки белые или розовые, расположены на безлистной стрелке с одной корзинкой. Плоды без хохолка, сплюснутые, продолговато-обратнояйцевидные, гладкие.

Распространена в средней и западных областях России, в Крыму и на Кавказе, одичало на Дальнем Востоке. Произрастает на лугах и в рощах. Часто разводится в садах (среди садовых есть махровые формы), легко дичает.

В цветущих корзинках содержатся органические кислоты (яблочная, винная, уксусная, дубильная, щавелевая); смолы; эфирное масло; инулин; сапонин; желтое красящее вещество [68]. В корнях тритерпиноиды (до 7 %); флавоноиды; жирные кислоты.

Выжатый сок из свежей травы показан при переломах, ранах. Молодые листья рекомендуют использовать весной для салатов. Эссенция из свежего цветущего растения применяется в гомеопатии [50].Используют маргаритку при лечении ран, подагры, болей в бедре, при зобе. В Литве применяют при кашле (отхаркивающее средство). Толченые листья с маслом применяли при

туберкулезе [160]. Выжатый сок – ранозаживляющее, слабительное средство. Трава и корень использовались при ревматизме.

В толченом виде маргаритку прикладывали к ранам. При лечении туберкулезе, удушливом кашле брали горсть травы с цветками, заливали 240 мл кипятка или сыворотки и принимали 2-3 раза в день. Также принимали по 30-60 мл выжатый сок маргаритки.

Траву применяли больные после падения, поднятия больших тяжестей. Приготавливали отвар из цветущей маргаритки – 2 горсти ее клали на бутылку воды, которую уваривали до половины; процеживали отвар и пили ежедневно натощак по рюмке, добавляя печной сажи по 1,8 г или чайной ложке. Пили эту смесь 12 дней или 2 недели [201].

В гомеопатии маргаритку использовали для выведения родимых пятен [50]. В гомеопатии применяются: *Bellis perenis – Injeel (forte) (D8), D12, D30, D200.*

МАРЕНА КРАСИЛЬНАЯ ГРУЗИНСКАЯ

Rubia tinctorum L.

Семейство мареновые – *Rubiaceae*

Встречается под названиями: марена грузинская, марена черешковая, крап, марзана, марена кизлярская, марина.

Многолетнее травянистое растение высотой до 2 м с длинным горизонтальным корневищем и полегающим, ветвящимся, четырехгранным, тонким стеблем. Листья у нее по 4-6 в мутовках, длиной до 9 и шириной до 3 см, ланцетные или яйцевидные, заостренные, короткочерешковые. Цветки мелкие, желтовато-зеленые, до 1,5 мм в диаметре, собраны в малоцветковые зонтики на концах стеблей и ветвей. Плоды – ягодообразные, сочные костянки, черного цвета, длиной до 5 мм.

Цветет марена в июне – сентябре; плоды созревают в сентябре – ноябре на первом году жизни.

Произрастает в Средиземноморье, в Азии и в Америке. В России встречается на Северном Кавказе и в Закавказье, в Восточной Сибири, на Дальнем Востоке. Распространена от приморских равнин до склонов гор на высоте до 700 м н.у.м. К почвам не требовательна. В центральной части ареала приурочена к дубравам, как сорняк в виноградниках, фруктовых садах, вдоль изгородей.

Известна была в Древнем Египте, Риме, Греции, Индии, как красильное растение – источник красной краски под названием крап. Вначале было введено в культуру впервые в Передней Азии. Возделывалась в середине прошлого века в России на Северном Кавказе и в Азербайджане.

Размножается семенами путем весеннего посева на глубину 3-5 см. расход семян 1.4-2,0 г/м²; ширина междурядий 60 см. Прорастают семена при температуре 8-10°С. Почву готовят с осени, когда под перекопку (перепашку) вносят 2-3 кг/м² навоза и нитроаммофоску 15-20 г/м². При посеве семенами вносят гранулированный суперфосфат в дозе 3 г/м². Со второго года осенью под перекопку вносят в междурядья 30 г/м² аммофоску; в период вегетации вносят азотные удобрения в дозе 3 г/м².

Корневища с корнями убирают осенью на третьем году жизни.

Корневища с корнями содержат антрахиноны (до 27 %); флавоноиды (до 0,6 %); иридоиды; тритерпиноиды; окси- и оксиметилантрахиноны (5-6 %); руберитриновую кислоту; галиозин; ксантопурпурин; пурпурин; псевдопурпурин; рубиадин гликозид; муньистин; ализарин; рубиадин; органические кислоты (лимонную, яблочную, винную). В надземной части кумарины (0,2 %); карденолины; пектины. В семенах фосфолипиды (до 0,9 %).

Используется при анемии, аменорее, заболевании селезенки, почечных камнях.

Целебные свойства марены отмечались в трудах Диоскорида, Гиппократа, позже Галеном. Они рекомендовали ее для лечения желтухи, туберкулеза и других болезней. Способствовала она срастанию костей.

Сухой экстракт марены красильной в последнее время применяют при мочекаменной болезни. Он оказывает спазмолитическое и мочегонное действие, способствует разрыхлению мочевых камней, содержащих фосфаты кальция и магния. Настойка корня марены входит в состав препарата Цистенал, также применяемого при мочекаменной болезни.

Корень ее обладает мочегонным, желчегонным, вяжущим действием. Применяли это растение в детской практике при “Английской болезни” (рахите), при астенических болях. Отвар корня рекомендовали пить в течении 20-30 дней, принимая по 120 мл утром и вечером. Для отвара брали 30 г корня и кипятили в 400 мл воды, уваривая до 240 мл. Затем процеживали, подслащивали медом и давали детям по 2-3 столовых ложки на прием, несколько раз в день.

Взрослым марену давали в порошке от 1,8-3,7 г каждые 3 часа. Малолетним детям давали в виде кашки, то же количество порошка смешивали с медом и давали по чайной ложке 3-4 раза в день.

Некоторые народные врачеватели отмечали, что при употреблении марены после перелома костей, они скорее срастаются. При рахите применяли испытанное средство: брали 8,5 г высушенного, собранного осенью корня марены и добавляли столько же мелко измельченной травы трифоли (вахты). Заливали полбутылки воды и варили, пока не останется половина жидкости, затем процеживали, прибавляли 2,1 г соды, подслащали медом, сахаром и давали по столовой ложке каждые 2 часа [39].

Марена обладает красильными свойствами. Посевы ее производили при красильных фабриках. Убирали корни на 3-4 год. Настаивали корень на слабом растворе квасцов, осаждали содой и получали розовую краску, называемую баканом.

В деревнях девушки делали румяна, настаивая корни на водке с прибавлением небольшого количества соды.

Марена является источником ценного красителя. Шерсть, окрашенная краппом, не теряла окраски в течении тысячелетий. Надземная часть – корм для домашнего скота. Медоносное растение.

МАРЬ ПРОТИВОГЛИСТНАЯ

Chenopodium anthelminticum L.

Семейство маревые – *Chenopodiaceae*

Многолетнее травянистое растение высотой до 300 см со стержневым корнем. Стебель прямой, ветвистый, ребристый, голый. Листья очередные, черешковые, длиной 12-15 см, заостренные, к основанию суживающиеся, разные по форме (эллиптические, яйцевидные или ромбические). Цветки мелкие, 1,0-1,5 см в диаметре, собраны в метельчатое соцветие на концах ветвей. Плоды округлые, односемянные, до 1,2 мм в диаметре. Семена 0,75-1,1 мм в диаметре.

Цветет с середины августа до конца вегетации; плоды созревают в сентябре. Размножается семенами.

Родина – Центральная и Южная Америка. Изредка встречается в южных районах европейской части России и в Закавказье. Может культивироваться в Краснодарском крае.

Используют плоды с неогрубевшими зелеными верхушками для получения эфирного масла (хеноподиевое масло), содержащего аскаридол (до 80 %), n-цимол, l-лимонен, α-терпинен, силивестрен, d-камфору. Эфирное масло содержится в околоплодниках (1,5-4 %), в листьях (0,2-0,6 %). В стеблях и семенах только следы.

Эфирное масло *(Oleum chenopodii)* применяют в качестве противоглистного средства при аскаридозе, анкилостомидозе; губительно действует оно и на остриц. Является не только лечебным, но и профилактическим средством.

Масло способно погубить не только половозрелых аскарид, но и неполовозрелых. После лечения у больных не обнаруживались даже яйца гельминтов.

Лучше применять масло одновременно со слабительными средствами (касторовым маслом). Касторовое масло обволакивает слизистую оболочку кишечника, уменьшает всасывание и снижает тем самым токсическое действие хеноподиевого масла.

Трава другого вида – мари душистой на Руси использовалась при лечении нервной системы, оказывая действие подобно валериане и мяте. Применяли ее при грудных спазмах, одышке, при кашле, особенно связанном с гнойным воспалением легких, параличе, в т.ч. языка. Считалось очень полезным растением. Семена применялись для улучшения пищеварения и при глистах.

Все растение в виде водного настоя, винной настойки использовали при мочекаменной и почечнокаменной болезни.

Свежую траву в толченом виде прикладывали для очищения кожных язв. Для лечения вышеуказанных болезней обычно использовали 15 г травы, заливали 300 мл крутого кипятка, подслащали медом и пили с молоком вместо чая.

Применяли и растертую траву с медом в виде кашки от 0,12 до 1,8 г 2-3 раза в день. Семена употребляли тоже с медом в дозе для детей 1,2 г , взрослым по 3,7 г на прием. При паралличных приступах (“припадках“) рекомендовалась настойка этого растения, которую готовили из 30 г травы, залитой 60 мл водки. Принимали ее по 20-40 капель на прием. Для наружного употребления готовили “ароматный бальзам“ из слабо разведенного спирта с лавандой, розмарином и “благовонной марью“. Интересно знать, что на Руси траву мари клали в шкафы, сундуки для сбережения белья, платьев от моли [201].

В многоцелебном русском лечебном травнике [110] указывалось, что марь противоглистная (“кудрявца трава“) обладает противосудорожным, глистогонным, ветрогонным действием; ускоряет родовой процесс.

В последние годы марь противоглистная применяется редко.

В гомеопатии используются: *Chenopodium anthelminthicum – Injeel (forte) (D6), D12, D30, D200.*

МАСЛИНА ЕВРОПЕЙСКАЯ

Olea europaea L.

Семейство маслиновые – *Oleaceae*

Вечнозеленое дерево высотой 3-7(12) м. Образует корне-отпрыски и искривленный ствол. Листья супротивные, почти сидячие, 5-8 (до 12) см длиной, кожистые, ланцетные или продолговатые. Цветки мелкие, душистые, белого цвета, собраны по 15-30 в соцветиях, расположенных в пазухах листьев. Соцветие – кисть или маловетвистая метелка. Плод – продолговатая, яйцевидная или шаровидная костянка длиной 2-3,5 см с мясистой, беловатой, маслянистой мякотью и очень твердой косточкой. Окраска плода черная, красноватая, лиловая, реже беловатая. Косточка продолговатая, имеет бурую окраску.

Цветет в мае – июне; плодоносит в сентябре – декабре.

Распространена в Крыму, на Кавказе, в некоторых районах Средней Азии.

В плодах содержится невысыхающее оливковое масло (от 25 до 70 %). Часто его называют прованским маслом. В мякоти плодов: протеин (6,2 %); жиры (51,9 %); экстрактивные вещества (10,5 %). В составе масла глицериды олеиновой (до 80 %), пальмитиновой (до 50 %) кислот. Основная часть костянки содержит невысыхающее оливковое (прованское) масло (25-70 %), прозрачное, душистое. В листьях содержится эфирное масло, в составе

которого эвгенол, алкалоиды, гликозид олейропеин, дубильные и горькие вещества, смолы, аскорбиновая кислота, органические кислоты, фитостерины.

Одно из древнейших культурных растений. Неспроста голубь в глубокой древности был эмблемой мира. В клюве его изображали веточку маслины. Гомер воспевал маслину в известной “Одиссее“.

С древних времен на Руси находили применение следующие лекарственные формы: прованское масло – *Oleum Olivarum Provinciale* , входило в состав свинцовой мази доктора Гебры – *Unguentum diachylon Dr. Herba* и пластырей : липкого – *Empl. adhaesivum* , гуммозного – *Empl. Plumbi*, мыльного - *Empl. saponatum*. Прованское масло входило в состав многих мазей, в т.ч. масла шпанских мух – *Oleum cantharidatum*, медицинского мыла, мыльного спирта, мази от пролежней – *Ungt. plumbi tannici* и спермацетной мази – *Ungt. Cetacei* [22].

Оливковое масло с давних времен применяли в качестве обволакивающего, мягчительного и нежного слабительного средства при заболеваниях органов пищеварения, желчнокаменной болезни. Использовали его в качестве основы для мазей, пластырей.

Оливковое масло применяли при отравлениях сильнодействующими ядами (типа мышьяка). Больным давали обильное питье из молока и масла до появления рвоты. Применяли оливковое масло в качестве глистогонного средства, при упорных “непреодолимых“ запорах от одной чайной ложки до чайной чашки, периодически повторяя приемы.

Использовали оливковое масло для втирания в места укусов бешеных собак и змей, при ужалениях пчел и других насекомых [44].

В общедоступном народном самолечебнике – травнике (М., 1918) приведены следующие рецепты применения оливкового масла.

Рецепт от кашля: оливковое масло смешивали с яичным желтком и сахаром; смесь принимали утром и вечером по 2 чайных ложки. И далее, способ изгнания солитера: больной 3 дня должен скудно питаться (например,

мясной суп без мяса, гренки, чтобы притупить чувство голода), на 4-й день натощак он должен выпить 3 столовые ложки чистого прованского масла и через 10 минут поставить клизму из теплого топленого молока. Вместе со стулом глист выходит вместе с головкой [125].

Плоды маслины в свежем и соленом виде являются деликатесом, имеют прекрасный, своеобразный вкус; широко используют их в консервной промышленности.

Оливковое масло применяют для различных технических целей, освещения, в мыловарении. Жмых идет на корм скоту.

В традиционной медицине наших дней прованское масло рекомендовано для профилактики и лечения атеросклероза, язвы желудка, при камнях желчного пузыря; используют его при запорах, болях в животе; в качестве наружного средства применяют при ушибах, укусах насекомых, парше.

Листья маслины в свежем виде (экстракт, настой) использовали для снижения кровяного давления, в качестве диуретического средства, для нормализации дыхания.

МЕДУНИЦА ЛЕКАРСТВЕННАЯ

Pulmonaria officinalis L.

Семейство бурачниковые – *Boraginaceae*

Встречается под названиями: легочница, легочная трава, белостойка, лесное копыто, синенький корень, первоцвет, плющевая трава, подорожник, попел, припарная трава.

Многолетнее травянистое растение высотой 8-60 см с тонким, ползучим корневищем и прямостоячим стеблем. Листья по 3-5 собраны у основания стебля в виде прикорневой розетки; крупные, продолговато-яйцевидные, заостренные, цельнокрайние, иногда с беловатыми пятнами; при основании пластинки образуют узкокрылатый черешок в 1,5-2 раза длиннее листовой пластинки. Цветки средней величины. Венчик вначале розовый,

затем сине-фиолетовый, перед опаданием – синий. Плод – мелкий, блестящий орешек.

Цветет в апреле – мае; плоды созревают в июне – августе.

Распространена в Европе, в т.ч. в европейской части России, в Западной и Восточной Сибири, в Грузии и в Закавказье. Произрастает в смешанных лесах, среди кустарников.

Используют все свежее цветущее растение или надземную часть. В траве содержаться дубильные вещества (до 10 %); много слизи; аскорбиновая кислота (до 0,15 %), каротин, рутин; следы алкалоидов; полифенолы; большое количество марганца (3,8 мг в 100 г свежей травы), йода, других микроэлементов (железа 200 мг в 100 г свежей травы). Используют как декоративное в ряде стран Европы.

Применяют ее в традиционной медицине на Руси в качестве мягчительного и слегка вяжущего средства при воспалении верхних дыхательных путей [21]. Лекарственная форма – *Herba Pulmonariae maculosae.*

Это растение исстари служило на Руси лечебным средством при туберкулезе легких, особенно у детей; при воспалении зева и бронхов, астме; хорошо помогает при диатезе и геморрое. Часто употребляется при экземе, зобе, болезнях печени, нефритах [89].

Настой из травы используют при сильном кашле, болях в груди, заболеваниях почек и мочевого пузыря.

Легочную траву рекомендовали при воспалении легких, кровохаркании, заболеваниях желудочно-кишечного тракта, воспалениях почек, камнях в мочевом пузыре, золотухе, заболеваниях женской половой сферы.

При приеме внутрь готовили настой из 4 чайных ложек измельченной травы в 2-х стаканах кипятка, настаивали процеживали и пили по ½ стакана 3-4 раза в день за полчаса до еды. Настой подслащали медом, сахаром.

Местное население Башкирии называло медуницу йод-травой. Действительно, сок травы по цвету напоминает йод. Соком, подобно йоду, прижигают раны.

Целебный чай делали из горсти сухой травы медуницы, залитой 180 мл горячей воды. Пили этот чай с медом при туберкулезе, кровохаркании, воспалении легких, упорном кашле, хрипоте, при болях в печени и почках. Рекомендовали свежую траву отваривать в супах.

Свежую траву в толченом виде прикладывали к ранам, что способствовало их заживлению.

Используется трава в виде настоя, отвара из расчета 10 г сухой травы на 200 мл воды и пьют по 1 стакану 2 раза в день утром и вечером глотками при экземе, псориазе, витилиго, облысении, красном плоском лишае, фурункулезе. Отвар применяют и наружно в виде ванночек при пиодермитах. Порошок из листьев эффективен в качестве присыпок при трудно-заживающих ранах [68].

Является хорошим медоносом. Поедают ее охотно только козы и овцы [81].

В гомеопатии применяется: *Pulmonaria vulgaris – Injeel (forte) (D3), D10, D30, D200.*

МЕЛКОЛЕПЕСТНИК КАНАДСКИЙ

Erigeron canadensis L.

Семейство астровые – Asteraceae

Встречается под названиями: белоголов, блошница, богатинка, божанка, блошник, бурьян, глоточная трава, головчик, ложная лебеда, старец и другие.

Однолетнее растение высотой 5-200 см с ветвистым, веретенообразным, вертикальным корнем. Стебель прямой, тонко-серебристый, негусто усаженный жестковатыми волосками. Листья ланцетовидные, острые, цельно-крайние; в верхней части с редкими

зубчиками. Длина пластинки 3-8 см, ширина 4-12 мм. Верхние листья линейные, более узкие. Цветки с беловатым, очень узким венчиком. Срединные цветки трубчатые. Собраны цветки в многочисленные корзинки, представленные в метельчатом соцветии длиной 10-40 см и шириной 2,5-8 см. Плод – семянка с одним рядом грязно-белых волосков.

Распространен мелколепестник почти повсеместно в России на песчаных местах, по берегам рек, на полях, сорных местах [26].

Содержит дубильную и галловую кислоты; эфирное масло (0,2-0,4 % в свежей траве), в нем - терпинеол, d-лимонен [61], линалоол, дипентен [42]. В листьях каучук (до 0,84 %) [64].

Цветущее растение применяется при расстройствах желудка [75]. Экстракт растения применяли при кровавом поносе, водянке, болях в мочевом пузыре [196]. Отвар травы рекомендовали использовать при глазных болезнях, сыпи и лишаях [68].

Из других видов мелколепестника представляет интерес мелколепестник острый – *Erigeron acre L.* Листья его использовали при изжоге, болях в грудной клетке [9]. Цветущее растение применяли при лихорадке [82].

Траву мелколепестника канадского в свежем и консервированном виде применяли при цинге. Использовали ее в толченом виде, подогревали с коровьим несоленым маслом или с салом и мукой. Затем прикладывали к твердым опухолям, нарывам, чирьям, больным местам [122].

В гомеопатии настойку принимают 3 раза в день по 10 капель.

МНОГОНОЖКА ОБЫКНОВЕННАЯ

Polipodium vulgare L.

Семейство многоножковые – *Polipodiaceae*

Встречается под названиями: боромец дикий, каменный зверобой, каменный папоротник, сладкий папоротник, сладкий корень, зерлик, папорот, славик, черный папоротник.

Многолетнее травянистое споровое растение высотой до 45 см без надземного стебля, с ползучим, сладким на вкус корневищем, густо покрытым бурыми, пленчатыми чешуйками. Листья двухрядные, сочленены с корневищами. Черешок короче пластинки, соломенно-желтого цвета. Листовая пластинка треугольно- или линейно-ланцетовидная, кожистая, зимующая, глубоко перисто-рассеченная. Верхушка пластинки заостренная или тупая. Передние нижние веточки жилок на конце утолщены и несут на себе кучку округлых спорангиев (сорусов). Расположены они в один ряд по обе стороны средней жилки, равномерно. Споры желтоватые, созревают в августе – сентябре.

Распространена в европейской части России, в Крыму, на Кавказе и в Сибири, в горах Джунгарского, Заилийского, Таласского Алатау на тенистых каменистых склонов, на валунах.

В корнях и корневищах многоножки содержатся органические кислоты (бутиловая, додекановая, капроновая, янтарная); метилсолицилат; стероиды; тритерпиноиды; флавоноиды; фенолы; бутиловый, изовалериановый и α-метилбутиловый эфиры; жирные масла. В стебле, коре, корневищах присутствуют сапонины, гликозид – самамбаин. В траве накапливается большое количество алкалоидов; в листьях дубильные вещества (до 4,1 %) [10].

Корневища многоножки собирают весной и осенью (май, октябрь), сушат, измельчают в порошок. Затем в виде порошка и чая применяют в качестве мягкого желчегонного и слабительного средства [66]. Толченые листья применяются как ранозаживляющее средство. В Закавказье отваром из корневищ (“Киламуро“, “Басундж“) лечат заболевания полости рта. На Украине отваром корневищ выводят глистов [59]. В Азербайджане корневища применяют при ревматизме и как ранозаживляющее при нарывах.

Вареные теплые листья прикладывают на болезненные места, опухоли. На Дальнем Востоке корневище употребляют при головных болях; все растения и корневища применяют в качестве противоаритмического средства [87]. Отвар корневищ употребляется и как абортивное средство .

Как слабительное и желчегонное средство берут столовую ложку измельченных корневищ, заваривают стаканом кипятка и выпивают в течение дня [66].

При хронических запорах резаные корневища варят в 200 мл воды 25 минут, прибавляют корни солодки и дягиля, настаивают 12 часов на холоде, процеживают, подслащают медом и пьют утром натощак по стопке.

МОЖЖЕВЕЛЬНИК КАЗАЦКИЙ

Juniperus sabina L.

Семейство кипарисовые – *Cupressaceae*

Встречается под названиями: арс, арса, арца, артыш, ахра, верес, вереск, вереск лесной, донник, кровогон, красногрыжник, можуха казацкая, сабина, сепесовое дерево.

Вечнозеленый кустарник, иногда дерево до 15 м высоты с сильно ветвистым стволом и широко распростертыми ветвями, частью приподнятыми вверх. Молодые тонкие ветви густо усажены листьями. Кора серовато-бурая, в молодом возрасте красновато-бурая. Листья темно-зеленые, блестящие, мелкие, 3-7 мм в длину, разные по форме. Цветки мелкие, голые, расположены на концах удлиненных побегов. Мужские цветки в виде овальных колосков. Женские цветки в виде маленьких почек, поникшие, зеленоватого цвета. Плоды состоят из 4-6 сросшихся мясистых чешуек и имеют вид почти шаровидной ягоды (шишкоягоды), длиной 6-8 мм, шириной 5-6 мм, иногда на верхушке, в средней и нижней части имеют 4-6 бугорков. Семена овальные, твердые.

Цветет в апреле – мае; семена созревают поздней осенью или на следующий год.

Родина – Центральная и Южная Европа, Северная Азия и Северная Америка. Распространен на юге европейской части России, на Кавказе, на Южном Урале, в Западной и Восточной Сибири; на Украине (Крым), в Средней Азии. Произрастает на скалах, каменистых склонах, холмах, чаще в степной области, чем в лесной. В верхнем горном поясе образует заросли.

Все части растения ядовиты.

Основное действующее вещество можжевельника – эфирное масло (50 % которого составляет сабинол и 25 % - различные терпеноиды). В побегах эфирное масло (3-5 %); гликозиды; сапонины; флавоноиды; дубильные вещества. В шишкоягодах дубильные вещества (до 21,6 %).

На Руси издавна использовали ряд лекарственных форм: сушеные верхушки веток – *Ramuli Sabinae* ; из них приготавливают: экстракт – *Extr. Sabinae ,* спиртовую настойку – *Tinctura Sabinae* и мазь – *Unguentum Sabinae;* экстракт входит в состав – *Ceratum Sabinae* ; эфирное масло – *Oleum Sabinae* [22].

Известно и как декоративное во многих странах, в т.ч. в России в основном в средней полосе [21].

Можно взять 30 г свежих истолченных листьев, и настоять на 180 см³ спирта. затем смешивали настойку с отваром из можжевеловых листьев и употребляли в виде примочек, для обмываний, орошения, приготовления ванн и наружного применения. Эти лекарственные формы использовали при астеническом запоре, как абортивное средство при слабости матки, при болях и спазмах желудка; истерических припадках, при кашле, общей слабости, для выведения глистных инвазий, при параличах. На прием брали от 0,3 до 0,6 г с сахаром.

Ягоды этого вида можжевельника с успехом применяли для лечения венерических заболеваний (триппера и бленнореи). Для этого 150 г плодов заваривали в 300 см³ воды и принимали в виде чая. Ягодами, измельченными

в порошок, в дозе от 1,2 до 1,8 г с белым вином лечили ревматизм [39]. Сабинное масло использовали при зубной боли, шуме в ушах, ревматизме. Разовая доза на прием от 1 до 4 капель на сахаре или с яичным желтком. Подобно скипидару, его применяли в виде мазей и для втирания [184].

В гомеопатии используют этот вид при нарушении обмена веществ.В гомеопатии применяются: *Sabina – Injeel (forte) (D4), D12, D30, D200.*

МОРОЗНИК КАВКАЗСКИЙ

Helleborus caucasicus A. Br.

Семейство лютиковые - *Ranunculaceae*

Встречается под названием зимовник кавказский.

Многолетнее, вечнозеленое травянистое растение высотой 25-50 см. Корневище короткое, горизонтальное , с многочисленными длинными, шнуровидными, как и корневище, темно-бурыми корнями. Стебли одиночные, мало облиственные, простые или в верхней части ветвящиеся. Прикорневые листья одиночные, длинночерешковые; пластинка листа округло-почковидная, 10-25(40) см в диаметре, кожистая, до основания пальчато-рассеченная на 5-11 заостренных, широко-ланцетных листочков , шириной 3-4(9) см, кожистых, пильчатых, темно-зеленых, снизу более светлых. Стеблевые листья в числе 1-2 сидячие, значительно мельче и менее рассеченные, чем прикорневые. Цветки в числе 1-3 на верхушке стебля, диаметром 5-6(8) см, разной окраски (бело-зеленые, желто-зеленые, светло-палевые, зеленые, зеленовато-бурые). Плод из 3-5(10) несросшихся, в зрелом состоянии кожистых, листовок с длинным носиком, раскрывающихся по брюшному шву. Семена продолговатые и с небольшим носиком, черные, длиной 4-5 мм.

Цветет в декабре – апреле; плоды созревают в мае – сентябре. Размножается семенами и делением корневищ.

Распространен в России в юго-западных районах Краснодарского края; изредка встречается в восточных районах Северного Кавказа, а также в

Грузии. Растет в дубовых, буковых и пихтово-еловых лесах, поднимаясь до 1000 м н.у.м., встречается на солнечных склонах.

Используют корневища с корнями, содержащие сердечный гликозид десглюкогеллебрин (корельборин К), биозид геллебрин (колерьборин П); стероидные сапонины; алкалоиды (до 0,2 %); жирные кислоты; витамин С.

Препараты морозника кавказского применялись при сердечно-сосудистой недостаточности II и III степени. Корельборин К (таблетки и растворы) является одним из сильнейших сердечных гликозидов; по биологической активности превосходит конваллатоксин, эризимин и строфантин. Он усиливает систолу, удлиняет диастолу, урежает ритм сердца, повышает тонус сосудов, увеличивает диурез и скорость кровотока. Корельборин П (в ампулах) по биологической активности приближается к корельборину К, но менее токсичен.

Растение ядовито. Обладает декоративными свойствами.

МОРОЗНИК КРАСНЕЮЩИЙ

Helleborus purpurascens Waldst. et Kit.

Семейство лютиковые – *Ranunculaceae*

Встречается под названием морозник красноватый и корень черной чемерицы.

Многолетнее вечнозеленое травянистое растение высотой до 50 см с коротким, толстым (до 10 см) горизонтальным корневищем и длинными (до 60 см) шнуровидными корнями. Стебли одиночные, в верхней части ветвящиеся. Листья прикорневые до 30 см, длинночерешковые с 5-7 пальчато-рассеченными сегментами, блестящие. Стеблевые листья сидячие, значительно меньше, чем прикорневые. Цветки крупные (до 8 см). Лепестки снаружи красноватые или грязно-белые, внутри фиолетово-пурпурные или зеленоватые. Плоды – кожистые, сборные остро-килеватые листовки до 20 мм длиной. Семена черные, продолговатые, сбоку килеватые до 5 мм длиной.

Цветет очень рано, в феврале-апреле, до отрастания листьев; плоды созревают в мае-июне. Размножается семенами и вегетативно (корневищами).

Распространен в европейской части России, на юго-западе Украины, в Карпатах и в Закарпатье.

Используют корневища с корнями, содержащие гликозид корельборин II (до 0,2 %), обладающий активностью при сердечно-сосудистых заболеваниях – нарушениях кровообращения II и III степени, при хронической сердечно-сосудистой недостаточности; а также гликозиды геллеборин и геллебореин, гельбореид; алкалоиды. По биологической активности близок к строфантину.

МОРОЗНИК ЧЕРНЫЙ

Helleborus niger L.

Семейство лютиковые – *Ranunculaceae*

Встречается под названиями морозник и чемерица черная.

Многолетнее травянистое растение с ветвистым корневищем бурого цвета, от которого отходят длинные (до 30 см) и тонкие (2-3 мм) придаточные корни черно-бурого цвета. Листья прикорневые, кожистые, пальчато-раздельные на 7-9 долей, листовые доли продолговато-ланцетовидные, острые, к верхушке пильчатые. Цветоносный стебель голый, круглый, длиной до 30 см и несет 2-3 яйцевидных цельных прицветника и 1-3 цветка. Цветки крупные (до 9 см в поперечнике), многолепестковые. Чашелистики с внутренней стороны белые, снаружи розоватые, к основанию зеленоватые. Лепестков до 20, зеленовато-желтые, маленькие, трубчатые, на коротких ножках. Плод – многосемянка, сухая и кожистая, состоит из нескольких листовок, растрескивающихся по шву.

Цветет с декабря до конца марта; плоды созревают в мае – июне.

Растение сильно ядовито.

Сырье (корневище с корнями) собирают в феврале. Корневища после сушки имеют острый запах и жгучий, слегка горьковатый вкус.

Распространен в юго-западных и южных районах европейской части России.

Ядовитыми свойствами обладают гликозиды геллеборин и геллебореин. Последний по действию похож на гликозиды наперстянки.

Корень морозника черного и гликозид геллеборин применялись на Руси в малых дозах как слабительное средство, большие дозы могут вызвать отравление. Признаки отравления: тошнота, слюнотечение, пощипывание во рту и гортани, тяжесть в голове, головокружение, шум в ушах, сердцебиение, замедление пульса, расширение зрачков, боли в животе, понос. На следующем этапе отравления наступает возбужденное состояние, судороги, бред, коллапс и смерть. Лечат это отравление по типу отравления сердечными ядами - также, как от травы горицвета, наперстянки.

В традиционной медицине в издании 1867 года “Многоцелебный русский лечебный травник или описание всех целебных трав без помощи доктора и аптеки“ указывалось, что корень морозника черного принимали при проказе в дозе 8,5-13 г с 240 мл воды (настой) по 1 чайной ложке в теплом виде 2 раза в день. Также упоминалось, что при лечении водянки принимали наливку из морозника черного в дозе 9-13 г корня с 240 мл воды. На прием давали 1 чайную ложку наливки, разведенную в теплой воде, 2 раза в день. При эпилепсии принимали настой морозника черного из 8,5-13 г корня с 240 г воды по чайной ложке в теплом виде 2 раза в день. Корни морозника успешно использовали и при чесотке: брали 8,5-13 г корней и 240 мл воды, пили по чайной ложке в теплом виде 2 раза в день [159].

Аналогичной активностью обладают морозник кавказский *(H.caucasicus A.Br.)* и морозник абхазский *(H.abchasicus A.Br.),* распространенные на Кавказе.

В гомеопатии применяются*: Helleborus – Injeel (forte) (D4), D12, D30, D200.*

МОРОШКА ПРИЗЕМИСТАЯ

Rubus chamaemorus L.

Семейство розоцветные – *Rosaceae*

Многолетнее травянистое растение высотой 5-40 см с ползучим ветвистым корневищем. Листья округло-почковидные, 5-лопастные. Цветки одиночные, белые. Плод – ягода (ложная костянка) красного цвета, затем становится оранжевой, оранжево-желтой. По внешнему виду напоминает малину.

Цветет в мае – июне; плоды созревают в июле – августе.

Распространена в северной полосе европейской части, в северных районах Сибири и Дальнего Востока, в Арктике. Произрастает на моховых (торфяных) болотах, в кустарниковой тундре. Растение очень морозоустойчиво.

Используют ягоды и листья, содержащие сахара (3-6 %); органические кислоты – лимонную, яблочную (до 0,8 %); желтое красящее вещество. В свежих плодах витамины А, С (до 200 мг%).

В словаре болезней “О сохранении здравия и жизни“ (1859 год) дословно описывалось:

“Когда мочеиспражнение делается затруднительным от расслабления мочевого пузыря и недостаточной оного сжимательности, то взять: сушеных листьев морошки 2 золотника (8,5 г), воды кипяченой полбутылки; дать в продолжение часа настояться, потом процедить и выжать. Количество сие выпивается в два раза, то есть поутру и вечером, что и продолжать несколько недель сряду. В сем случае употреблять и наружное следующее средство: взять каяпутового масла, горной нефти, камфарного спирту, нашатырного спирту: от каждого по одной драхмы (3,73 г), розмаринного спирту две столовых ложки; смешать, и ежедневно один раз втирать в заднепроходную промежность и в пузырную часть брюха “.

Морошка издавна считалась испытанным противоцинготным средством. Рекомендовали ее при кровохаркании и лихорадке.

Назначали при заболевании сердечно-сосудистой системы, при кашле, для снятия боли в груди. В ягодах много мелких, твердых семян, которые способны раздражать слизистую оболочку желудка и кишок. Поэтому их не рекомендуют употреблять при энтероколите. Лучше употреблять ягоды в переработанном виде, без косточек.

Ягоды морошки имеют большое значение в рационе народов Севера. Их едят в свежем, моченом и пареном виде. Готовят из них желе, джем, суфле, мусс, напитки, варенье.

Ягоды являются также кормом для птиц и животных (медведей, барсуков).

МУХОМОР КРАСНЫЙ

Amanita muscaria

Семейство аманитовые – *Amanitaceae*

Встречается под названием мухомор, красный мухомор.

Гриб с хорошо развитой центральной ножкой и шляпкой диаметром 8-20 см. Окраска шляпки красная, оранжево-красная или близких оттенков, сначала клейкая, затем блестящая. На шляпке, как правило, остаются остатки белого покрывала в виде белых хлопьев. Пластинки и мякоть белые. Споры в основном белого цвета. Ножка белая, кольцо гладкое или слегка полосатое, одного цвета с ножкой, иногда слегка желтоватое. Основание ножки вздутое, покрытое обрывками белого приросшего влагалища, часто в виде концентрических колец.

Шляпка гриба диаметром 7 см образует около 575 млн. спор. Цикл развития гриба от появления плодового тела над поверхностью почвы до его засыхания – 15 дней.

Распространен почти повсеместно, кроме Армении, Азербайджана, Средней Азии. Произрастает во всех типах лесов, образуя микоризу как с хвойными, так и с лиственными породами.

Появляется в июле – августе; массовое развитие – с конца августа до первой половины сентября. Отдельные экземпляры попадаются и середине октября.

Гриб содержит алкалоид мускарин, холин, циклическую гидроксиловую кислоту, мусцилин – токсические вещества, сильно возбуждающие центральную нервную систему.

Считался ритуальным растением в Южной Америке, в Индии. 3500 лет назад знали об этом племена, населявшие Крайний Север нашей страны.

В традиционной медицине России мухомор использовали в быту при лечении некоторых серьезных заболеваний. Экстракт его принимали по 0,6-1,2 г 3 раза в день при судорогах [85].

Мухомор обладает потогонным, слабительным действием. Применяли его для борьбы с клопами и мухами. На Руси использовали этот гриб при эпилепсии, параличах. В качестве наружного средства порошок гриба присыпали на упорные злокачественные язвы, при гангрене, прыщах.

Свежие грибы крошили, заполняли бутылку, хорошо закупоривали и зарывали в навоз, пока не получали слизистую жидкость, которую втирали в парализованные органы. Лучшее действие отмечалось при добавлении к жидкости гриба такого же количества винного спирта. При приеме внутрь гриб превращали в порошок в дозе 0,6 – 1,2 г с уксусом и давали 2-3 раза в день.

Для борьбы с клопами свежим соком мухомора смазывали трещины стен, зазоры кроватей.

При борьбе с мухами гриб растирали в молоке и ставили на окно в плоских тарелках .

Надо, однако, иметь в виду, что этим растением могут отравиться кошки и другие животные.

МЫЛЬНЯНКА ЛЕКАРСТВЕННАЯ

Saponaria officinalis L.

Семейство гвоздичные – *Caryophyllaceae*

Многолетнее травянистое растение высотой до 90 см с ползучими, сильно ветвистыми корневищами до 1 см толщины и цилиндрическими, слегка изогнутыми корнями 6 мм толщины. Листья супротивные, почти сидячие, с 3-5 выдающимися жилками. Цветки крупные, белые, часто с розовым или лиловым оттенком, длиной 3,5-4 см, по 3-7 в пазухах листьев.

Цветет в июне – августе, до декабря; плоды созревают в сентябре. Размножается семенами.

Распространено в европейской части России и на Кавказе. Как заносное, одичавшее встречается в лесной зоне Западной Сибири. Растет в долинах крупных рек, на заливных лугах, среди зарослей кустарников, на песчаных берегах водоемов, лесных полянах и опушках. Культивируется как декоративное, легко дичает.

Используют корневища с корнями, известные под названием “красный мыльный корень“, содержащие сапонины (до 20 %), из которых выделены сапорубрин, образующий при гидролизе гипсогенин. В листьях – флавоновый гликозид сапонарин и витексин, аскорбиновая кислота (до 0,1 %).

Мыльнянка ядовитое растение. Следует с осторожностью применять его внутрь [16].

Применяют отвар из корней, настои как отхаркивающее средство при бронхитах, реже как слабительное и мочегонное.

В традиционной медицине корни используют и как желчегонное и противоревматическое средство, а также при кожных заболеваниях: экземах, чешуйчатом лишае, фурункулезе.

НАПЕРСТЯНКА КРАСНАЯ

Digitalis purpurea L.

Семейство норичниковые – *Scrophulariaceae*

Встречается под названиями наперстянка красная и наперстенная трава.

Многолетнее травянистое растение высотой до 2 м с коротким корневищем и мочковатыми корнями. Стебли одиночные, прямостоячие. Листья очередные, бархатистые, снизу войлочные; нижние – розеточные, стеблевые – черешковые, продолговато-яйцевидные, заостренные, длиной до 35 см и шириной до 11 см; верхние стеблевые – сидячие, яйцевидно-ланцетные, постепенно уменьшающиеся, переходящие в прицветники. Цветки крупные, до 40 мм длиной, пурпуровые, реже белые, с многочисленными пурпуровыми точками на внутренней стороне нижней губы. Плоды – двустворчатые коробочки до 12 мм длиной и 9 мм шириной. Семена очень мелкие (до 0,9 мм), ячеистые, коричневые.

Цветет в июне – июле; плоды созревают в июле – августе.

Распространена в Западной, Средней и Северной Европе (до Скандинавии). Культивируют в России на Северном Кавказе, на Украине и в Молдавии.

Используют свежие листья, собранные перед цветением или верхушки надземных побегов, содержащие сердечные гликозиды: дигитоксин, гитоксин, гитакоксин, гиталоксин, глюкогиталоксин, гиторин, гитозид, β-ацетилдигитоксин и др.; стероидные сапонины – дигитонин, гитонин, тигонин; флавоноиды (лютеолин), кофейную и др. кислоты; холин.

Наперстянка красная очень ядовитое растение. Применять ее препараты следует осторожно и при обязательном контроле врача [16].

В качестве лекарственного растения используется с XIX века. В официальной медицине лекарственные формы: Лист наперстянки пурпурной в порошке, Водный настой из листьев наперстянки, Экстракт наперстянки сухой, Гитален, Кордигит, Дигитоксин, Гитоксин имеют активность при всех

степенях хронической сердечной недостаточности: при митральных пороках, коронарно-кардиосклерозе, гипертонической болезни, дистрофии миокарда, параксизмальной тахикардии.

На Руси с древних времен применяли препараты: экстракт из листьев – *Extr. Digitalis* , экстракт из листьев с молочным сахаром - *Extr. Digitalis cum Saccharo Lactis,* спиртовая настойка – *Tinctura Digitalis*, а также мазь с экстрактом наперстянки - *Unguentum Digitalis*, эфирно-спиртовая настойка - *Tinctura Digitalis aetherea*; гликозиды: *Digitaleinum, Digitalinum, Digitoninum, Digitoxinum* [21].

Наперстянку красную довольно широко применяли в народе при лечении многих заболеваний.

Рекомендовали применять ее при нервных заболеваниях (меланхолии, умопомешательстве, бешенстве от укуса собак) в дозировках, способных вызвать тошноту, рвоту и слюнотечение.

Трава и листья оказывали терапевтический эффект при эпилепсии, скоплении жидкости в полостях мозга, при запущенных простудных заболеваниях (ангине), упорном кашле, воспалении легких, астме, туберкулезе, носовых и геморроидальных кровотечениях, при трудном мочеотделении, ревматизме, при сыпях (краснухе, роже).

Чесотку лечили мазью из свежей толченой травы или выжатым соком, смешанным со свежим коровьим маслом или салом.

Вышеуказанные заболевания лечили осторожно, малыми дозами, на прием от 0,03 до 0,06 г два раза в день и доводили до 0,12 -0,18 г, добавляя любую пряность с тем, чтобы не ослабить желудок.

Сок наперстянки рекомендовали смешивать с медом или сахаром, в виде сиропа, давать по 3,7 г утром и вечером; или одну столовую ложку сока, разведенную 360 см³ пива. Принимали это количество сока с пивом дробно в течение дня.

Спиртовую настойку готовили из 30 г сухих листьев, настаивали их на 240 см³ винного спирта в течение 7 дней в теплом месте, затем процеживали, отжимали. На прием давали 10-30 капель этой настойки.

В аптеках на Руси продавали ряд лекарственных форм наперстянки: порошок травы, настойку, сироп.

Имеются данные, что трава наперстянки действует лучше импортного морского лука.

По данным сельских лекарей, высушенный корень наперстянки красной измельчали и применяли от 7,2 г до 15 г в виде настоя в 180 см³ горячей воды или сыворотки. Обладает это средство слабительным действием и применяли его при водянке [172].

В гомеопатии применяются: *Digitalis – Injeel (forte S) (D4), D6, D12, D30, D200.*

НАПЕРСТЯНКА ШЕРСТИСТАЯ

Digitalis lanata Ehrh.

Семейство норичниковые – *Scrophulariaceae*

Многолетнее травянистое растение высотой до 2 м с коротким горизонтальным корневищем, стержневым главным корнем и многочисленными придаточными корнями. Стебли одиночные, прямостоячие, красновато-фиолетовые; в верхней части густоопушенные, иногда ветвящиеся. Прикорневые и нижние стеблевые листья продолговато-ланцетные до 20 см длиной и 3,5 см шириной. Верхние стеблевые листья ланцетные до 10 см длиной, постепенно уменьшающиеся к верхушке и переходящие в прицветники. Цветки до 30 мм длиной, на коротких цветоножках, собраны в длинную, пирамидальную густую кисть. Плоды – двугнездные конусовидные коробочки до 12 мм длиной. Семена мелкие, желтые или коричневые, слегка согнутые, до 1,8 мм длиной.

Цветет в июне – августе; плоды созревают в июле – сентябре. Размножается семенами, путем поверхностного посева. Норма высева семян

5-6 кг/га. Ширина междурядий 45-60 см. Урожайность листьев на одно-двулетних плантациях 0,7 – 1,5 т/га.

Распространена в Юго-Восточной Европе, на Балканах, в бассейне Дуная. Встречается в России на Северном Кавказе, на Южных склонах Кодр, в Молдове и в Закарпатье культивируется в Краснодарском крае, на Украине, в Молдове.

Впервые ее применили в традиционной медицине Ирландии и Англии в XV-XVI веках. В России первые плантации появились в 1730 г. в Лубнах под Полтавой.

Используют листья, содержащие сердечные гликозиды (до 1 %): дигиланиды (ланатозиды A, B, C, D, E); стероидные сапонины – дигитонин, тигонин, а также холин (до 0,1 %), ацетилхолин; флавоноиды. Наибольшее значение из них имеет дигиланид (ланатозид С). В листьях содержатся макроэлементы (мг/г): калий – 30,8, кальций – 19,9, магний – 3,2. железо – 0,4; микроэлементы: марганец, медь, кобальт, хром, алюминий, ванадий, никель, свинец, бор. Является концентратором микроэлементов: цинка, молибдена, кадмия, стронция, бария, селена [96].

Растение ядовито.

В официальной медицине применяют препараты: Дигоксин, Ацетилдигитоксин, Целонид, Абицин, Лантозид, которые применяют при острой и хронической недостаточности кровообращения I,II,III степени, тахисистолической и тахиаритмической формах мерцания предсердий, пароксизмальной мерцательной аритмии, параксизмальной суправентрикулярной тахикардии.

Препараты наперстянки шерстистой более эффективны, чем препараты строфанта и наперстянки пурпурной. С 1866 г. наперстянка вошла в Российскую Фармакопею.

НЕДОТРОГА ОБЫКНОВЕННАЯ

Impatiens noli-tangere L.

Семейство бальзаминовые – *Balsaminaceae*

Встречается под названиями: недотрога желтая, бальзамина луговая, глушок, коровник, недотыка, не тронь меня, черевички божей матери, разрыв-трава, прыговка, плетник.

Однолетнее рстение с мочковатой корневой системой и сочными, иногда просвечивающими стеблями 30-120 см высотой, утолщенными в узлах. Листья продолговато-яйцевидные, очередные; верхние – крупные, до 10 см длиной и до 5 см шириной; нижние – черешковые, до 4 см длиной. Цветки лимонно-желтые, повислые, по 3-5 на длинных цветоножках, крупные, до 3 см длиной. Плод – продолговатая коробочка, растрескивающаяся 5-ю створками. Семена светло-коричневые, овальные, гладкие.

Цветет в июле – августе; семена созревают в августе – сентябре.

Распространена в европейской части России, на Кавказе (кроме Таныша), в Западной и Восточной Сибири, на Дальнем Востоке. Произрастает по лесным оврагам, по берегам рек, на болотах, в тени хвойных и смешанных лесов.

В листьях содержатся алкалоиды; сапонины; кумарины (до 6 %); флавоноиды; каротиноиды; фитостерины; дубильные вещества; стигмастерин; флобафен; холин; витамин С (68,5 мг%); церилловый спирт; желтое красящее вещество; инвертированный сахар; жирное масло (до 55 %) [139].

Используют траву, имеющую острый вкус. В XVIII веке недотрога упоминается в русских травниках. Она обладает сильным мочегонным действием. Для усиления мочеотделения траву прикладывают на область почек. Способ применения: рубят траву, смешивают с овсяной или картофельной мукой, заваривают кипятком и получают мягкую массу,

которую намазывают слоем толщиной в 1 см на промасленную ветошь, и держат на больных местах в течение 1-2 часов.

Отвар травы недотроги применяют при лечении водянки, камней в почках и в мочевом пузыре . Однако применение его в больших дозах вызывает рвоту.

Имеются сведения о наружном применении недотроги при лечении геморроя; в виде ванн и припарок при вывихах ног и “ломоты“ в них; как абортивное средство [16]. Экстракт травы – слабительное средство.

НИВЯННИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

Leucanthemum vulgare Lam.

Семейство астровые - *Asteraceae*

Встречается под названиями: астра полевая, беляк, белица, белюга, блохогон, белоголовник, белый цвет, белужник, зубная трава, Иван-трава, Ивановы-головы, лесовая марьяша, парамон, пупавка, ромашка большая, рошанов цвет, стоцвет, златоцвет, маточная трава, поральник добрый и другие.

Многолетнее травянистое растение с горизонтальным укороченным корневищем и тонкими корневыми мочками. Нивянник имеет прямостоячий стебель 30-80 см высоты; цельные листья; прикорневые листья с длинными черешками, обратно-яйцевидные; стеблевые – сидячие, продолговатые, пильчатые. Соцветия – одиночные корзинки на конце стебля и немного на боковых ветвях. Язычковые цветки белые, длиной 12-25 мм, шириной 4-5 мм; срединные цветки трубчатые, желтые. Плод – семянка.

Цветет и плодоносит нивяник с конца мая до августа.

Распространен в европейской части России, в Западной Сибири, Красноярском крае, в Иркутской области, в Крыму и на Кавказе. Произрастает по лугам, лесным опушкам, склонам, среди кустарников, в разреженных березовых и сосновых лесах, вдоль дорог.

В цветках содержатся гликозид аппиин, инулин, ксантофилл.

В традиционной медицине применяют при женских заболеваниях, трудных родах, облегчает выход последа, снимает спазмы.

Растение также способно возбуждать матку и нервную систему [161]. Отвар травы нивянника способствовал лечению белей при наружном орошении [54]. Траву использовали как ранозаживляющее средство при лечении язв и ран [164]. Цветки наряду с другими травами применяли при ушибах, ранах в виде припарок и примочек [40].

Из толченого растения делали мазь и употребляли ее при чесотке, кожных сыпях [39]. Отвар цветков способствовал заживлению внутренних ран. Цветки использовали при заболеваниях органов дыхания – кашле, туберкулезе, тяжелой одышке [100]. В Нижегородской губернии отвар цветков пили от кашля, в Полтавской – от грудной боли [104], при простуде [163] .

Применяли нивянник при заболеваниях нервной системы – им излечивали истерики; обладает он и противосудорожным действием [195] ; кладут его под подушку больным детям, пугающимся во сне . Отвар травы пьют за 2-3 часа до приступа перемежающейся лихорадки [59]. Имеются упоминания о глистогонных свойствах нивяника [163] . При зубной боли на зубы клали разжеванную и толченную траву [49]. Припарки из сока растения снимали головную боль [195] .

НОГОТКИ ЛЕКАРСТВЕННЫЕ

Calengula officinalis L.

Семейство астровые – *Asteraceae*

Встречается под названием календула и крокос польный.

Однолетнее травянистое растение со стержневым ветвистым корнем. Стебель прямостоячий, иногда ветвящийся от основания, ребристый, опушенный. Листья очередные, длиной до 13 см; нижние – черешковые, продолговато-обратнояйцевидные; верхние – сидячие, продолговато-ланцетные. Цветки желтые или оранжевые, собраны в соцветия – крупные

корзинки до 8 см в диаметре; расположены одиночно на концах побегов. Плоды – согнутые семянки, длиной до 30 мм, бугорчатые или шиповатые со спинки.

Цветет с июня до глубокой осени; плоды созревают с конца июля. Размножается семенами путем посева на глубину 2-3 см весной с междурядьями 60 см; при рассадной культуре площадь питания 30х40 или 40х40 см. Расход семян 1,0-1,2 г/м². Растения хорошо развиваются на богатых гумусом рыхлых почвах. Под перекопку вносят 2 кг/м² навоза, 20-25 азотных удобрений, 15-20 фосфорных. Всходы появляются на 8-15 день. Семена сохраняют всхожесть в течение 5 лет.

Сырье (цветочные корзинки) собирают многократно с интервалом 2-7 дней с начала цветения. Урожайность 1,0-1,8 т/га соцветий в сухом виде. Сушат в тени, на чердаках, расстилая тонким слоем, и периодически помешивая. Допустима теплая сушка при температуре 50-60°С. Хранят в сухих местах, в различной упаковке. Срок годности сырья 2 года.

Выращивать ноготки можно на балконах, лоджиях, в палисадниках, на приусадебных участках, использовать в декоративном садоводстве. Селекционерами ВИЛАР созданы сорта “Рыжик”, “Кальта”. В США в 1977 году выведен высокодекоративный карликовый сорт “Фиеста Гитана” высотой всего 30 см. В 1981 году группа карликов пополнилась сортами “Гитана Молли”, “Йеллоу Гитана” и “Оранж Гитана”.

Распространена в Южной Европе, Малой Азии и на восток до Ирана. В России в культуре в европейской части, на Украине, в Белоруссии, на Северном Кавказе и в других регионах.

Используют цветочные корзинки, содержащие каротиноиды (до 3 %) – виолаксантин, каротин, ликопин, неоликопин, рубиксантин, флавохром, флавоксантин, хризантемаксантин, цитраксантин; календулозиды A, B, C, D_1, D_2; эфирное масло (до 0.02 %); смолы (до 3,44 %); слизь (до 4 %); альбумин (до 0,64 %); яблочную (до 6,84 %), пантадециловую и следы салициловой

кислот; следы алкалоидов; дубильные вещества; горькое вещество календин (10 %).

Ноготки находят применение в официальной медицине в виде лекарственных форм: настоя, настойки, мази Календула, карофиленовой мази в качестве бактерицидных и противовоспалительных средств при ангине, порезах, ожогах, воспалительных заболеваниях слизистой оболочки. Цветки входят в состав препаратов Каферид, применяемого при лечении гипохромных анемий, препаратов Калефлон, Ротокан, Танакан, Карофилен, а также гомеопатической мази с настойкой календулы, для лечения опрелостей и трещин.

Цветки в виде настоя, настойки (на 70 %-ом спирте) применяют в качестве бактерицидного, противовоспалительного, дезинфи-цирующего и ранозаживляющего средства при ангине, заболеваниях слизистой оболочки рта, при лечении незаживающих ран и язв, пролежней, ожогов, фурункулов, лишаев, при стоматите, язвенной болезни желудка, гастритах.

В традиционной медицине на Руси известно с XII века как мочегонное, потогонное, вяжущее средство.

Настойку готовят из 1 части цветков и 10 частей спирта. Чайная ложка настойки разводится в стакане теплой воды при полосканиях. Настой готовят из расчета 2 столовые ложки цветков на 2 стакана кипятка. Принимают по ½ стакана 3-4 раза в день до еды. При наружном употреблении берут 4 столовые ложки на 2 стакана кипятка (от бородавок, мозолей, лишаев).

В гинекологии настой используют для спринцеваний при эрозиях, белях и трихомонадном кольпите.

Соком свежих листьев протирают кожу лица для удаления веснушек.

Цветки ноготков широко применяются в научной и традиционной медицине. Они успокаивают нервную систему, понижают артериальное давление, усиливают деятельность сердца и замедляют сердечный ритм. Применяются при неврозах, гипертонической болезни, стенокардии, атеросклерозе и при климаксе; при лечении гастритов. Язвенной болезни

желудка и двенадцатиперстной кишки, болезнях почек и желчевыводящих путей. При желтухе, болезнях селезенки, при камнях в почках и мочевом пузыре, при язвенном колите. В традиционной медицине считается противоопухолевым средством.

Особенно широко препараты ноготков применяются наружно: при заболеваниях ротоглотки, ранениях. Ссадинах и трофических язвах. Как противовоспалительное, трава календулы применяется при глазных болезнях.

В “Каноне врачебной науки“ Авиценна писал: “Зола ноготков с уксусом полезна при воспалении седалищного нерва. Ноготки помогают ото всех ядов и особенно от укусов ядовитых животных“. Применяют их в гомеопатии в виде мази – наружного противовоспалительного средства при ожогах, порезах.

Для получения мази берут 10 г измельченных в порошок цветков и смешивают с 50 г вазелина.

В качестве отхаркивающего средства настойка входит в состав грудных и потогонных чаев. Измельченные и целые листья прикладывают к ранам, нарывам, язвам, опухолям. Сок закапывают в нос при насморке.

Использовали и настой из 20 г (полная столовая ложка) на стакан кипятка. Применяли его для полоскания при ангине. В виде примочек – для обмывания язв, ран, для спринцеваний и тампонов при белях.

Отвар из 10 г цветков на стакан воды принимали 3 раза в день по 1-3 столовые ложки при раковых опухолях. Во всех случаях пользуются и настойкой из 25 г цветков на 100 мл спирта или стакан водки. Перед употреблением настойку разводят водой.

При воспалении печени 40 г сушеных цветков или всего растения заваривали в 1 л кипятка. Все выпивали в 3 приема за день. Курс лечения продолжается до полного улучшения. Соком свежих листьев протирают кожу лица для удаления веснушек и придания коже свежести.

Ноготки используют и в виде припарки для лечения золотушных опухолей. Толченые листья и цветки прикладывают к бородавкам, мозолям

на ногах, язвам. Выжатый сок прикладывали к больным зубам для снятия боли при кариесе.

Для употребления внутрь горсть цветков заливают 240 мл кипятка. Настаивают и пьют с медом вместо чая. Ноготки – хорошее потогонное средство, если к вышеуказанному настою добавить 60 мл уксуса.

Свежевыжатый сок всего растения принимали от 30 до 120 мл в качестве глистогонного средства. Этот сок в дозе 90-120 мл давали больным цингой. Из цветков получали желтую краску.

В косметике при жирной коже рекомендуется применять настойки типа “Улыбка“ (спиртовая настойка цветков календулы). Она способствует ликвидации угревой сыпи, обладает вяжущим, антисептическим, тонизирующим свойством, регулирует функцию сальных желез, делает кожу матовой, привлекательной. В традиционной медицине ноготками удаляли угри, для чего к 2 столовым ложкам цветков или сока свежей травы добавляли 50 мл чистого спирта, 40 мл воды и 50 мл одеколона, все смешивали, настаивали 2 суток в теплом месте, затем добавляли 5 г борной кислоты и 3 г глицерина. Такой смесью можно быстро очистить лицо от угрей, смазывая лицо 2 раза в день.

Для быстрого заживления кожных покровов (порезы, ожоги) необходимо применять мазь календулы, в которую входит 20 $см^3$ настойки ноготков (календулы) с консистентной эмульсией воды с вазелином (90 г).

Красящие вещества цветков используются в пищевой промышленности. Цветки ноготков следует использовать и в кулинарии. Свежие (но лучше сухие) цветочные корзинки служат прекрасной заправкой для супов и соусов. Их добавляют в салаты, гарниры, тушеные блюда, а также используют для окраски и ароматизации сыра. Салат с цветками календулы (100 г огурцов, 50 г цветочных корзинок календулы, 50 г зеленого лука, 2 ложки сметаны, 1 яйцо, укроп и соль): огурцы очистить и нарезать ломтиками, календулу и лук вымыть, измельчить, выложить на огурцы,

сверху положить ломтики вареного яйца, полить сметаной, посолить и посыпать укропом.

ОБЛЕПИХА КРУШИНОВИДНАЯ

Hippophae rhamnoides L.

Семейство лоховые – *Elaeagnaceae*

Встречается под названием сибирский ананас.

Крупный кустарник или небольшое дерево высотой до 9 м с поверхностной корневой системой, сильноветвистым стволом и колючими ветвями. Листья очередные, линейные или линейно-ланцетные, до 8 см длиной и 0.8 см шириной. Мужские цветки собраны в короткие колосья до 8 мм длиной, женские располагаются в пазухах веток на цветоножках до 0,5 мм длиной. Плоды – сочные, блестящие костянки, красного или желтого цвета, длиной до 1 см, шириной до 0.8 см.

Цветет в апреле – мае; плоды созревают в конце августа – октябре. Размножается семенами и вегетативно – корневыми отпрысками, отводками, зелеными черенками. Посев семян производят на глубину 2-3 см осенью и 5 см весной. Расход семян 1.1-1,3 г/м². Междурядья 70-90 см. Мужские растения размещают в каждом 3-м ряду через 3-4 растения. Черенки выращивают в питомнике с площадью питания 70-90 х 10-15 см.

Под основную перекопку (вспашку) вносят 10 кг/м² органических удобрений и суперфосфат в дозе 60-80 г/м². Раз в 3-4 года в междурядья, под заделку, в почву вносят 2-6 кг/м² органических удобрений и фосфорных 30-50 г/м². Перед посадкой саженцев необходимо в лунку внести 1 часть органических удобрений, смешанных с 1 частью песка и 20 г фосфорно-калийных удобрений. Расстояние между лунками в рядках 2,0-2,5 м, междурядья 4 м. Корневая система у растений поверхностная, поэтому при уходе за ними рыхления и мотыжения проводят на глубину не более 7 см. Растения образуют поросль, которую следует удалять. Растение требует периодического полива, особенно в июне – июле, когда закладываются

плодовые почки урожая будущего года. Облепиха начинает плодоносить в возрасте 3-4 лет.

С одного растения можно получать 16 кг и более плодов. Собирают их осенью в сухую погоду. Хранят не более 3-х суток.

Распространена в России в Западной и Восточной Сибири, в Забайкалье, в горных районах Кавказа, а также на юго-западе Украины, в Молдавии, в Калининградской области. Произрастает по берегам и в поймах горных рек, озер, иногда образуя непроходимые заросли. С 60-х годов введена в промышленную культуру во многих районах России. Созданы высокопродуктивные отечественные сорта: “Отрадная”, “Дар Катуни” и др.

О целебных свойствах облепихи было известно еще в Древней Греции. Сведения об использовании облепихи встречаются в трудах Диоскорида, Теофраста, других древнегреческих ученых и писателей. Родовое название происходит от греческого *hippos* – лошадь и *phaos* – свет, блеск. В Древней Греции облепихой лечили лошадей и их шерсть приобретала красивую, блестящую окраску.

В лечебных целях используют плоды, содержащие жирное масло (в мякоти до 8 %, в семенах до 12 %), представляющей смесь глицеридов олеиновой, линолевой, пальмитиновой и стеариновой кислот; смесь каротиноидов (до 180 мг%); токоферол (до 110 мг%). Кроме того, в плодах содержатся: фосфолипиды (до 1 %); стерины (до 2 %); стигмастерин, β-ситостерин; витамины С (до 900 мг%), каротин (до 60 мг%), B_1 (до 0,035 мг%), B_2 (до 0,056 мг%), B_6, Е (до 145 мг%), F, K, P, фолиевая кислота (до 0,79 мг%); сахара (до 3,6 %); инозит; органические кислоты – яблочная, виннокаменная, никотиновая; фитонциды; дубильные вещества (11,7 %); микроэлементы (железо,бор,мар-ганец), концентрируется цинк [96]. В семенах также содержатся жирные кислоты (до 4,2 %); тиамин (до 28 мг/100 г), рибофлавин (до 0,38 мг/100 г), α-токоферол (до 14,3 мг/100 г) и каротин (до 0,3 мг/100 г). В листьях облепихи много витаминов; флавоноидов (до 4 %); дубильных веществ (10-16,3 %) [18 б].

Выход сока из плодов 65-70 %, жома 30-35 %. В жоме 18-22 % жирного масла.

Облепиховое масло имеет ярко-оранжевый цвет и содержит каротин (40-100 мг/100 г), каротиноиды (180-250 мг/100г), α-токоферол (110-165 мг/100 г), ретинол.

Масло облепиховое *(Oleum Hippophae)* широко применяют при лечении ожогов, пролежней, лучевых поражений кожи, кольпитов, эндоцервицитов, эрозий шейки матки, язвенной болезни желудка, при хронических воспалительных заболеваниях верхних дыхательных путей (для ингаляций). Масло входит в состав комбинированного препарата Олазоль (Olasolum), применяемого в качестве средства, ускоряющего заживление ран при ожогах, инфицированных ран, трофических язв, при экземах, зудящих дерматитах. Внутрь используют масло при лучевой терапии рака пищевода. Препарат Гипорамин *(Hyporaminum*) показан при лечении гриппа, парагриппа, ОРЗ, ОРВИ, ангины, ринита. Используются и суппозитории с облепиховым маслом *(Suppositoria cum oleo Hippophaes)*.

В свежем виде плоды используют в пищевой промышленности для получения поливитаминных соков, напитков. Листья могут найти применение при дублении кож. Листья также следует использовать как фиточай, для профилактики вирусных заболеваний. Твердая древесина идет на изготовление поделок.

Плоды и листья облепихи использовали еще в древнемонгольской и Тибетской традиционной медицине при заболеваниях кожи, желудка, ревматизме. В Древней Греции отвары из веток и листьев применяли при этих заболеваниях.

В традиционной медицине на Руси плоды применяют как противоцинготное, болеутоляющее средство при желудочно-кишечных заболеваниях.

Отвар плодов рекомендовали для лечения болезней желудка. Отваривали плоды вместе с листьями для лечения ревматизма и подагры. Семена также отваривали и применяли как слабительное средство.

По данным народных корреспондентов, при выпадении волос и облысении полезно систематически употреблять в пищу ягоды облепихи или пить без нормы отвар молодых веток и этим отваром протирать кожу головы и волосы. В быту успешно едят ягоды облепихи больные куриной слепотой [116].

Хороший эффект получен при лечении кожных заболеваний облепиховым маслом в виде 5 %-ной мази. Такая мазь быстро снимает эритему, отек, боль, жжение при экземах. У больных дерматозами хронического характера рассасывается инфильтрат, прекращается шелушение, происходит эпитализация трещин, исчезает зуд.

Масло используют для приготовления свечей, применяемых при заболеваниях прямой кишки. Рекомендуют его при лечении легких, печени, кровоизлияниях, болезнях крови.

Сок рекомендован в качестве прекрасного косметического средства.

Отдельные авторы указывают, что прием внутрь облепихового масла противопоказан при остром холицистите, панкреатите, других заболеваниях поджелудочной железы, при склонности к поносам.

В ветеринарии ветви и листья (содержащие до 10 % дубильных веществ) используют при ожогах II и III степени, заболеваниях кожи, обморожениях, язве желудка и двенадцатиперстной кишки, при атеросклерозе, беломышечной болезни телят [141]. Облепиховый жом дают стельным коровам. Суточная доза 0,6-1,0 кг в течение 4-5 дней. Он нормализует обмен веществ, улучшает качество молозива, стимулирует рост телят и их развитие, повышает устойчивость к неблагоприятным факторам внешней среды. Дозы внутрь на 1 кг массы тела животного: плоды 3-5 г, сок 4-6 мл, настойка 1,5-2,5 мл, экстракт 0,3-0,6 г, масло 0,4-1,5 мл.

Из плодов готовят желе, пастилу, поливитаминный концентрат для животных. Облепиха является хорошим медоносом, дубителем и красителем.

ОВЕС ПОСЕВНОЙ

Avena sativa L.

Семейство злаковые – *Poaceae*

Однолетнее растение с голым стеблем высотой 50-170 см. Листья очередные, линейные, заостренные, длиной 20-45 см и шириной 0,8-3 см, зеленого или сизого цвета. Цветки мелкие, с двумя цветковыми чешуями, тремя тычинками и одним пестиком, собраны в метелки. Плоды – зерновки, длиной 8-11 мм, плотно зажатые между цветковыми чешуями.

Цветет в июне; плоды созревают в июле – сентябре.

Культивируется в европейской части России и в Сибири. Часто дичает, встречается на дорогах, в сорных местах.

Используется целое растение в период молочно-восковой спелости или только надземная часть, а также прорастающие зерновки, плоды.

В зерне содержится белок (до 18 %); крахмал (до 60 %); жир (4-9 %); холин; тригонеллин; тирозин; сапонины; терпиноиды; стероиды; ферменты; витамины А, Е, группы В; органические кислоты (щавелевая, малоновая, эруковая).

В научной медицине используют с давних времен. Диоскорид использовал зерно для компрессов; кашицу из него применяли при поносе; слизистую жидкость – при кашле.

В научной медицине овес не используется. В традиционной медицине настои из соломы овса применяют как тонизирующее, общеукрепляющее и улучшающее аппетит средство. Ванны из соломы рекомендуются также при заболеваниях суставов, радикулите, некоторых кожных заболеваниях.

На Руси применяли всего две лекарственные формы: овсяная крупа – *Fructus Avenae excorticati*; из нее готовили настойку – *Decoctum Avenae* [21].

В традиционной медицине настой и отвар из соломы применяют как мочегонное, потогонное, жаропонижающее и ветрогонное средство.

Из отвара овсяной крупы делают припарки при болезнях опорно-двигательного аппарата. При почечно-каменной болезни из крепкого отвара овсяной соломы делают горячие компрессы и припарки на область почек как средство, разогревающее и расширяющее мочеточник и облегчающее прохождение камней [117].

Для приема внутрь делают отвар плодов овса из расчета 90 г крупы на 1600 см³ воды. В аптеках продавали “Порошок всасывающий”, который применяли наружно при роже, “Катаплазма углекислая” и “Катаплазма созревающая”, которые прикладывались при гангрене, нарывах [15 б].

Имеются рекомендации по применению овса с водой, с добавлением корней цикория при лечении подагры. Он хорошо помогает при простуде (кашле, насморке), при заболевании корью, желчных лихорадках, при поносе. При этом отваривают овес с несколькими щепотками цветков ромашки, добавляют немного сахара и применяют при вышеуказанных заболеваниях.

Для профилактики многих заболеваний рекомендуют использовать отвар овса с медом (сахаром), клюквенным соком.

Английский врач Ловер, проживший более 100 лет, приписывал свое долголетие овсяному напитку. Соблюдая диету, он регулярно, каждый год, пил в течении 2-х недель по бутылке с утра и до обеда вареный с водой овес. Для этого он отбирал 12 полных горстей отборного овса (чисто вымытого) и погружал в 12 л воды, уваривал до половины, процеживал 2 раза через полотно и разливал в бутылки [89].

Принимают овес и при хронических желудочно-кишечных заболеваниях, сопровождающихся поносом. Для этого готовят отвары из зерен овса. Отвар – питательное, улучшающее аппетит и восстанавливающее массу тела больных средство, которое также оказывает хорошее обволакивающее и противопоносное действие. Один стакан неочищенного овса кипятят 2 часа на медленном огне в 1 л воды. Полученный отвар

процеживают и выпивают в течение дня (за 20-30 мин до еды). Курс лечения 1-1½ месяца. Курс повторяют 3-4 раза в год [89].

Имеются данные, что настой из зерен овса оказывает благоприятное влияние на состояние нервной и сердечно-сосудистой систем. Он улучшает обмен веществ.

Готовят настой из расчета 1:10 (1 часть овса, 10 частей воды), выдерживают 24 часа, процеживают и принимают по ½ - 1 стакану 2 раза в день.

Солому овса часто включают в сборы для лечения диабета. В наше время больным сахарным диабетом рекомендуют систематически использовать овсяную крупу “Геркулес“, овсяные хлопья; готовят из овса кисели, настои.

Используют овес с давних времен и в косметике. При увядающей, вялой коже делают маски из отвара толокна, а при сухой коже – обмывания и примочки из отвара неочищенного зерна (1 столовая ложка на 1 л воды).

В гомеопатии применяют эссенцию из травы овса и лекарственные формы*: Avena sativa – Injeel (forte) (D3), D8, D12, D30, D200.*

ОДУВАНЧИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

Taraxacum officinalis Wigg.

Семейство астровые – *Asteraceae*

Встречается под названиями: одуванчик обыкновенный, пустодуй, кульбаба, пушки, пуховка, молочник, подойница, плешевец, дойник, зубной корень, грядуница, молочай, пушица. Родовое название растения произошло от греческого слова “успокаивать“.

Многолетнее травянистое растение с цветочной стрелкой высотой до 50 см и стержневым, толстым, мясистым корнем длиной до 60 см и 2 см в диаметре. Листья собраны в прикорневую розетку, перисто-лопастные, ланцетные, длиной до 25 см и шириной до 5 см. Цветки золотисто-желтые,

язычковые, собраны в корзинки. Плоды – веретенообразные, серовато-бурые семянки до 4 мм длиной, с длинным тонким носиком, несущим хохолок из белых тонких волосков. Одно взрослое растение за год дает до 3000 семянок. Вот почему он в наши дни быстро завоевывает себе пространство.

Цветет в мае – июле; плоды созревают в июне – июле.

Распространен в Северной Америке, Евразии, в т.ч. по всей территории России, кроме Арктики и пустынных районов. Редко встречается в Восточной Сибири и на Дальнем Востоке. Нередко образует заросли, предпочитает лесные поляны. Опушки. Обочины дорог, эродированные склоны, поймы рек.

Используют свежее, собранное перед цветением растение и отдельно его подземную часть, содержащие тритерпеновые соединения, β-амирин; β-ситостерин и стигмастерин; β-каротин; холин; каратиноиды – тараксантин, флавоксантин, лютеин, виолаксантин; тритерпеновые спирты – арнидиол, фарадиол; витамины А, B_1, B_2, С, Е, Р; в значительном уколичестве инулин (до 40 %); тараксол, аспарагин, никотинамин; глицериды пальмитиновой, олеиновой, мелиссовой и циротиновой кислот. В корнях содержатся макроэлементы (мг/г): калий – 12,9, кальций – 6,4, магний – 1,4, железо – 0,9. Концентрирует медь, селен, цинк [96].

В официальной медицине применяют настой корня (*Infusum radicis Taraxaci)* в качестве горечи для возбуждения аппетита, как желчегонное средство и при запорах. Экстракт одуванчика густой *(Extractum Taraxaci spissum)* применяют для приготовления пилюльной массы, добавляют в ряд сборов.

Одуванчик имеет широкое применение в традиционной медицине. Впервые сведения об одуванчике находим у ученых XVI века Фухса и Геснера. В русской традиционной медицине его издавна считали “жизненным эликсиром”. Им лечили многие заболевания. В Средней Азии сок одуванчика используется для уничтожения бородавок.

Авиценна использовал сок свежего растения при лечении водянки, сводил им бельмо на глазах; при укусах скорпионов делал повязки из свежего растения. В старые времена его соком выводили веснушки, пятна на коже.

Настой корня рекомендован в качестве горечи для возбуждения аппетита, как желчегонное средство и при запорах. Экстракт одуванчика сухой применяют для приготовления пилюльной массы. Входит он в состав аппетитных и желчегонных сборов.

Одуванчик завоевал огромные территории страны и все шире внедряется в зеленые насаждения больших и малых городов.

С ним приходится вести буквально войну на уничтожение, при этом забывая о его лечебных свойствах.

В то же время во Франции, Германии, Австрии, Японии, Индии, США его специально культивируют, а листья используют для приготовления полезных салатов.

Род одуванчик представлен более чем 200 видами травянистых растений. С мая до июля его желтые цветки, поворачивающиеся к солнцу, создают часто сплошной и иногда до горизонта, довольно декоративный ковер.

О целебных свойствах одуванчика известно еще со времен древних греков и римлян, настой его давали пить раненым.

В традиционной медицине на Руси еще в 1862 году соком одуванчика лечили тяжелый ревматизм, желтуху, сыпи. Рекомендуют его при астении и ипохондрии, как успокаивающее средство, что, вероятно, связано с родовым названием – “Тараксакум“ (в переводе с греческого “успокоитель“).

Современная народная медицина рекомендует одуванчик при лечении селезенки, подагры, аллергических заболеваний, почечно-каменной болезни, геморроя, при фурункулезе и авитаминозе.

Далеко не все знают, что одуванчик полезен при атеросклерозе (понижает уровень холистерина), оказывает тонизирующее и

общеукрепляющее действие, регулирует лактацию у кормящих матерей, оказывает положительное действие на водно-солевой обмен, что позволяет использовать его в качестве активного безвредного диуретика.

Листья и корни одуванчика широко применялись на Руси при лечении желудочно-кишечных заболеваний, болезнях печени, при отеках ног, начальных стадиях водянки, кожных заболеваниях, при золотухе, проказе. Порошок из корней принимали по 1,5 – 2,0 г 3 раза в день.

Для приема внутрь рекомендовали выжатый сок растения давать с мясной похлебкой или с молочной сывороткой. При длительном приеме давали по 60 см^{a} сока на прием.

Отвар делали из 60-90 г травы и корня на 1200 см^{a} воды. Это количество упаривали наполовину, добавляли 2 растертых желтка и пили ежедневно.

Корень одуванчика пьют в виде отвара, особенно зимой при грудных простудных заболеваниях, высокой температуре.

Сок всего растения после настаивания со спиртовой жидкостью принимали при красных пятнах на коже, чесотке, малярии, мочекаменной болезни. В день принимали 90-120 мл. С давних времен в аптеках продавали экстракт и сгущенный сок одуванчика. Давали его от 1,2 до 3,7 г в пилюлях или микстурах.

Рекомендовали его при ипохондрии, упорном ревматизме, желтухе, сыпях.

На Руси свежие листья для салатов зимой сохраняли в погребах, покрывая землей. Корни его по действию близки к корню цикория и являются суррогатом кофе.

По другим данным, в традиционной медицине, растение действует общеукрепляющее при малокровии и астении, оказывает тонизирующее и успокаивающее действие на нервную систему. Рекомендуется при неврозах, бессоннице. Препараты одуванчика показаны при болезнях селезенки, подагре, аллергических заболеваниях, почечно-каменной болезни, геморрое,

при фурункулезе и авитаминозе. Одуванчик стимулирует лактацию. Наружно сок растения применяют от веснушек и для сведения бородавок [89]. В Японии рекомендуют лекарственные формы одуванчика при лечении рака.

Однако, применять это растение следует, посоветовавшись с лечащим врачом.

Имеются сведения о применении корней одуванчика при лечении атеросклероза, астении, ожирения, при глистной инвазии, заболевании почек и мочевого пузыря.

Настой готовят из 1 чайной ложки измельченного корня, залитой 200 мл кипятка. Пьют по ¼ стакана 3-4 раза в день за полчаса до еды.

Корень одуванчика входит в состав мази для лечения экземы. Сок используется наружно при веснушках, печеночных пятнах на коже [199].

Листья одуванчика используются для приготовления целебных салатов, особенно ранней весной при авитаминозе. Горьковатый вкус их легко убирается, если листья выдержать в подсоленной воде в течение получаса. Собирают молодые листья у растений до цветения. Добавляют в качестве приправ зеленый лук, соль, уксус, растительное масло или майонез, крутые яйца. Корень иногда используют как суррогат кофе.

Приводим 5 сборов с участием одуванчика при лечении важных заболеваний:

Сбор № 1 для лечения малокровия и анемии: корень одуванчика – 5 ч., трава дымянки – 2 ч., лист березы – 4 ч., трава зверобоя – 3 ч., лист крапивы – 5 ч., соцветия клевера красного – 1ч. Вечером засыпать 1 ст. ложку сбора в термос, залить 0,5 л крутого кипятка, настаивать до утра. Выпить настой за 3 раза в течение дня за 20-30 минут до еды в теплом виде. Принимать 25 дней, затем перерыв 5 дней. Курс лечения 2 месяца.

Сбор № 2 для профилактики и лечения атеросклероза: трава одуванчика – 3 ч., трава донника – 2 ч., цветки клевера красного – 5 ч., трава душицы – 2 ч., трава шалфея – 2 ч., плоды боярышника – 4 ч., трава сушеницы болотной – 2 ч. Сбор этот заметно снижает уровень холестерина в

крови. После 2-3 месяцев приема сбор следует заменить другими, поскольку лечение атеросклероза длиться порой не один год. Принимать как сбор № 1.

Сбор № 3 помогает при бессоннице, чрезмерной нервной возбудимости: корень одуванчика – 4 ч., трава душицы – 5 ч., трава омелы белой – 3 ч., трава Иван-чая – 5 ч., трава мяты перечной – 3 ч., корень валерианы – 1 ч. Принимать, как сбор № 1. Курс лечения 2-3 месяца.

Сбор № 4 улучшает функцию печени при хроническом гепатите: трава одуванчика – 2 ч., цветки бессмертника – 3 ч., трава зверобоя – 3 ч., трава Иван-чая – 5 ч., цветки ромашки – 2 ч., листья березы – 5 ч. Принимать как сбор № 1. курс лечения 2-3 месяца. Сборы необходимо менять: фитотерапия хронического гепатита проводится годами.

Сбор № 5 эффективен при фурункулезе и юношеских угрях: корень одуванчика – 5 ч., корень девясила – 3 ч., корень цикория 2 ч., чабрец – 3 ч., трава фиалки – 3 ч., трава чистотела – 4 ч. Все эти сборы применяются, как сбор № 1, в течение 2-3 месяцев.

Приводим рецепты пищевого использования одуванчика.

Салат из цветков одуванчика: 10 шт. цветочных корзинок растения тщательно очистить, промыть и мелко порубить вместе с 3-5 промытыми листьями, добавить 1 натертую морковь, 1 луковицу и заправить смесью: 1 ст. ложка творога и 2 ст. ложки кефира.

Пюре из одуванчиков: выдержанные в холодной подсоленной воде листья одуванчика слегка обсушить и пропустить через мясорубку. Добавить соль, перец, уксус и укроп по вкусу. Использовать для заправки супов, вторых мясных и рыбных блюд.

Одуванчик жареный: отварить в подсоленной воде цветки одуванчика, посыпать их толчеными сухарями и обжарить. Соединить с кусочками поджаренного мяса. Подавать на стол горячими.

Салат из одуванчика: листья (100 г) замачивают теплой подсоленной воде на 30-40 минут. Затем мелко нарезают, добавляют одно вареное яйцо,

зеленый лук или редис (2 шт.), солят и заправляют майонезом, сметаной или растительным маслом (1 ст. ложка).

Кофе из корней одуванчика: корни высушивают на воздухе, поджаривают до коричневого цвета, перемалывают в кофемолке. Порошок хорошо растворяется в воде и дает вкусный, питательный настой.

Жареные розетки: розетки молодых листьев срезают, тщательно моют и жарят на сливочном масле до подрумянивания. Подают к столу с мясом или с рыбой, с яйцом.

Франкфуртский зеленый салат: две горсти свежей зелени (одуванчик, крапива, кресс-салат, щавель, огуречник, петрушка, зеленый лук, укроп, любисток) измельчить и, добавив 2 порезанных вареных яйца и луковицу, перемешать. Залить соусом из 1 стакана кефира, куда добавлены соль, перец, сок и кожура половины лимона. Подавать к вареной картошке в мундире, вареной говядине или рыбе. Этот салат был любимым кушаньем Гете.

Салат из листьев одуванчика, зеленого лука и петрушки: 100 г листьев одуванчика опустить на 30 минут в холодную подсоленную воду (чтобы исчезла горечь), затем подсушить и измельчить. Добавьте 50 г нашинкованного зеленого лука, 25 г мелко нарезанной зелени петрушки, соль и уксус по вкусу. Все перемешайте, заправьте подсолнечным маслом, а сверху посыпьте измельченной зеленью укропа.

Сок одуванчика: сырой сок одуванчика, полученный из листьев и корней, сочетаемый с морковным соком и соком из листьев репы, помогает при недугах позвоночника и др. болезнях костей, а также придает крепость зубам, предотвращая тем самым пародонтоз и их разрушение.

Салат из одуванчика, мангольда и черемши: 100 г листьев одуванчика вымочить в соленой воде в течение 30-40 минут, отжать, сполоснуть чистой водой и мелко нарезать. 200 г листьев мангольда и 200 г черемши мелко нарезать, смешать с измельченными листьями одуванчика, заправить подсолнечным маслом (75 г) и посолить по вкусу.

Варенье из одуванчиков: 400 штук головок одуванчика, 2 лимона и 1,5 кг сахара, 1 л воды. Лимоны вместе с кожицей порезать и варить 10 минут с цветками одуванчика. Настаивать сутки. Затем массу отжать, настой процедить, добавить в него сахар и варить до готовности. Горячее варенье разлить в банки и закатать крышками. Вместо лимона можно использовать лимонную кислоту, добавив половину чайной ложки ее за 15 минут до конца варки.

Принимают одуванчик и в виде настоя: 1 столовую ложку корней или травы настаивают в 2-х стаканах кипятка (в термосе). На следующий день выпивают в три приема за 20-40 минут до еды.

Отвар готовят из расчета 60-90 г травы или корня на 1200 мл воды. Это количество упаривают наполовину, добавляют 2 растертых яичных желтка. Дают его при грудных простудных заболеваниях, высокой температуре по 50-100 мл 2-3 раза в день.

Корень одуванчика рекомендуют применять в дерматологии и косметологии. Входит он в состав мази для лечения экземы, а сок листьев для выведения веснушек, печеночных пятен на коже. Масляная настойка растения считалась на Руси прекрасным средством для лечения ожогов и некоторых кожных болезней. Сок одуванчика применяли для удаления бородавок.

Не все знают, что одуванчик общедоступное овощное растение, которое следует использовать ранней весной до цветения, когда наш организм испытывает недостаток в витаминах.

Его выкапывают, очищают от земли, промывают, провяливают на воздухе несколько дней – пока из надрезов не перестанет выделяться млечный сок. Для устранения горьковатого вкуса листья выдерживают в подсоленной воде в течение получаса. Лучше молодые листья использовать сразу свежими в салатах с добавлением зеленого лука, укропа, петрушки, соли, уксуса и растительного масла, крутых яиц. Все это перемешивается и заправляется майонезом, кефиром, сметаной.

Собирать растения следует в экологически чистых местах.

Нераспустившиеся соцветия можно мариновать и добавлять вместо каперсов в солянки и винегреты.

Корни впрок не поздно заготовить даже в октябре; сушат их на воздухе или при 40-50°С в печах. Срок хранения корней 5 лет. Хранят их в банках, ящичках, мешочках. Свежие листья сохраняют для салатов в погребах, покрывая их тонким слоем земли.

В гомеопатии применяются: *Taraxacum – Injeel (forte) (D4), D12, D30, D200.*

ОЛЬХА СЕРАЯ

Alnus incana (L.) Moench

Семейство березовые – *Betulaceae*

Встречается под названиями: ольха белая, ольха, вольха, елшина, лешинник, олешник и др.

Листопадное дерево высотой до 20 м или крупный кустарник с округлой кроной и поверхностной корневой системой. Листья у нее очередные или округло-яйцевидные, остроконечные, снизу сильно опушенные, до 10 см длиной и 7 см шириной. Мужские цветки – сережки – длиной до 10 см по 3-5 на повисших веточках. Женские сережки длиной до 2 см на коротких ножках, шишковидные, почти сидячие, по 3-8 шт. на оси. Плоды – плоские односемянные орешки с узкими крыльями.

Цветет ольха до распускания листьев, в марте – апреле; плоды созревают в августе – сентябре. Плоды собирают с августа по октябрь. Срок хранения 4 года.

Распространена в лесной и лесостепной зонах европейской части России, на Северном Кавказе, в Закавказье, в Западной Сибири, на Урале. Произрастает в долинах рек и ручьев, в подлеске влажных лесов, по берегам водоемов, озер, образует заросли на заброшенных пашнях.

Размножается семенами и вегетативно (пневой порослью, корневыми отпрысками).

Растение не требовательно к почвам и к условиям выращивания. Предпочитает сырые места. Одна из зимостойких пород. Сеянцы начинают плодоносить с 8-15 летнего возраста; при размножении порослью – с 5-7 лет. Поэтому рекомендуется для посадок на коллекционном участке размножения держать в течение 2-х лет порослевые растения; затем высаживать хорошо развитые саженцы на постоянное место. Посадку производят в лунки (ямки) размером 35-40 см, внося по 1 кг органических удобрений в смеси с нитроаммофоской в дозе 20 г. Площадь питания растений 2,5х2,5 м.

В официальной медицине используются соплодия (ольховые шишки), содержащие большое количество дубильных веществ (6-34 %), в т.ч. галлотанин (до 3,0 %); алкалоиды; фенолкарбоновые кислоты (галловая до 4 %); жирное масло (до 16 %).

Отвар соплодий *(Decoctum fructus Alni)* применяют в качестве вяжущего средства при острых и хронических энтеритах, колитах, диспепсии, дизентерии, ревматическом полиартрите, простудных заболеваниях. Ванны с листьями снимают усталость ног при длительной ходьбе.

При указанных заболеваниях показан препарат “Тхмелини“ *(Tchmelini)* – сухой экстракт из соплодий по 0,5-0,6 г 3-6 раз в день. Курс лечения 3-5 дней.

Лекарственные формы: Настойка соплодий ольхи (*Tinctura fructuum Alni)* – применяют по 25 капель 3 раза в день; Сухой экстракт соплодий ольхи *(Extractum fructuum Alni siccum)* – по 0,5-0,6 г 3-6 раз в день; Настой соплодий (шишек) ольхи *(Infusum fructuum Alni*) – 10 г на 200 мл кипятка, 15 минут кипятят на водяной бане, 45 минут охлаждают и принимают по ½ - ⅓ стакана 2-3 раза в день за 30 минут до еды.

Настой готовят из расчета: 4 г шишек на 1 стакан крутого кипятка. Принимают по ¼ стакана 3-4 раза в день.

Для приготовления отвара брали 15 г шишек, заливали стаканом кипятка, кипятили 15 минут, процеживали, охлаждали и пили по 1 столовой ложке 2-3 раза в день.

В случае применения коры ольхи, настой готовили из расчета на 15 г сырья стакан кипятка, настаивали и принимали по 1 столовой ложке 3-4 раза в день.

Соплодия входят в состав желудочного чая.

Настой и настойка из соплодий – вяжущее и кровоостанавливающее средство.

Используется ольха также в виде сухого экстракта соплодий.

Широко использовали это растение на Руси.

У кормящих матерей при обильном выделении молока, мастопатии, рекомендовали использовать свежие листья ольхи, прикладывая их в распаренном виде к груди несколько раз в день. В зимнее время использовали для этих целей сухие листья. Толченые с водой свежие листья оказывали положительный терапевтический эффект при нагноениях на различных органах, тяжелых язвах. При различных кровотечениях, кровавом поносе, кровохаркании принимали внутрь настой из горсти листьев ольхи, залитых 240 мл воды. Настой подслащали сахаром, медом и пили по небольшой чайной чашке.

Отвар листьев и коры применяли для полоскания как вяжущее и антисептическое средство. Рекомендовали при простуде, дрожании конечностей, подагре, параличе делать ванны или сухую баню из подогретых листьев.

Кора и листья содержат красящие вещества, применяемые для окраски кожи в красный цвет. Получали из ольхи краски темно-бурого или каштанового цвета.

По данным народных корреспондентов, отвар из 15 г коры ветвей на 1 стакан воды принимают по столовой ложке 3 раза в день при энтерите и колите. Пользуются и настойкой из 25 г коры на 100 мл спирта или стакан

водки. Принимают по 30-40 капель 2-3 раза в день. Лечат этими препаратами и поносы [16].

Листья ольхи отличаются молокогонным и ранозаживляющим действием. Когда у роженицы застаивается молоко, то рекомендуют листья прикладывать к груди. Прикладывали их и к язвам [88].

Ольха – полезное растение. Она обогащает почву азотом, снижает зараженность почвы майским хрущом. Древесина идет на фанеру, тарную дощечку, поделочный материал, сырье для производства стружечных плит. Из нее получают лучшие чертежные угли. Растение отличается декоративными качествами, является медоносом и кормовым видом для овец и коз.

В ряде стран свежие листья с успехом применяли для борьбы с блохами, рассыпая их по полу. Крепкий отвар листев использовали для мытья кроватей и обработки стен с целью борьбы с клопами. Это свойство ольхи можно с успехом рекомендовать для борьбы с вредителями огородных и садовых культур.

В ветеринарии коровам при кровавом поносе давали шишки ольхи по 3 столовые ложки через 12 часов .

Наряду с ольхой серой разрешено использовать соплодия ольхи клейкой (черной) *A. glytinosa (L.),* также произрастающей в России.

ОМЕЛА БЕЛАЯ

Viscum album L.

Семейство ремнецветковые – *Loranthaceae*

Вечнозеленый кустарничек шарообразной формы высотой до 120 см. паразитирует на ветвях многих лиственных (яблоня, груша, тополь, липа, береза), реже хвойных деревьев (сосна, ель, пихта). Разветвленные корни омелы проникают под кору дерева-хозяина и образуют многочисленные присоски. Стебли зеленые, деревянистые, членистые; легко ломаются в

узлах. Листья супротивные, толстые, кожистые, продолговатые или эллиптические, до 7 см длиной. Цветки желтовато-зеленые, мелкие, 2-4 мм длиной, невзрачные, по 5-6 расположены в развилках побегов. Плоды – шаровидные, сочные, односемянные ягоды до 10 мм в диаметре, белого цвета. Семена крупные, серовато-белые, окружены клейкой, слизистой мякотью.

Цветет в марте – апреле; плоды созревают в августе – октябре. Семена охотно поедаются птицами и, проходя через пищеварительный тракт, остаются клейкими, что позволяет им легко прилипать и прорастать на новых деревьях.

Омела – евро-азиатский вид с обширным ареалом, в т.ч. в России. Распространена в европейской части России, на Кавказе, на Дальнем Востоке, на Украине, в Белоруссии. Встречается в широколиственных лесах равнин, предгорий и горных склонов.

Используется целое растение, плоды и листья.

В молодых веточках и листьях, собранных поздней осенью, содержится вискотоксин (до 0,1 %), состоящий из большого числа аминокислот и сахаров; висцерин; α и β-вискол; олеаноловая и урсоловая кислоты; холин, ацетилхолин; амины; полипептиды; жирные кислоты и их эфиры; дубильные вещества; алкалоиды; сапонины; витамины С,Е; спирты и инозит (в ягодах до 1,2 %); жирное масло; аскорбиновая кислота, каротин, каучук (в ягодах) и смолистые вещества. В коре содержится гликозид сирингинин.

Омела белая – ядовитое растение. Применение ее лекарственных форм требует осторожности [16].

Жидкий экстракт из молодых листьев омелы (*Extractum Visci albi fluidi)* и сухой экстракт – гипотензивное средство при гипертонической болезни I-II стадии; показан при атеросклерозе, легочных и носовых кровотечениях, атонии кишечника. Настойка из листьев и стебля (*Tinctura herbae Visci albi)* входит в состав препаратов Омелен (*Omelenum)* и Акофит (*Acophitum),*

применяемых как гипотензивное, противоопухолевое и отвлекающее средство при миозите и радикулите.

В традиционной медицине омелу применяют при истерии и эпилепсии, других судорогах, спазмах, кровавом поносе, а также при маточных припадках и подагрических болях; считается противоопухолевым средством. На Кавказе листьями и молодыми побегами омелы откармливают овец и коз.

При приеме внутрь брали молодые веточки и листья 1,9-3,7 г и приготавливали отвар. Хороший эффект получен при использовании комплексной лекарственной формы, состоящей из 7,4 г омелы и такого же количества корня валерианы, залитых 240 мл горячей воды. Смесь доводили до кипения в закрытой емкости, затем процеживали, выжимали, получали 200 мл отвара и давали на прием по 2 столовые ложки каждые 2 часа. Еще больший эффект получался при добавлении к упомянутому отвару порошка омелы.

Лучшим сырьем считается омела, паразитирующая на дубовых деревьях, собранная в декабре. Ее надо хорошо высушить и хранить в стеклянных закупоренных банках.

Наружно омелу применяли при подагре, параличе, болях. Для этого готовили мазь из 3-х горстей травы плодоносящей омелы, которую толкли и варили с 800 г свежего свиного сала 15 минут, затем протирали через сито, добавляли 34 г воска и 8,5 г камфоры, смешивали все и хранили эту мазь в завязанном говяжьим пузырем банке. Употребляли мазь, предварительно протерев больные части тела подогретым вином досуха, затем втирали ее, растерев между ладонями. После чего оборачивали больные места теплым полотенцем или салфеткой, повторяя эту процедуру 3 раза в день [13].

Имеются сведения о применении омелы в качестве противоопухолевого средства. Цитолитическое действие препаратов омелы подтверждено экспериментально и клинически при неоперабельных новообразованиях.

Следует помнить, что омела имеет небольшую токсичность и противопоказана при беременности.

Настой для приема внутрь готовят из расчета 1 столовая ложка на 2 стакана кипятка (суточная доза).

Настой для наружного применения готовят из расчета 3 столовые ложки омелы на 2 стакана кипятка.

Применяют ее и в гомеопатии при бронхиальной астме, артериальной гипертензии, мастопатии, климактерических жалобах [36].

В традиционной медицине при инвазии круглыми глистами применяли в течение 3 дней смесь порошка листьев омелы – 0,5 г, а также измельченных в порошок корней валерианы – 1 г. При этом рекомендовали ежедневно употреблять в пищу свежую тертую морковь [187].

В гомеопатии применяются: *Viscum album – Injeel (forte) (D3), D12, D30, D200.*

ОРЕХ ГРЕЦКИЙ

Juglans regia L.

Семейство ореховые - *Juglandaceae*

Дерево высотой до 20 (35) м с развесистой крупной кроной и корой светло- серого цвета с глубокими трещинами. Ветви гладкие. Листья очередные, черешковые, длиной 15-45 (до 75) см, непарноперистые с 3-4 (реже 2) парами листочков. Цветки мелкие, невзрачные; тычиночные собраны в висячие соцветия – сережки длиной 8-10 см. Пестичный цветок расположен в пазухах кроющего листа. Плод – ложная костянка почти шаровидной формы.

Цветет в апреле – мае; плоды созревают в конце августа – сентябре.

Распространен в южных горных районах Средней Азии. Широко культивируется на Кавказе, на Дальнем Востоке и в Средней Азии, в других южных районах страны. Примерно 10 веков назад греческие купцы привозили на Русь “королевские орехи” – таков перевод с латыни названия

этого растения. Поэтому и в наши дни плоды этого вида называют грецкими орехами.

Стоили они тогда очень дорого и подавались только к царскому столу.

Да и на родине – в Передней и Средней Азии – плодами его одаривали в торжественных случаях. У римлян грецкий орех был обязательным атрибутом свадебных обрядов. В наши дни имеется хорошая традиция: при рождении ребенка на Кавказе и в Молдавии сажают ему в приданное дерево ореха. Он является и символом долголетия. В Крыму, например, встречаются растения в возрасте около 1000 лет.

В ядрах плодов содержится жир (54-74 %), жирное масло (до 81 %); эфирное масло (до 0,3 %); белковые вещества (12-21 %); дубильные вещества (до 35 %); витамины группы В, провитамин А, РР [66]. В зеленых плодах много аскорбиновой кислоты (до 3000 мг%), β-каротина. Еще больше аскорбиновой кислоты в листьях (до 4500 мг%) .

Кроме того, они содержат юглон. Так был назван в свое время препарат для лечения кожного туберкулеза (всех форм туберкулезной волчанки, золотушного лишая, бородавчатого туберкулеза кожи), стафилококковых и стрептококковых заболеваний кожи, хронической эпидермофитии гладкой кожи. Принимали его в виде мази, раствора, суспензии.

Принимать плоды ореха следует в небольшом количестве. При избыточном приеме появляются головные боли в передней части головы. Ядра вызывают спазмы сосудов головного мозга [16].

С давних времен широко применялись лекарственные формы: листья – *Folia Juglandis*; экстракт из листьев – *Extr. Foliorum Juglandis*; плодовая корка (надплодник) – *Cortex Fructus Juglandis*; экстракт из нее - *Extr. Corticis Nucum Juglandis*; жирное масло – *Oleum Juglandis regiae;* кора корней белого орешника *Cortex Radicis Juglandis cinereae* [21].

В традиционной медицине Руси грецкий орех употребляется при болезнях желудка и кишечника, при поносах, рахите, экссудативном диатезе,

метаболических артритах, сахарном диабете, а также при различных новообразованиях.

Листья грецкого ореха в традиционной медицине применяют для ванн при болезнях суставов и кожных высыпаниях.

При приеме внутрь и наружном применении рекомендовали отвар листьев, который способствует быстрому заживлению ран. Использовали и измельченное ядро грецкого ореха в качестве пластыря, прикладывая его к нарывам. Для укрепления волос мыли голову в крепком отваре листьев.

Настой из листьев готовили следующим образом: 2 столовые ложки листьев заливали 0,5 л кипятка, настаивали в течение 6 ч в термосе. Пили его в течение суток [89].

По данным народных корреспондентов [116] спиртовая (водочная) настойка тонких перегородок ореха принималась по столовой ложке 1 раз в день при образовании зоба.

Кроме того, как укрепляющее средство, при авитаминозе и гиповитаминозе рекомендовали пить по ⅓ стакана 3 раза в день настой из 20 г листьев или зеленых плодовой корки на стакан кипятка.

Водный настой золы от грецкого ореха способен быстро прерывать рост волос. Так любая женщина, если у нее интенсивно растут усы, может от них избавиться. Для этого достаточно сжечь скорлупу грецкого ореха, золу растворить в воде и этой вытяжкой смачивать места роста волос [116].

Для этих же целей рекомендовали сок плодов. Достаточно 2-3 раза смазать волосатую поверхность соком разрезанного зеленого грецкого ореха и можно быстро избавиться от излишней волосистости.

Зеленая кожура незрелых орехов обладает вяжущим, общеукрепляющим, противоглистным действием. Листья ореха применялись при задержке менструации, использовались, как ранозаживляющее средство.

Ореховое масло получали простым отжатием и применяли при болях в мочевом пузыре, мочекаменной болезни, а также в качестве противоглистного средства. Смазывали им сухие и мокнущие лишаи, пятна и

другие накожные заболевания. Использовали масло при ожогах, трещинах сосков, смазывая поврежденные места 3 раза в день.

Сок из молодых зеленых орехов в смеси с медом рекомендовали принимать в виде полоскания при астме, воспалениях и опухолях желез в гортани, язвочках в ротовой полости.

Отвар кожуры ореха применяли для лечения мокнущих язв на ногах, при золотушных и раковых воспалениях, мокрых лишаях, кожных сыпях.

Свежие листья прикладывались к отечным областям, опухолям. Винный настой из них умерщвлял глистов, обладал противолихорадочным свойством. Отвар листьев применялся при ангине.

Готовили его из 30 г зеленой сухой корки плодов на 400 мл воды, который упаривали до 240 мл, процеживали и принимали внутрь. Снаружи этим отваром делали примочки к язвам, использовали его и для полосканий. Порошком из зеленой корки присыпали язвы.

Ореховое масло давали внутрь от 30-60 до 90 г в качестве противоглистного средства и при мочекаменной болезни.

Подкорковый слой побегов, собранный весной перед распусканием почек, принимали по 1,8 – 3,7 г в качестве рвотного средства, а подкорковая зона корней, настоянная на вине, обладает действием наподобие шпанских мушек.

Садоводам-любителям следует знать. Что отвар зеленой ореховой скорлупы полезен для истребления гусениц и садовых червей, пожирающих зелень. Его же использовали для обработки лошадей, избавляя их от слепней, комаров, ос и других вредных насекомых. Для этих же целей использовали и отвар из листьев [201].

Натирание тела маслом поддерживало силы у стариков.

В аптеках на Руси продавали экстракт – сгущенный сок ореховой зеленой корки для борьбы с глистами. Применяли его в дозе 0,6 – 1,2 г до 1,9 г. Детям в возрасте от 1 до 3-х лет давали по 30 капель, взрослым по 40-60 капель, а по прошествии 8 дней принимали слабительное [201].

Зеленая скорлупа грецкого ореха также применялась в качестве глистогонного средства [110].

В гомеопатии применяются: *Juglans – Injeel (forte) (D4), D12, D30, D200.*

ОРТОСИФОН ТЫЧИНОЧНЫЙ

Orthosiphon stamineus Benth.

Семейство яснотковые – *Lamiaceae*

Встречается под названиями почечный чай и кошачий ус.

Вечнозеленый травянистый полукустарник высотой до 1,5 м с мочковатой корневой системой. Стебли ветвистые, четырехгранные, темно-фиолетовые снизу. Листья супротивные, до 7 см длиной, собраны в мутовки. Цветки бледно-фиолетовые, длиной до 8 см, собраны в верхушечные пирамидальные соцветия длиной до 15 см. Плоды – яйцевидные орешки.

Цветет в июле – августе; плоды созревают в октябре. Семена образуются редко.

Размножается главным образом вегетативно – зелеными черенками. При вегетативном размножении черенки укореняют непосредственно в легком почвенном субстрате или в песке, при 24-26 °С. Черенки размещают 4х5 см на стеллажах теплицы, в ящиках, в теплых светлых помещениях, в утепленных парниках. В мае – июне укорененную рассаду высаживают в открытый грунт. Расстояние между растениями в рядах 35-40 см, междурядья 70 см. Под основную перекопку (перепашку) вносят 4-6 кг/м² органических удобрений и суперфосфат 60 г/м², калийной соли 30 г/м². Кроме того, в посадочные борозды дополнительно вносят 2 кг/м² органических удобрений, и в течение вегетации проводят 3 подкормки аммиачной селитрой в дозе 15 г/м². В течение вегетации регулярно проводят рыхление междурядий, прополку растений в рядах.

Распространен в Юго-Восточной Азии (Индия, Китай) и в Северо-Восточной Австралии и Океании. В России культивируется во влажных

субтропиках Закавказья. Первые семена его были получены в 1939 году с острова Ява, а с 1954 года началось промышленное производство в Западной Грузии.

Ценное тропическое лекарственное растение.

Используют листья и молодые побеги, содержащие гликозид ортосифонин (до 0,01 %); небольшое количество алколоидов; жирное масло (до 2,7 %); винную (до 1,5 %), лимонную, фенолкарбоновую кислоты; эфирное масло (до 0,66 %); тритерпеновые сапонины; флавоноиды; мезоинозит; соли калия; β-ситостерин; дубильные вещества (5-6 %). Концентрирует барий, медь, селен, стронций, цинк.

Применяют траву почечного чая в виде настоя *(Infusum herba Ortosiphoni)* в качестве диуретического средства при нарушениях функции почек; отеках на почве недостаточности кровообращения, при холециститах.

ОСИНА

Populus tremula L.

Семейство ивовые – *Salicaceae*

Встречается под названиями: осиновое дерево, осинка, осичина, осыка, осокорь, тополь дрожащий, трясучка, ниптун-дерево, горечавка, иудино дерево, ветля.

Листопадное дерево высотой 25-30 (35) м с диаметром кроны до 5 м. Ствол зеленовато-серый, гладкий, до 1 м в диаметре. Молодые ветви голые, блестящие, красно-бурые. Листья округлые, выемчато-зубчатые. Верхние треугольно-яйцевидные, наверху заостренные, на длинных черешках, сильно сплюснутых с боков в верхней части, отчего лист постоянно находится в неустойчивом положении и шевелится при малейшем движении воздуха. Отсюда и название трясучка. Сережки длиной 4-15 см и толщиной 2 см, опушенные. Семена мелкие, желтовато-серые.

Цветет задолго до распускания листьев, в конце апреля – начале мая; плоды созревают в июне – начале июля.

Одна из самых распространенных древесных пород в нашей стране. Чаще всего встречается в европейской части, в Крыму и на Кавказе, в Сибири, на Дальнем Востоке и в Казахстане.

В листьях накапливаются органические кислоты (муравьиная, винная, лимонная, щавелевая, яблочная, фумаровая и др.); каротиноиды; витамин С (до 300 мг%); ароматические кислоты; фенолы; феноглюкозиды (2,2 %); дубильные вещества (2,46 – 6,7 %). В почках – фенолглюкозиды (салицин, популин); дубильные вещества; ароматические кислоты. В коре также содержатся фенолглюкозиды (3,4 – 4,4 %); ароматические кислоты (бензойная); дубильные вещества (2,6-18 %); жирные кислоты.

В традиционной медицине отвар и настой коры принимали внутрь при сифилисе, циститах, подагре, ревматизме, зобе, диспепсии, кашле, для улучшения аппетита. Наружно при язвах, ожогах, ранах, воспалениях кожи и слизистых оболочек [28].

Настои и отвары почек принимали внутрь при подагре, лихорадке, циститах, дизентерии. Мазь из них – наружно при ревматизме. Почки, растертые с маслом или настоянные на водке, применялись при ожогах, язвах [196].

Из коры, почек и листьев получали салицин и популин, обладающие противомалярийным, мочегонным действием; активен он и при артритах. Свежие листья прикладывали к воспаленным геморроидальным шишкам [59]. Древесным соком изгоняли лишаи и бородавки [139,187]. Отвар из почек и коры готовили следующим образом: брали 1 унцию (30 г) сырья, запаривали фунтом (400 г) кипятка, кипятили, пока не оставалось 8 унций (240 г). затем процеживали, подслащали и пили по чайной чашке 3 раза в день. Почки, настоянные на водке (1:5) в течение 5 дней принимали по 20-30-40 капель 3-4 раз в день. Мазь из почек готовили из расчета 1 части почек, которые растирали и варили с двумя частями свиного жира до полного обезвоживания, затем процеживали.

Обычно использовали нераспустившиеся почки осины, которые растирали с маслом или настаивали на водке. В таком виде они применялись как ранозаживляющее средство.

Молодые толченые листья осины смачивали горячей водой и применяли как припарку к больным местам при подагре. Припарку из листьев прикладывали наружно к геморройным шишкам, другим болящим опухолям. Мазь из почек считалась прекрасным средством для лечения геморройных шишек, трещин на груди или сосках, ожогов. Соком из стволов снимали даже бородавки и успешно лечили лишаи. Кору в виде отвара пили при задержании мочи.

Зубную боль снимали свежевыжатым соком из листьев осины. Его же подогревали и впускали в слуховой канал для снятия звона, шума в ушах. Имеются сведения, что почки черного тополя в виде горячего настоя оказывают сильное потогонное действие. Винный настой их обладает целебными свойствами, и применялся при цинге, а также запущенных формах простудных заболеваний [201].

ОЧАНКА ЛЕКАРСТВЕННАЯ

Euphrasia parviflora Schang.

Семейство норичниковые – *Scrophulariaceae*

Встречается под названиями: глазная трава, горлянка, глазница аптечная, полевой василек, очная трава, очная помощь, свет очей, светлик, жабная трава, очанка, рябушка.

Однолетнее растение до 50 см высотой с прямым, реже ветвистым, стеблем буроватого цвета. Листья сидячие, зубчатые, опушенные, от продолговато-яйцевидных до широко-яйцевидных. Нижние листья мелкие, тупо-зубчатые. Цветки белые с лиловыми жилками, с желтоватым пятном на нижней губе. Расположены по одному в пазухах прицветников, образуя на верхушке густую кисть. Плод – продолговатая коробочка длиной 4,5-6,5 мм и шириной 2-2,5 мм.

Распространена в лесной и лесостепной зоне в европейской части России, Западной и Восточной Сибири, на Дальнем Востоке (Сахалин, Камчатская область). Произрастает на лугах, в негустых лесах.

Содержит дубильные вещества, эфирное масло, горечи, ароматическую смолу, гликозиды, смолы, красящее вещество, иридоиды, флавоноиды [27,167].

В традиционной медицине выжатый сок из листьев применяли при начальной слепоте, пятнах, “застилающих зрение”. Отсюда и произошли вышеуказанные народные названия. При наружном применении брали 50 г очанки и кипятили в 1 л воды, давали остыть, обмакивали в нем чистые тряпочки и прикладывали к больным глазам [125].

Имеются сведения, что экстракт травы обладает действием на сердечно-сосудистую систему, усиливает сокращение сердца, снижает кровяное давление [167].

Отвар травы используют при болях в животе, катаре желудка и толстой кишки [178], при грудной боли [60], при кашле и хрипоте, при грыже.

Очанка рекомендовалась при глазных болезнях – при начальных стадиях слепоты. Выжатый сок ее листьев, смешанный с белым вином и медом, вводили понемногу в глаза ежедневно. Брали 11 г листьев и варили в 180 мл воды или виноградного вина. Давали внутрь и просто белое вино, настоянное на листьях этого растения .

Трава очанки способна ускорять роды, месячное кровотечение; обладает вяжущим действием.

Кроме того, очанку добавляют в сборы при гастритах, энтероколитах и дискинезиях.

Настой для приема внутрь готовили из расчета: 2 столовые ложки травы настаивают с 0,5 л кипятка (суточная доза). Для примочек брали 4 столовые ложки травы, настаивали в 0,5 л кипятка.

В гомеопатии применяются: *Euphrasia – Injeel (forte) (D3, D6), D12, D30, D200.* В гомеопатии также рекомендуют очанку при светобоязни и воспалении глаз.

ОЧИТОК БОЛЬШОЙ

Sedum maximum (L.) Hoffm

Семейство толстянковые – *Crassulaceae*

Многолетнее травянистое растение высотой до 80 см с укороченным корневищем и утолщенными корнями. Стебли сочные, прямостоячие, неветвящиеся. Листья супротивные, сидячие, мясистые, продолговато-овальные, длиной до 13 см и шириной до 5 см. Цветки мелкие, с беловато-розовыми лепестками длиной до 4 мм; собраны в щитковидно-метельчатое соцветие. Плоды – пятилистовки. Семена продолговато-яйцевидные, длиной до 0,5 мм, бурые.

Цветет в июле – октябре; плоды созревают с середины лета до глубокой осени. Размножается семенами (посевом на глубину 0,5-1 см) и вегетативно (зелеными черенками, делением корневища).

Распространен в европейской части России, в Белоруссии, в Литве.

Используют надземную часть, содержащую полисахариды (до 15,4 %). В соке листьев присутствуют органические кислоты (до 22,2 %) - лимонная, яблочная, щавелевая; следы алкалоидов, полифенолы. В надземной части содержатся макроэлементы (мг/г): калий – 21,8, кальций – 24,4, магний – 17,1, железо – 0,2. является концентратором микроэлементов: стронция, селена, бария, меди [96].

Препарат Биосед – водный экстракт из консервированной свежей травы очитка большого оказывает общее тонизирующее и противовоспалительное действие; применяют в качестве биогенного стимулятора как вспомогательное средство, стимулирующее обменные процессы и тканевую

регенерацию в офтальмологии (ожоги роговой оболочки и помутнение роговицы), терапии (язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки), хирургии (для ускорения консолидации костных переломов, при трофических и варикозных язвах голени и др.), стоматологии (парадонтоз).

В традиционной медицине применяется для заживления ран и как мочегонное средство.

Листья имеют приятный кисловатый вкус. Из них можно готовить салаты, винегреты, щи, гарниры к мясным блюдам. Их можно мариновать, заквашивать. Порошок сухих листьев – витаминная приправа для мясных, рыбных блюд, супов, борщей. На порцию 10-15 г порошка.

ОЧНЫЙ ЦВЕТ ПОЛЕВОЙ

Anagalis arvensis L.

Семейство первоцветные – *Primulaceae*

Встречается под названиями: куреслеп малый, курячьи глазки, куреслепник, курячья слепота, порченная помощь.

Однолетнее или двулетнее растение высотой до 30 см. стебли многочисленные, четырехгранные, восходящие или простертые. Листья яйцевидные или продолговато-яйцевидные, длиной 0,6-1,3 (1,5) см и шириной 0,2-0,8 см; расположены супротивно, сидячие, тупые, светло-зеленые, снизу с черными точками. Цветки красноватые, кроваво-красные, одиночные. Длиной до 5 мм. Плод – шаровидная многосемянная коробочка, растрескивающаяся поперек, длиной 3,5 мм. Семена яйцевидно-трехгранные, длиной 1,3 мм, шириной 0,8 мм, темно-коричневые, почти черные.

Цветет в начале июля; семена созревают в конце сентября – начале октября.

Распространен в европейской части России, на Кавказе, в Западной Сибири, в Средней Азии по долинам и берегам рек, морей, окраинам болот,

по каменистым сухим склонам. Сорное в посевах зерновых, люцерны, в садах, на пустырях, выгонах, у арыков, канав, жилищ.

В листьях содержатся фенолкарбоновые кислоты (кофейная, n-кумаровая, синаповая, феруловая); флавоноиды (кверцетин, кемпферол); антоцианы (цианидин). В траве – флавоноиды (гликозиды кемпферол, кверцетин). В корнях тритерпеновый сапонин цикламин. В семенах жирное масло (17,7 %) [199].

Свежая трава, заготовленная в период массового цветения, применяется издавна в традиционной медицине при лечении глазных болезней в виде сока, который в смеси с медом залечивал глазные раны, рассасывал пятна, улучшал зрение [44]. Использовали свежую траву и при лечении водянки [1,68]. Сок, сухая и свежая трава рекомендовались при лечении камней в почках, а сок с медом при туберкулезе [44]. Имеются сведения о лечении сухой травой бешенства путем приема отвара из травы по полстакана на прием 3 раза в день [2] или путем приема 20 г порошка [44]. Рекомендовали это растение и для регулирования менструаций, а также при выпадении прямой кишки.

ПАЖИТНИК СЕННОЙ

Trigonella foenum-graecum L.

Семейство бобовые – *Fabaceae*

Встречается под названиями: верблюжья трава, грецкая сочевица, греческая сочевица, пажитник, фенумгрек, греческое сено.

Однолетнее травянистое растение высотой 10-100 см с прямостоячим, маловетвистым, полым внутри стеблем и тройчатыми ланцетовидными листьями. Цветки беловато-желтого цвета, к основанию слегка фиолетовые, венчик длиной 13-18 мм. Цветки расположены по 1-2 в пазухах листьев. Плод – боб длиной 6-12 см, толщиной 4-5 мм, слегка волосистый. Имеет сильно вытянутый носик длиной 2-2,5 см и содержит от 10 до 20 семянок.

Семена крупные, длиной 3-5 мм, шириной 2-3 мм, желтовато-бурого цвета, почти кубической формы.

Происходит из Средиземноморской области, Месопотамии. Как сорное, заносное встречается на Дальнем Востоке, в Восточном и Южном Закавказье, в Средней Азии. Культивируется как кормовое растение.

В семенах содержится алкалоид тригонеллин (0,13 %); стероиды; тритерпиноиды; флавоноиды; кумарины; эфирное масло (0,14 %). В траве – холин (0,05 %); сапонины; диосгенин (2 %); слизь; горечи; танин; смола; витамин С; из оболочки семян выделено жирное масло (до 9,1 %).

До революции семена импортировали в Россию в больших количествах и применяли глвным образом в ветеринарной практике в молотом виде для лечения туберкулеза животных, при кашле, заболеваниях селезенки, улучшения аппетита, в качестве инсектицидного средства.

Имеются сведения о применении семян в качестве обволакивающего средства и в косметике [199]. Как наружное, еще в глубокой древности применялось для смягчающих компрессов и пластырей, при опухолях и нарывах; внутрь в качестве противосудорожного средства [68], при лечении фурункулеза, воспалительных процессов, против болей в груди и хронического кашля. При болях в пояснице принимают внутрь и натирают больное место [125]. Толченые семена или отвар семян с добавлением меда и яичного желтка прикладывают к нарывам. Оставшиеся после отвара семена используют для втирания от перхоти; пьют их, заваривая вместо чая, при грудной жабе и при лихорадке. Полученную из семян муку смешивают с льняным маслом и в виде припарки на медовой воде лечат подагру, другие болезни конечностей [8].

Употребляют пажитник при глазных болезнях, болезнях почек и желудка, для лечения ревматизма, кожных заболеваний (экземы).

Зеленые верхушки побегов издавна применялись как пряность при изготовлении зеленого сыра.

По данным народных корреспондентов, для лечения свищей, туберкулезных язв, ран, болезни легких в быту успешно применяют семена пажитника. Готовят отвар семян, который принимают внутрь, а оставшуюся кашицу после отвара с успехом прикладывают к ранам и язвам, которые очень быстро заживают [161].

ПАСЛЕН ДОЛЬЧАТЫЙ

Solanum laciniatum Ait.

Семейство пасленовые – *Solanaceae*

Многолетний кустарник высотой до 3,5 м со стержневой ветвящейся корневой системой. Стебель одревесневающий, вильчато-ветвящийся, с ребристой поверхностью. Листья крупные, длиной до 35 см и шириной до 25 см, перисто-рассеченные. Цветки фиолетово-синие, крупные, до 5 см в диаметре, собраны по 3-23 в соцветия завитки, расположенные в развилках стеблей. Плоды – овальные ягоды оранжевого цвета длиной до 3 см. Семена мелкие, почковидные, до 2 мм в диаметре, коричневатые.

Цветет с июня до поздней осени; плоды созревают в сентябре – октябре. Размножается семенами, посевом в грунт на глубину 3-4 см. норма высева семян 3-4 кг/га; ширина междурядий 70 см. при рассадной культуре расстояние между растениями в ряду 25 см. норма расхода рассады 57-59 тыс.шт./га. Урожайность травы 2,5-3 т/га.

Распространен в Австралии, Новой Зеландии, на острове Тасмания и полуострове Норфолк. Культивировался в России в южных районах (Краснодарский край), в Казахстане, Узбекистане.

Используют траву, содержащую стероидный гликоалкалоид соласодин (0,8-1 %), из которого получают около 50 наименований кортикостероидных гормональных препаратов, применяемых при лечении около 100 заболеваний. В листьях накапливается до 2,6 % соласодина, в незрелых плодах до 3,27 %. Кроме того, в листьях накапливаются макроэлементы

(мг/г): калий – 41,2, кальций – 40,2, магний – 4,7, железо – 0.3. Является концентратором микроэлементов: меди, цинка, молибдена, стронция, йода, бора, селена, кадмия и ,особенно, бария [96].

Препарат Кортизон ацетат показан при лечении ревматизма, полиартрита, бронхиальной астмы, лейкемии, коллагенозов, нейродермитов, экземы, кожных и аллергических заболеваний, болезни Аддисона, других болезней. Гидрокортизон более активен по сравнению с кортизоном. Применяют при острой недостаточности надпочечников, при артритах. Прогестерон – при аменорее, в качестве маточного средства при бесплодии, недоношенной беременности.

В Россию первые семена были завезены в 1955 году из Румынии. П.Н.Кибальчичем (ВИЛАР) и ВНИХФИ впервые в мире были разработаны технологии производства соласодина и травы паслена дольчатого в южном Казахстане.

ПАСЛЕН СЛАДКО-ГОРЬКИЙ

Solanum dulcamara L.

Семейство пасленовые – *Solanaceae*

Встречается под названиями: сладко-горькая трава, вороньи ягоды, сорочьи ягоды, гадючьи ягоды, глистовник, пасмурница.

Травянистый, ветвистый полукустарник до 3 м высотой с ползучим, сильно ветвистым корневищем. Молодые стебли травянистые, нижние деревянистые. Ветви растопыренные, лазающие, негусто опушенные. Листья цельные, яйцевидные или ланцетные, длиной 5-9 см и шириной 2.2-5 см, на черешках в 3 раза короче пластинки листьев. Цветки с двумя зелеными бело-окаймленными пятнышками, от 6 до 30 собраны в метельчатых, поникающих, внепазушных соцветиях. Венчик 8,5-10 мм длиной и 12-18 мм в диаметре. Плод – многосемянная ягода, при созревании ярко-красная; яйцевидная, 6-12 мм длиной и 4,5-8 мм шириной. Семена плоские, желтые, с мелкосетчатой поверхностью, около 2 мм в диаметре.

Цветет в июне – сентябре; плоды созревают в июле – сентябре.

Родина – Европа, Северная Африка, север Индии и Китая. В России встречается по всей европейской части, на Дальнем Востоке, на Кавказе, на юге Западной и Восточной Сибири.

Паслен сладко-горький и паслен черный – ядовитые растения. Требуют осторожности при приеме внутрь [7].

Используют все свежее растение, собранное до цветения, с молодыми побегами, листьями и цветками. Листья, стебель и плод содержат гликоалкалоиды соланин, солацеин и другие. Содержание соланина в траве до 1 %, в зрелых плодах 0,3-0,7 %, в стеблях 0,3 % и немного в листьях, цветках и корнях.

На Руси издавна использовали лекарственную форму из стеблей *Stipites Dulcamarae* и экстракты: густой - *Extractum Dulcamarae* spissum и жидкий - *Extr. Fluidum Dulcamarae* [22].

Растение широко известно в Европе с 1552 года как мочегонное и послабляющее средство, при желтухе, лихорадке, плеврите, пневмонии и как потогонное. Еще Линней рекомендовал его при ревматизме, подагре и сифилисе. На Руси это растение когда-то широко использовалось. В последние годы стало применяться реже.

Наиболее широко применялся этот вид при лечении простудных заболеваний, ревматизма, подагры, ишиаса; в качестве потогонного и мочегонного средства [39]. Экстракт из стебля рекомендуют при заболеваниях бронхов. В Сибири делают паровые ванны, настои травы “от ломоты”, ревматизма, лихорадки и простуды.

В дерматологии используют стебли при хронических кожных сыпях – лишае, парше на голове, злокачественной чесотке, сыпи венерического происхождения. В 1835 году известный одесский врач А.Нелюбин сообщал об использовании стеблей паслена сладко-горького при лечении злокачественных язв золотушного, венерического и цинготного происхождения, нарывов костей. Рекомендовал он паслен и при многих

нервных заболеваниях – ипохондрии, истерии, геморроидальных припадках и других заболеваниях, связанных с судорогами. Другие авторы пишут: “в Сибири пьют настой и умываются от тоски“. Для этого использовался отвар из стеблей в виде примочек, например, при зудящей сыпи [59]. Кашица из листьев и плодов использовалась как наружное средство при раке и ожогах [23].

Есть данные о лечении этим растением водянки [122]; геморроя, прикладывая листья наружно; нарушениях менструального цикла. Пьют и моют настоем пораженные места при всех видах золотухи [115]. Применяли паслен как болеутоляющее средство наружно, противочесоточное [39], противоглистное [122], противоцинготное, при коклюше. При бронхиальной астме, болях в ушах рекомендуют отвар, приготовленный из 3 г измельченного в порошок сырья кипячением в течение 10 минут со 150 г воды. Пьют его по 2 чайные ложки в день.

При заболеваниях кожи, зудящих кожных экземах и воспалении кожи рекомендуют применять 0,1 г порошка паслена 3 раза в день.

Листья и молодые побеги паслена сладко-горького используются для регулирования обмена веществ, как противовоспалительное, антиаллергическое, мочегонное и седативное средство. При дерматозах используют кашицу из свежих толченых листьев.

Паслен сладко-горький используют для лечения грыжи. Приготавливают отвар из 17 г стебельков (сухих, измельченных) на 400 мл воды. Утром и вечером пьют по 2 чашки, сначала с молоком вместо чая, потом без молока [110].

При венерических заболеваниях (гонорея, сифилис…) использовали отвар из 17 г сухих измельченных стебельков паслена сладко-горького в 400 мл воды. Утром и вечером пьют этот чай по 2 чашки, сначала с молоком, потом без него.

Все органы этого вида паслена, особенно ягоды, ядовиты. Достаточно съесть 4 г листьев, и у вас откроется сильная рвота. При отравлении

отмечались симптомы нервных расстройств – шаткая походка, расширение зрачков [39], перебои сердца, состояние оглушения, затем понос, боли в животе.

В гомеопатии [55] паслен сладко-горький применяется при лечении многих болезней: водянки, цинги, ослаблении зрения, воспалениях мочевого пузыря, простудных заболеваний (слизистых оболочек), ревматической боли в суставах, параличах, головной боли от простуды, застарелого катара верхних дыхательных путей, воспалениях легких, кожных болезней (лишаи, сыпи, бородавки, парша). Лекарственные формы*: Dulcamara Injeel (forte) S (D4), D12, D30, D200.*

Относится к декоративным растениям.

ПАСЛЕН ЧЕРНЫЙ

Solanun nigrum L.

Семейство пасленовые – *Solanaceae*

Встречается под названиями: паслен, беника, бездушная трава, ворониха, глистник, песьи ягоды, солнечник, волчьи ягоды…

Однолетнее ветвистое растение 15-70 см высотой с прямостоячим стеблем и сплюснуто-цилиндрическими ветвями, слегка ребристыми. Листья черешковые, яйцевидные или эллиптические, очередные, длиной 11-13 см, шириной 6,0-8,5 см. Цветки белые или слегка фиолетовые, венчик 6-7 мм длиной в 2-3 раза длиннее чашечки, на цветоножках по 3-8 в каждом внепазушном завитке. Плод – многосемянная ягода, 8-10 мм в диаметре, шаровидная, черная. Семена овальные, длиной 2 мм и шириной 1,5 мм, соломенно-желтого цвета.

Цветет в июне – августе; плоды созревают в сентябре.

Распространен в европейской части России, кроме севера и северо-востока, по всему Кавказу, реже в Западной и Восточной Сибири и на Дальнем Востоке, в Средней Азии, кроме центрального Казахстана.

Содержит гликоалкалоид соланин, который впервые был открыт в этом растении в 1820 году французским аптекарем Дефосом. Кроме соланина был найден алкалоид бетамин и стероидные сапонины. В траве также были найдены жировые (1,6 %), смолистые (5 %) вещества; эфирные масла (следы); витамин С (120 мг%); дубильные вещества (7-10 %); органические кислоты (до 3,1 %). В листьях от 40 до 184 мг% витамина С, в зрелых плодах 1360 мг%, что в 3-4 раза больше, чем в смородине. В листьях содержится также провитамин А в количестве 89 гамм на 1 грамм массы (гамма – тысячная доля миллиграмма). Незрелые плоды ядовиты. В них накапливается ядовитый гликоалкалоид соланин. Чаще всего используют траву этого вида паслена, сок травы и ягод. Иногда применяют свежее растение целиком в период цветения, например, в гомеопатии: против судорог, при водянке и рожистом воспалении.

Это традиционное растение применялось во времена Гиппократа, Плиния, Диоскорида. Трава сегодня официально признана и входит в Фармакопеи Испании, Португалии, Франции.

В известном труде Абуали Ибн Сина [1] указано, что паслен черный способен рассасывать наружные и внутренние опухоли. Его соком вместе с кассией рекомендуют смазывать твердые опухоли. Сок обладает противовоспалительным действием. Им полощат ротовую полость при опухоли языка.

В Полтавской губернии сок свежего растения использовали при перевязке раковых язв, особенно груди у женщин [23]. На Украине свежие листья применяли при ожогах; прикладывали их к геморроидальным шишкам в качестве болеутоляющего средства [39]. При ожогах, язвах, геморрое, ушибах оно было известно на Руси задолго до революции [57]. На Кавказе (Талыш) сок свежего растения и ягод с кислым молоком применяют для заживления ран и нарывов. Этому растению приписываются мочегонные и жаропонижающие свойства, рекомендуют принимать его в виде чая 3 раза в день при мочекаменной болезни [54]. На Кавказе и Украине листьями этого

вида паслена лечат “простудную ломоту”, обкладывая конечности листьями [2]. В Сибири применяли его при ревматизме, простуде, лихорадке [178]. Имеются сведения об использовании ягод при выведении глистов у детей.

Паслен этот обладает успокаивающим действием на нервную систему [89]. Обладает он и холинэргическим, гипотензивным и местным анестезирующим действием.

Применяют его при гипертонической болезни и атеросклерозе, головных болях, эпилепсии, истерии, подагрических и ревматических болях, желудочных и кишечных коликах [89]. Зрелые ягоды и молодые листья рекомендованы в качестве пищевых продуктов. Ягоды – источник красящих веществ. Однако, плоды опасны для детей [2]. Употребление незрелых ягод может вызвать отравление. Листья и зрелые плоды паслена черного также следует принимать с осторожностью.

Настой готовят из расчета: 1 чайную ложку измельченного сырья (3 г), заливают стаканом кипятка. Эту смесь кипятят в течение 10-15 минут на медленном огне. Принимают отвар по 1 чайной ложке 3 раза в день.

Порошок паслена для приема внутрь применяется на кончике ножа (0,1 г) 3 раза в день за 20-40 минут до еды. Курс лечения 10-14 дней.

В гомеопатии применяется паслен при нейроциркулярной дистонии по гипертоническому типу [36]. В гомеопатии применяются: *Solanum nirum – Injeel (forte) (D4), D12, D30, D200.*

ПАСТУШЬЯ СУМКА ОБЫКНОВЕННАЯ

Capsella bursa –pastoris (L.) Medik.

Семейство капустные – *Brassicaceae*

Встречается под названиями: пастушья трава, сумочник, мочальная трава, гречка полевая, воробьиная кашица, белен, лебедец, сушочник пастуший, грыцыки, бабка, сердечки, кошелишка.

Однолетнее травянистое растение высотой до 70 см с веретеновидным тонким корнем. Стебли одиночные, прямостоячие, опушенные в нижней

части. Прикорневые розеточные листья черешковые, до 15 см длиной, продолговато-ланцетные; стеблевые листья очередные, сидячие, мелкие, постепенно уменьшающиеся к верхушке. Цветки мелкие (лепестки до 3,5 мм), белые, собраны в кисти, удлиняющиеся во время плодоношения. Плоды – многосемянные стручочки до 8 мм длиной и такие же шириной, с двумя раскрывающимися створками. Семена мелкие (до 1 мм) светло-коричневые, сплюснутые. Один экземпляр способен дать до 64 тысяч семян.

Цветет с апреля до осени; плоды созревают с июня.

Распространена в Евразии, в т.ч. в России почти на всей территории кроме Арктики, а также в пустынях Средней Азии. Произрастает на пустырях, вдоль дорог, в садах и огородах, на полях.

Используют все свежее цветущее растение и надземную часть. В надземной части содержатся рамногликозид гиссопина; дубильные вещества (до 3,3 %); холин, ацетилхолин; тирамин, инозит; органические кислоты – щавелевая, сульфаниловая, протокатеховая, фумаровая, яблочная, лимонная, винная, бурсовая; следы сапонинов; стероиды, β-ситостерин; алкалоиды (до 0,66 %); витамины С (до 200 мг%) и К, β-каротин; соли калия; кумарины (до 0,1 %); флавоноиды – рутин, диосмин, 7-рутинозид лютеолина, 7-глюкогалактозид лютеолина, гликозиды кверцетина, лютеолина, диосметина. В семенах жирное масло (до 38 %) и небольшое количество аллигорчичного масла [89].

Лекарственные формы пастушьей сумки противопоказаны людям с повышенной свертываемостью крови [16].

В официальной медицине применяют настой травы *(Infusum Bursae pastoris)* и жидкий экстракт пастушьей сумки *(Extr. Bursae pastoris fluidum*)

Пастушья сумка известна в традиционной медицине Древней Греции и Рима. В средние века применяли ее как кровоостанавливающее средство при внутренних кровотечениях и болезнях почек. В Российской фармакопее с 1914 года.

Настой пастушьей сумки и жидкий экстракт применяют в качестве кровоостанавливающего средства при легочных, почечных, желудочно–кишечных кровотечениях, при атонии матки и маточных кровотечениях.

Применяют траву в качестве гипотензивного, жаропонижающего, вяжущего средства. Обладает она и мочегонным свойством. Сок свежей травы оказывает сильное кровоостанавливающее действие [89].

По данным народных корреспондентов, настой из 2-3 столовых ложек свежей или сушеной травы на стакан кипятка принимают по ⅓ стакана 3 раза в день при атонии желудочно-кишечного тракта. Можно пользоваться и свежим соком травы, пополам с водой. Принимают его по столовой ложке 3 раза в день. Применяют эти лекарственные формы и при болезнях почек, мочевого пузыря, нарушении обмена веществ, воспалении почечных лоханок (пиелит), головной боли (при приливах крови).

При застое крови в печени принимают сок свежей травы по столовой ложке 3 раза в день, за час до еды. При почечной и печеночной колике, песке и камнях в почках, готовят настой из 30 г травы на стакан кипятка. Пьют по столовой ложке 4 раза в день или через каждые 2-3 часа. Свежий сок по 50 капель в ложке воды 3 раза в день принимают при недержании мочи. Рекомендован другой способ: принимают настой из 3 ложек травы на стакан кипятка, пьют по ⅓ стакана 3 раза в день. В быту пастушья сумка ценится как “кровоочищающее” средство, применяют ее при боли в печени, при поносах, против перхоти.[116].

Имеются сведения о применении пастушьей сумки при язвенной болезни желудка, геморрое, воспалениях мочевого пузыря, женских болезнях.

Свежий сок травы закапывают в ноздри при носовых кровотечениях. При почечных кровотечениях рекомендуют применять жидкий экстракт с травой полевого хвоща; при маточных кровотечениях с экстрактом калины или водяного перца.

Настой травы широко использовался на Руси при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, поносах, желчно- и почечно-каменной болезни, при различных расстройствах обмена веществ, подагре и ревматизме.

Рекомендуют применять настой и при атеросклерозе. Наружно настой применяют при ранениях и ушибах для примочек.

Готовят настой из расчета 3 столовые ложки травы на 2 стакана кипятка. Настаивают его в термосе и применяют в течении суток. Экстракт пастушьей сумки жидкий можно приготовить из расчета 1:1 на 70 %-ном спирте. Назначают его внутрь по 20-25 капель 2-3 раза в день [149].

Следует иметь в виду, что применять это растение не рекомендуется при беременности и тромбофлебите.

В гомеопатии применяются лекарственные формы: *Bursa pastoris – Injeel (forte) (D4), D12, D30, D200.*

Листья пастушьей сумки весной на Руси добавляли в салаты. Обладают они и фитонцидной активностью.

ПАТРИНИЯ СКАБИОЗОЛИСТНАЯ

Patrinia scabiosaefolia Fisch. ex Link

Семейство валериановые – *Valerianaceae*

Встречается под названиями: золотушная трава, золотарник.

Близкий вид к патринии средней. Отличается большей высотой – до 1,6 м, имеет косовосходящее корневище, несущее веретеновидные корневые мочки, голый, тонкоребристый, рпямостоячий стебель.

Распространена в европейской части, Западной и Восточной Сибири, в южном Забайкалье, на Дальнем Востоке, во всех малолесных районах Приморского края на открытых склонах, по долинам рек, на старых залежах, суходольных лугах.

Используют корни и траву, собираемые в фазу бутонизации.

Химический состав изучен слабо. Найдены следы алкалоидов [169]. Содержит тритерпиноиды (тритерпеновые сапонины); флавоноиды; кумарины; эфирное масло; дубильные вещества; жирное масло.

В традиционной медицине корни и трава используются внутрь и наружно в виде отвара, настоек. Пьют их при золотухе. Отваром обмывают золотушных детей, “моются” травой в бане [127]. В Сибири настой растения применяется при различных лихорадочных заболеваниях, малярии, а в виде примочек от веснушек.

В Тибетской и Монгольской медицине применяют ее при лечении гастроэнтеритов, туберкулеза легких, остеомиэлитов в виде порошка по 0,5-1,0 г .

По данным японских исследователей, трава обладает противоопухолевой активностью.

Молодые побеги съедобны. Имеет кормовое значение. Охотно поедается пятнистыми оленями, маралами.

ПАТРИНИЯ СРЕДНЯЯ

Patrinia intermedia (Hornem.) Roem. et Schult.

Семейство валериановые - *Valerianaceae*

Многолетнее травянистое растение высотой до 50 см с крупным многоглавым корневищем (75 см длиной и 3 см толщиной) и редкими тонкими корнями. Стеблей несколько, реже одиночные. Листья супротивные, коротко-опушенные. Цветки ярко-желтые, длиной 4-15 мм в щитковидно-метельчатом соцветии. Плод – слегка опушенная семянка, длиной около 4 мм.

Цветет в июне – июле; плоды созревают в июле – августе. Размножается только семенами.

Распространено в горах и предгорьях Тянь-Шаня, Алтая, в России в южных областях Западной Сибири. Растет на открытых каменистых склонах, по скалам и на прибрежных песках.

Используют корневища с корнями, содержащие тритерпеновые гликозиды – патринозиды (в подземных органах 13,9 %, в надземных 11,6 %); в корнях алкалоиды (0,3 %); эфирное масло (0,17 %). Выделены патринозид D и патринозид А, патринозид С, интерозид В.

Входит в состав комплексного антитромботического сбора Касмин, обладающего помимо свертывающей, антиагрегационной активности, также гиполипидемическими, гастропротекторными, гипотензивными, седативными, диуретическими и анальгетическими свойствами. Показан он и при атеросклерозе.

Препарат Патрин *(Patrinum)* оказывает успокаивающее действие, вполне заменяет препараты валерианы лекарственной.

В традиционной медицине отваром корней лечили желтуху [61], нервные болезни.

Корневище с корнями имеют выраженное успокаивающее действие, превосходят корень валерианы. Готовят настой из расчета: 10 г измельченного сырья заливают стаканом кипятка и принимают по столовой ложке 3-4 раза в день после еды. Полезен настой и при начальной стадии гипертонической болезни. При повышенной возбудимости, неврозах сердца, бессоннице готовят настойку и принимают по 15-20 капель на прием.

Использовали патринию в традиционной медицине при лечении гастроэнтеритов, лихорадке, при туберкулезе, желтухе.

Корни патринии, благодаря большому количеству сапонинов, могут заменить известный мыльный корень. Он отлично мылится и дает обильное пенообразование – в смеси с содой получают стиральный порошок. Способность к пенообразованию может быть использована в огнетушении и при изготовлении шипучих напитков – лимонада, пива, ситро. Порошок корня можно использовать для шампуней, бритья [152].

ПЕРЕСТУПЕНЬ БЕЛЫЙ

Bryonia alba L.

Семейство тыквенные – *Cucurbitaceae*

Многолетнее травянистое растение с толстым, редьковидным, мясистым корнем, в изломе белого цвета, снаружи слегка желтоватого. Стебли тонкие, лазающие при помощи усиков, до 4 м длины. Листья очередные, черешковые, шероховатые. Пластинка листа широкояйцевидная, пятилопастная, по краю зубчатая, шириной 8-16 см. Цветки однодомные. Мужские собраны по 5-7 в щитковидные кисти, цветоносы тонкие, длиной 5-20 см. Венчик по длине в 2-3 раза превышает чашечку, глубоко пятираздельный, грязно-желтого цвета. Женские цветки зеленоватые в 5-12-цветковых щитковидных кистях, достигающих с цветоносом 2-10 см длины. Плод – шаровидная ягода черного цвета, 7-8 мм в диаметре, с 4-6 семенами бурого цвета. Семена яйцевидные, слегка сплюснутые, длиной до 5 мм.

Цветет в июне – июле (в Средней Азии с апреля); плодоносит в июле – августе.

Распространен на Кавказе и в Средней Азии, как заносное. Одичавшее растение встречается на юге и западе европейской части России. Произрастает среди кустарников, по речным долинам и лесным опушкам.

В традиционной медицине применяют и другой вид – переступень двудомный *(Brionia dioica Jacq.).* Во всех частях растения, особенно в корнях, содержатся ядовитые гликозиды – брионин, бреин, брионидин. В корнях дубильные вещества; крахмал; смола; соли яблочной кислоты; эфирное масло (0,3 %); кумарины (0,7 %); алкалоиды (0,2 %); сапонины; полисахариды. В семенах – жирное масло (до 27,6 %) и ликопин. В листьях аскорбиновая кислота, витамин Е.

Растение ядовито. Вещества, содержащиеся в надземной части оказывают абортивное действие.

В традиционной медицине на Руси применяли экстракты корней (густой и жидкий), настойку из свежего сока, гликозид брионинум [22].

Водный отвар, порошок корня применяли в качестве слабительного средства. Экстракт и настойка в малых дозах использовались для успокоения болей, кашля, в больших дозах эти лекарственные формы оказывают слабительный эффект.

Рекомендовали корень брионии в качестве очень эффективного средства при маточных кровотечениях [22].

Обращаться с корнем следует, соблюдая меры предосторожности. При передозировках имело место острое желудочно-кишечное расстройство, сильные судороги. При отравлении рекомендовали применять слизистые отвары с опием, черный кофе, делать теплые ванны.

В известной поэме Одо из Мена [120] писалось:

“Каждый, кто корнем себя умастил переступеня тертым,

От нападения змей, говорят, в безопасности полной;

Принятый вместе с вином, он от их исцеляет укусов.

Если же семени сок ты смешаешь с оливковым маслом,

В уши вливая лекарство, сумеешь ты боль успокоить”.

Народные корреспонденты рекомендовали применять брионию при плеврите и других болезнях легких. Принимали по чайной ложке 3 раза в день отвар из 20 г корня на стакан воды или настойку из 25 г корня на 100 мл спирта (или стакан водки) по 10 капель 3 раза в день. Аналогично лечат болезни сердца, воспаление легких [146].

В качестве болеутоляющего средства широко применяли брионию при подагрических и ревматических полиартритах, межреберной невралгии, использовали и как ранозаживляющее средство.

На Руси в старые времена широко использовали ряд лекарственных форм: корень – *Radix Bryoniae* и приготавливаемые из него экстракты - густой – *Extractum Bryoniae spirituosum spissum* и жидкий – *Extractum fluidum radicis Bryoniae*, настойку (из свежего сока) – *Tinctura Bryoniae e succo*, гликозид брионин – *Brionium* и соль его – *Br. Tannicum* [21].

В гомеопатии корень брионии также находит применение. Используют его при лечении ревматизма, подагры, воспалении легких, бронхитах, плевритах, при глазных болезнях.

Является медоносом.

ПЕРСИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

Persica vulgaris Mill.

Семейство розоцветные – *Rosaceae*

Небольшое дерево высотой 3-5 (до 8) м с широкой кроной и развитой корневой системой. Листья очередные, удлиненно-ланцетные, до 18 см длиной и 5 см шириной, по краю пильчатые, на коротких черешках. Цветки крупные, одиночные, розовые или красные, до 3,5 см в диаметре, сидячие. Плоды – почти шарообразные, бархатисто-опушенные костянки до 12 см в диаметре, на коротких плодоножках. Мякоть сладкого или кисловато-сладкого вкуса, сочная, ароматная. Семя обычно горькое, с запахом миндаля.

Цветет до распускания листьев, в марте – апреле; плоды созревают в июне – сентябре. Размножается семенами (путем посева на глубину 3-5 см) и вегетативно (прививкой). Саженцы размещают по схеме 5х5 или 6х6 м. Урожайность плодов 20-40 т/га.

Распространен в Восточной Азии, в Китае; в диком виде ареал достоверно неизвестен. В России в культуре множество сортов, районированных на юге европейской части, на Кавказе, на Украине (в Крыму), в Молдове, Средней Азии.

Используют ядра семян, содержащие жирное масло (до 57 %), состоящее из глицеридов олеиновой, пальмитиновой, стеариновой кислот (до 15 %); ситостерин; гликозид амигдалин; горькоминдальное масло (до 0,7 %).

В официальной медицине “Персиковое масло” *(Oleum Persicae)* применяют как растворитель ряда препаратов, для приготовления жидких мазей.

Плоды используют как мочегонное средство. Органические кислоты и эфирное масло плодов стимулируют желудочную секрецию и улучшают пищеварение. Наличие в них легкоусвояемого железа позволяет применять их при гипохромной анемии, связанной с гипацидным гастритом. Соли калия в мякоти плодов помогают больным, страдающим нарушениями сердечного ритма.

В традиционной медицине отвары листьев и цветков принимают при ревматизме, головных болях, желудочно-кишечных заболеваниях. Цветки используют в качестве слабительного и мочегонного средства. При экземе рекомендуют горячие ванночки из отвара листьев.

Настойка цветков помогает детям, больным коклюшем.

Употребление в пищу свежих персиков усиливает секреторную деятельность желез желудочно-кишечного тракта, облегчает переваривание тяжелой и жирной пищи. Компот из персиков рекомендуют при заболеваниях печени и почек, сердечно-сосудистой патологии.

Однако, есть их надо осторожно – лучше после еды, т.к. содержащиеся в них органические кислоты могут обострить колиты, гастриты.

В косметике мякоть персика придает коже бархатистость, свежесть, упругость [199].

ПИЖМА ОБЫКНОВЕННАЯ

Tanacetum vulgare L.

Семейство астровые – *Asteraceae*

Встречается под названиями: пижма, дикая рябинка, глистник, рябинка желтая, девятильник, девятибрат, девятуха, приворотень, рай-цвет, рябинка полевая, чашечник, пуговичник.

Многолетнее травянистое растение высотой до 150 см с горизонтальным ползучим деревянистым корневищем и тонкими мочковидными корнями. Стебель прямостоячий, ветвистый в верхней части. Листья очередные, перисто-рассеченные, до 20 см длиной и до 10 см

шириной, коротко опушенные, нижние на длинном черешке. Цветки оранжево-желтые, трубчатые, в корзинках до 12 мм в диаметре, в щитковидных сложных соцветиях. Плоды – продолговатые семянки до 1,8 мм длиной и около 0,5 мм шириной.

Цветет с июля по октябрь; плоды созревают в августе – октябре. Соцветия собирают в начале цветения. Срок годности сырья 3 года.

Размножается семенами путем поверхностного посева. Хорошо развивается на супесчаных и песчаных почвах. Растение не требовательно к влаге; длительное время произрастает на одном месте. Не требует особого ухода, удобрений. Посев семян производят поверхностно на глубину 0,5 см осенью или ранней весной с легкой присыпкой рядков торфокрошкой или простой почвой. Растения имеют высокую и дружную всхожесть семян. Как только всходы обозначат рядки, проводят прореживание, оставляя 8-10 см между растениями в рядках. Междурядья 60-70 см. На втором и в последующие годы проводят регулярные мотыжения в междурядьях и рыхление в рядах, а также подкормку растений нитроаммофоской в дозе 8-10 г/м².

Произрастает в Евразии, в т.ч. в России повсеместно в европейской части, кроме Крайнего Севера; в Закавказье, в Сибири и на Дальнем Востоке. Встречается на лугах, опушках лесов, полях, среди кустарников, у дорог.

Используют свежие листья и цветки, надземную часть без грубых стеблей.

В листьях и цветочных корзинках содержатся эфирное масло (до 0,8 %), содержащее β-камфору, туйол, α-туйон, борнеол, пинен; флавоноиды; дубильные (0,1 %) и горькие вещества (танацетин); алкалоиды; органические кислоты; аскорбиновую кислоту (8 мг%). В соцветиях содержатся также пектины; дубильные вещества (до 3,7 %); алкалоиды; полисахариды.

В официальной медицине используют препарат Танацехол *(Tanacecholum)* в качестве желчегонного и спазмолитического средства при

хронических холециститах, дискенезиях желчных путей по гипопермоторному типу. Применяют по 1-2 таблетки 3 раза в день.

Препарат Сибектан (*Sibectanum)* гепатопротекторное и желчегонное средство при хроническом персистирующем гепатите, хроническом холецистите и гипомоторной дискенезии желчного пузыря.

Пижма – слабоядовитое растение. Необходимо строго соблюдать дозировки при приеме внутрь.

Настой цветков пижмы применяют в качестве противоглистного средства (против аскарид, остриц).

В традиционной медицине используется довольно широко при нервных заболеваниях, эпилепсии, мигрени, инфекционных и острых респираторных заболеваниях, туберкулезе легких; в качестве желчегонного средства при гепатохолециститах и холангитах, повышает артериальное давление.

Пижма – хорошее глистогонное средство против аскарид и остриц. Следует помнить, что оно противопоказано при беременности. Обладает пижма инсектицидным действием. Применяют ее против моли, блох и мух [109].

Настой из травы делают из расчета: 1 столовую ложку травы заваривают в 0,5 л кипятка, настаивают в термосе (суточная доза).

При глистах готовят настой из расчета: 1 часть цветочных корзинок на 10 частей воды. Применяют по 1 столовой ложке 3-4 раза в день. Можно применять и порошки в дозе 0,5-1-2 г (в зависимости от возраста больного) 2-3 раза в день.

При острицах рекомендуют делать клизмы из настоя семян (1 чайная ложка на 100-150 г воды), настаивают при 60°С в течение 3 часов, процеживают.

В небольших дозах пижму применяют при заболеваниях пищеварительных органов: при запорах, метеоризме, желудочных коликах, кровавых поносах. Свежий сок травы использовали для промывания гноящихся глаз.

Рекомендовали 5 г цветков настаивать в стакане кипятка для лечения заболеваний печени, желчных путей, язвенной болезни желудка, воспалении толстого и тонкого кишечника.

При энтероколите применяют настой по 1 столовой ложке 5-6 раз в день, при язвенной болезни по ½ - ⅓ стакана 2-3 раза в день.

Настои травы рекомендуют для лечебных ванн и компрессов при подагрическом и ревматическом поражении суставов, при ушибах, вывихах, для примочек и обмывания застарелых язв и гнойных ран.

ПИКУЛЬНИК ЛАДАННИКОВЫЙ

Galeopsis ladanum L.

Семейство яснотковые – *Lamiaceae*

Встречается под названиями: василек полевой, базилика полевая, лесная буквица, белка, золотник, разноцветная крапива, петушник, розовый медник, щелкун.

Однолетнее растение с красноватым ветвистым стеблем высотой 10-40 (до 100) см. Листья длиной 1-4 (до 7) см, шириной 3-20 мм, яйцевидно-ланцетные, по краям зубчатые. Цветки по 6-10 в ложных мутовках; венчик длиной 2-2,3 см, верхняя губа беловатая, нижняя пурпуровая. Плоды – орешки, обратнояйцевидные, длиной 2,3-2,5 мм и шириной 1,5 мм.

Цветет в июне – июле; плоды созревают в августе – сентябре.

Распространен почти по всей европейской части России, на Кавказе, нередко в Сибири. Встречается в посевах, вдоль дорог, по залежам, на мусорных местах.

Масло из семян имеет приятный вкус и пригодно для приема в пищу . В семенах эфирное масло (до 39,5 %); в листьях в период цветения витамин С (до 77,8 мг%).

Применяют пикульник при хронических заболеваниях слизистой оболочки дыхательных путей [115].

Наряду с пикульником ладанниковым в традиционной медицине используют пикульник обыкновенный *(G.tetrahir L.).* Используют этот вид при туберкулезе, кашле, бронхите, при заболеваниях селезенки [66]. На Кавказе листья этих видов применяют при воспалении легких и туберкулезе.

Семена и соцветия имеют ядовитые свойства. В отдельные годы (1900, 1913) на Северном Кавказе, в Башкирии и Татарии отмечалось массовое отравление лошадей при длительном кормлении сеном в смеси с пикульником. В молодом возрасте траву охотно поедает скот, а семена являются лакомством для многих птиц.

ПИОН УКЛОНЯЮЩИЙСЯ

Paeonia anomala L.

Семейство пиониевые – *Paeoniaceae*

Встречается под названиями: марьин корень, Марья- коревна, жгун-корень.

Многолетнее травянистое растение высотой до 1 м с мощным многоглавым корневищем и длинными веретеновидными корнями. Стебли прямостоячие, многочисленные, обычно одноцветковые. Листья очередные до 30 см длиной, черешковые, с дважды-тройчато-раздельной пластинкой. Цветки крупные, до 13 см в диаметре, пурпурно-розовые. Плод – многосемянная листовка длиной до 2,5 см; собраны по 5, расположены звездчато. Семена округло-эллиптические, длиной 7 мм и шириной 5 мм, черные, блестящие.

Цветет с конца мая до конца июня, начиная с 3-4 года жизни. Плоды созревают в июле – первой половине сентября. Собирают сырье (траву) в фазе цветения. Срок годности сырья 3 года. Корни заготавливают в любое время.

Произрастает в Евразии и Южной Европе. В России - в Сибири до Западного Забайкалья, на Алтае, на северо-востоке европейской части. Встречается в восточном Казахстане, в Средней Азии, в горах Тянь-Шаня, на

Памире. Растет в лесной зоне, в хвойных и лиственных лесах на опушках и полянах. В ряде регионов России пион выращивают как декоративное растение.

Используют свежий, выкопанный весной корень. Корневище с корнями содержат алколоиды (0,2 %); дубильные вещества (8,8 %); гликозид салицин; витамин С; органические кислоты (до 2,1 %), бензойную и салициловую; эфирное масло (до 1,6 %); метилсалицилат (0,66 %); флавоноиды (до 1,4 %); смолы (до 1,6 %). В корнях накапливаются микроэлементы. Концентрируются цинк, медь, селен, барий [96]. В надземной части найдены дубильные вещества (8,8 %); флавоноиды; в стеблях следы алкалоидов; в листьях и цветках - витамин С; в семенах жирное масло (до 41,1 %). В составе его глицериды олеиновой, линолевой и линоленовой кислот.

Очень ядовитое растение. Необходимо строго соблюдать дозировки препаратов.

Пионы с древних времен привлекли внимание человека.

Они были любимцами греческих богов и китайских императоров. Первые упоминания о них относятся к I веку н.э.

На Руси пионы появились в VI веке.

Недаром название рода Paeonia встречается у Теофраста и происходит от греческого слова *paionis,* что означает целительный, врачующий, целебный. С цветком пиона связана древнегреческая легенда о враче Пэоне, который корнями этого растения исцелил Плутона – бога подземного царства – от ран, нанесенных ему Геркулесом. Известный греческий врач Эскулап (учитель Пэона) не мог смириться со славой своего ученика и решил его отравить, но боги спасли Пэона, превратив его в цветок пиона.

Корни пиона издавна широко использовались в традиционной медицине при лечении ревматизма, подагры, кашля, различных желудочно-кишечных расстройств. В Сибири его применяли при язве желудка, кровотечениях, при лихорадке, параличе, эпилепсии. Имеются сведения, что

“Марьин корень“ в Минусинском районе Хакассии в Красноярском крае рекомендовался народными врачевателями “когда от печени человек смертно мучается, когда раком она и желудок у него оплетены”, “когда женщины страдают раком матки, не видя от боли белого света”, “когда в могилу раньше времени загоняет злая малярия”.

Химический анализ корней пиона свидетельствует о значительном накоплении в них биологически активных микроэлементов, в т.ч. хрома и стронция, дающих положительный эффект при лечении опухолевых заболеваний.

По данным народных корреспондентов, больные получали значительное улучшение при лечении раковых опухолей настоем корня пиона [23]. Так при раке желудка рекомендуют корни пиона собирать в мае месяце. Затем их подсушивают и готовят настой, который принимают по 100 мл 3 раза в день за полчаса до еды. Дозировка приготовления настоя не указывалась [116].

В Тибетской медицине корни пиона использовали при эпилепсии и нервных болезнях, при желудочных заболеваниях.

В Монгольской медицине применяют и лепестки пиона в виде настойки на 40 %-ном спирте (воде) и траву, собранную в период цветения, при лечении эпилепсии. Настойку семян употребляют при гастритах и маточных кровотечениях, а настойку корней используют в качестве противоядия при отравлениях и заболеваниях почек.

В Болгарии в основном используют цветки (лепестки) пиона, собираемые перед осыпанием. Их быстро сушат, чтобы они не потеряли свой естественный цвет и сохраняют в сухих сосудах без доступа света. Благодаря своему запаху и цвету, они входят в состав фимиама.

В известной медико-ботанической поэме Одо из Мена [120] приводятся некоторые сведения о лекарственных свойствах травы пиона: “Винный пиона отвар, если часто его принимают, принятый так, в пузыре укрощает жестокие боли, глаз темноту исцеляет, а также и боли в желудке, он и желтухой

больным хорошо помогает и почкам. Камешек прочь изгоняет питье из пиона“. “Корень пиона на шее детей, пораженных падучей, им помогает, как это Гален утверждает ученый”. В этом же источнике указывается, что, действительно, Гален наблюдал у мальчика, больного эпилепсией, такое явление, что когда у него с шеи снимали повешенный корень пиона, он тут же падал в припадке эпилепсии. Стоило вновь повесить корень на шею, как мальчик приходил в себя и поднимался. Об этих свойствах пиона упоминал и Диоскорид.

Используют и семена пиона: “Тяжесть кошмаров, что ночью обычно несут сновиденья, семя его отражает, когда выпивается часто “ . “Трижды по пять красноватых пиона семян принимают вместе с вином и они усмиряют течения матки; черное семя болезни различные гонит из маток “.

В “Каноне врачебной науки“ [1] Абуали-Ибн-Сина называл пион лекарственный “фаванийя“ или “дерево креста“ и подтверждал используемые в традиционной медицине вышеуказанные свойства пиона.

Имеются и другие данные о применении корня пиона при заболеваниях желудка: при язвенной болезни, поносе, коликах, кровотечениях, а также при кашле, зубной боли, ревматизме, подагре [83]. Готовили настой из 1 чайной ложки сухих корней. Заливали их 3-мя стаканами кипятка, настаивали полчаса и принимали по столовой ложке 3 раза в день за 10-15 минут до еды.

Настой семян рекомендовали при гастритах и маточных кровотечениях.

В официальной медицине используют 10 %-ную настойку на 40 %-ном спирте из корневищ, корней и травы пиона уклоняющегося. Применяют ее при неврастенических состояниях, бессоннице, вегето-сосудистых нарушениях различной этиологии. У больных улучшается сон, уменьшается головная боль, повышается работоспособность.

Препарат обладает противосудорожным действием, увеличивает продолжительность наркоза, оказывает успокаивающее действие и при этом не влияет на вегетативную нервную систему и дыхание. Принимать настойку

следует внутрь по 30-40 капель (до 1 чайной ложки) 3 раза в день. Курс лечения до 1 месяца. Хранят ее в прохладном и защищенном от света месте (список Б).

Лекарственные свойства пиона имеют значение и для лечения животных. В ветеринарии отвар корней пиона уклоняющегося 1:100 (в дозе 3-4 грамма) применяют для повышения аппетита и улучшения пищеварения животных. Тот же отвар несколько повышает кислотность желудочного сока и обладает обезболивающим действием. В связи с этим его назначают при гастрите, коликах, поносах, болезнях печени, язве желудка и как успокаивающее средство.

В гомеопатии используются лекарственные формы: *Paeonia officinalis – Injeel (forte) (D4), D12, D30, D200.*

ПИХТА СИБИРСКАЯ

Abies sibirica Ledeb.

Семейство сосновые – *Pinaceae*

Хвойное дерево до 70 м высотой с развитой стержневой корневой системой и темно-серой гладкой корой. Побеги желтовато-серые, со спирально расположенной многолетней хвоей. Хвоинки душистые, плоские, тупые, длиной до 3 см; сверху темно-зеленые, снизу с двумя беловатыми полосками. Мужские цветки в колосках, развиваются в пазухах хвоинок в верхней части прошлогодних побегов; женские цветки – шишки, торчащие вверх, длиной 9 см, расположены на концах прошлогодних побегов. Семена светло-бурые, крылатые, до 7 мм длиной.

Цветет в конце мая – начале июня; плоды созревают в августе – сентябре; семена осыпаются в сентябре – октябре. Размножается семенами и вегетативно (укоренением нижних ветвей)

Распространена в Западной и Восточной Сибири, на северо-востоке европейской части России, в Саянах и на Алтае (где поднимается до 200

н.у.м.), реже в Казахстане (Джунгарский Алатау), встречается в Якутии и Бурятии.

Используют концы олиственных ветвей – “пихтовую лапку“, содержащую эфирное масло (до 4,75 %; в хвое и мелких ветвях до 3,27 % ; в коре до 9 % эфирного масла), служащего источником для получения синтетической камфоры; аскорбиновую кислоту (до 900 мг%); дубильные вещества (7,7 %). В составе эфирного масла борнилацетат (до 60 %), борнеол и камфен (до 20 %), α-пинен (до 10 %), β-пинен, дипентен, сантен. Подсочка растущих деревьев дает живицу, из которой получают скипидар. Из живицы выделены дитерпеновый спирт абиенол, абиетиновая и неабиетиновая кислоты. В концах олиственных ветвей содержатся макроэлементы (мг/г): калий – 9,6, кальций – 14,9, магний – 1.3, железо – 0.3; концентрируются микроэлементы: цинк, барий, стронций [96].

Для получения пихтового масла молодые ветви длиной 30-40 см сохраняют, перекладывая слоями со снегом.

Камфора возбуждает центральную нервную систему, стимулирует кровообращение и дыхание, оказывает положительное влияние на обменные процессы в миокарде, обладает противовоспалительным и анестизирующим действием.

Лекарственные формы: раствор камфоры 20 %-ной в масле для инъекций, камфора растертая, масло камфорное для наружного применения, мазь камфорная, камфорный спирт, раствор камфоры с салициловой кислотой, капли “Дента“. Также 20 %-ный раствор камфоры в оливковом масле вводят в виде инъекций при острой и хронической сердечной недостаточности; при отеке легких, инсульте, гипотонии. Препараты камфоры применяют при ринитах, фарингитах (аэрозоль Камфомен, Ингакамп). Камфора входит в состав ряда препаратов – Бром-камфора и др.

Пихтовое масло входит в состав ранозаживляющего препарата Абиелин, болеутоляющего и местно-раздражающего средства Никапин, в состав препарата Уролесан, который применяют при почечных и печеночных

коликах (по 8-10 капель на сахаре). Пихтовое масло используют для лечения парадонтоза, зубной боли. Для этого тампон из ваты или бинта надо смочить маслом и приложить к больному зубу или воспаленной десне на 10-20 минут. Через 1,5 – 2 часа повторить. При парадонтозе следует сделать 15-20 аппликаций. Курс повторить через 6 месяцев.

В традиционной медицине свежую живицу применяют для рассасывания бельма (закапывают на ночь). Смесь живицы и натриевой соли усниновой кислоты – бальзам Бинан – является заменителем импортных перуанского и копайского бальзамов. Они ускоряют регенерацию раневых поверхностей, обладают биогенно-стимулирующими свойствами.

Отвар молодых игл – противоцинготное средство. Водный экстракт из хвои пихты – препарат Абисиб – ускоряет процессы репаративной регенерации тканей, заживление изъязвлений слизистой оболочки желудочно-кишечного тракта, обладает противовоспалительным и общеукрепляющим действием. Показан в комплексной терапии язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. Принимают его по 1 столовой ложке 3 раза в день за 20-30 минут до еды. Курс 3 недели.

В ветеринарии 20 %-ный масляный раствор камфоры применяют при острой и хронической сердечной недостаточности [25] лошадям по 20-40 мл, мелкому рогатому скоту и свиньям по 3-6 мл, собакам по 1-2 мл, курам по 0,2-0,5 мл.

Хвоя является витаминным кормом. Эфирное масло применяется как ароматизатор в ликеро-водочном производстве.

ПЛАУН БУЛАВОВИДНЫЙ (ЛИКОПОДИЙ)

Lycopodium clavatum L.

Семейство плауновые – *Lycopodiaceae*

Многолетнее споровое вечнозеленое травянистое растение с ползучим, укореняющимся, густо облиственным стеблем длиной до 1,5 м. Стебель покрыт мелкими, линейными, плоскими листьями длиной 4-6 мм и шириной

0,5-0,75 мм. Спорангии в спороносных колосках, сидящих на длинных (до 18 см) ножках.

Споры развиваются в июле – августе. Размножается спорами и вегетативно (укоренением ползучих побегов).

Распространено в лесной зоне европейской части России, в Западной и Восточной Сибири и на Дальнем Востоке, реже на Кавказе, в Забайкалье. Растет в еловых, сосновых и смешанных лесах, в борах-зеленомошниках часто образует заросли.

Используют споры (ликоподий), содержащие жирное невысыхающее масло (до 50 %), состоящее из глицеридов, арахиновой, гидрокофейной, диоксистеариновой, ликоподиевой, миристиновой, олеиновой, пальмитиновой, стеариновой, танацетовой кислот; фитостерины, ситостерин; белки (5-6 %). В траве – алкалоиды (до 0,5 %): клаватин, клаватоксин, никотин, ликоподин.

На Руси издавна применялись лекарственные формы: трава – *Herba Lycopodii* , спиртовая настойка (1:5) из травы – *Tinctura Lycopodiie Herba*, споры плауна - *Licopodium* , споры с примесью 1 %-ной салициловой кислоты – *Licopodium salicylatum*, спиртовая настойка спор – *Tinctura Licopodii* [22] .

Наряду со спорами плауна булавовидного разрешено использовать споры плауна годичного *(L. annotinum L.)* и плауна сплюснутого *(L. complanatum L.)*.

В официальной медицине споры плауна применяют в качестве детской присыпки, при пролежнях и для опсыпания пилюль. Отвар травы *(Decoctum Lycopodi Selaginosi)* применяют для лечения больных хроническим алкоголизмом. Сочетание приема алкоголя и 5 %-ного раствора травы относительно быстро вырабатывает условно-рефлекторное отвращение к алкоголю.

В гомеопатии применяются: *Lycopodium – Injeel (forte) S (D4), D8, D10, D30, D200.*

ПОДМАРЕННИК НАСТОЯЩИЙ

Galium verum L.

Семейство мареновые – Rubiaceae

Встречается под названиями: батожки, гусятник, дереза, донник, желтая кашка, желтый цвет, клейкая трава, марена желтая, медовник, медуница, острица, пшенка, резучая трава.

Многолетнее травянистое растение высотой 15-60 (100) см с ветвистым корневищем. Стебли прямостоячие, ветвистые, с 4-мя выдающимися ребрами. Листья линейные, остроконечные, по 8-12 в мутовках. Сверху темно-зеленые, блестящие; снизу часто-опушенные, длиной 1-5 (до 6) см и шириной 0,5-2 (3) мм. Цветки ярко-желтые, в густых, длинных соцветиях. Плоды гладкие или жестковолосистые.

Цветет с июня и в течение всего лета; плоды созревают в августе.

Широко распространен в лесной и степной зонах европейской части России, в горах Кавказа и Средней Азии, в Сибири и на Дальнем Востоке. Произрастает на лугах, в степях, на лесных полянах и опушках, в сухих тундрах и на высокогорных лугах.

В траве выявлено наличие гликозида асперулозид (0,21 %), органические кислоты (лимонная, галлитаниновая); иридоиды (до 0,4 %). Содержит фермент, применявшийся в сыроварении. Не случайно свойство подмаренника – сворачивать молоко – было известно Диоскориду и Галену [44]. В траве присутствует каучук (до 2,5 %) [30] и небольшое количество алкалоидов.

Все части растения использовались в традиционной медицине и гомеопатии. Чаще используют траву в виде отвара. Верхние части побегов применялись при лечении кровавого поноса.

Отвар травы пили и крестьяне в поле, нарвав цветов, нередко сразу избавлялись от натужного поноса [44,47]. Эти же данные приводят и на Кавказе .

Использовали этот вид подмаренника и в качестве противосудорожного средства – “средства от расслабления жил“, а также как антиспазматическое [30]. Свежий сок растения рекомендовали пить при эпилепсии. О лечении эпилепсии, истерии имеются сведения у более поздних авторов [178].

Отвар корней в Красноярском крае пили при расстройствах менструаций. В Смоленской области свежую траву (в фазе цветения) растирали с коровьим маслом и использовали наружно при лечении гнойных ран, застарелых язв, чирьев, в качестве противозолотушного средства. Свежий сок пили от накожных сыпей [59]. Имеются сведения об использовании отвара травы при лечении водянки и желтухи [195]. Траву подмаренника использовали и при лечении подагры [30].

По данным народных корреспондентов, соблюдая строгую диету, лечили подмаренником воспаления почек при сильных болях (моча с кровью). Принимали большими дозами, без нормы, вместо чая и воды, отвар травы. Через 2 месяца прекращались невыносимые боли, постепенно наступало полное излечение.

Другой вид, подмаренник желтый, также применялся в традиционной медицине. Известны тяжелые формы геморроя, которые излечены только тем, что больные пили без нормы настой (чай) травы подмаренника [116].

Сок из свежих растений, порошок из высушенных цветков оказывали кровоостанавливающее действие. Порошком присыпали кровоточащие раны. При носовых кровотечениях сок втягивали в нос.

Обычно сок принимали по 2-3 ложки в день как мочегонное средство при болезнях почек, водянке, как улучшающее обмен веществ, при экземе и даже раке кожи [30].

ПОДОРОЖНИК БЛОШНЫЙ

Plantago psyllium (L.) Mill.

Семейство подорожниковые – *Plantaginaceae*

Известно под названиями блошница и “блошное семя”.

Однолетнее короткоопушенное растение высотой до 40 см со стержневым веретенообразным корнем. Стебель прямостоячий, ветвистый. Листья супротивные, линейные, длиной до 3 см и шириной до 4 мм. Цветки мелкие, розовато-бурые, собраны в колосья длиной до 1,5 см. Плоды – двусемянные коробочки длиной до 4 мм. Семена коричневые, блестящие, длиной до 2,8 мм и шириной до 1,5 мм.

Цветет в июне – июле; плоды созревают в августе – сентябре. В культуре предпочитает чистые от сорняков, плодородные почвы легкого механического состава. Размножается семенами путем посева ранней весной на глубину 1-3 см; на легких почвах на глубину 2-3 см. Применяют сплошной (узкорядный) посев через 15 см с расходом семян 1,0-1,2 г/м² или широкорядный посев с междурядьями 45-60 см и расходом семян 0,4-0,5 г/м². Под основную перепашку вносят 3-4 кг/м² навоза, перегноя и 25 г/м² суперфосфата, 20 г/м² калийной соли. При посеве вместе с семенами вносят в бороздки 4 г/м² гранулированного суперфосфата. В течении вегетации в период бутонизации вносят подкормку азотными удобрениями в дозе 10 г/м².

Распространено в Средиземноморье и Эфиопии.

Используют семена, содержащие природный гликозид аукубин; большое количество слизистых веществ; жирное масло; белки; минеральные соли. В траве содержатся алкалоиды: плантагонин, индиканин, индикамин. Трава концентрирует барий, медь, молибден, селен, стронций, цинк [96].

Семена применяют в качестве легкого слабительного средства. В официальной медицине трава входит в состав препарата Сок подорожника *(Succus Plantaginis),* применяемого в качестве горечи при анацидных гастритах и хронических колитах. Кроме того, используют отвар и слизь из семян используют как обволакивающее средство при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

ПОДОРОЖНИК БОЛЬШОЙ

Plantago major L.

Семейство подорожниковые - *Plantaginaceae*

Встречается под названиями: лопух подорожный, подорожник, попутник, путник, дорожник, чирьевая трава.

Название рода подорожник образовано от латинских слов *planta* - ступня и *agere* – двигать. ”След белого“- так называли это растение североамериканские индейцы, потому что его семена, пристав вместе с грязью к обуви переселенцев из Европы, пересекли океан и попали в Америку.

Многолетнее травянистое растение с вертикальным коротким корневищем и мочковатой корневой системой. Цветочные стрелки достигают высоты 45 см. В прикорневой зоне образует розетку широкояйцевидных листьев длиной до 12 см; диаметр розетки до 40 см. Цветки мелкие, светло-буроватые, собраны в соцветие цилиндрический колос. Плоды – многосемянные яйцевидно-цилиндрические коробочки. Семена серовато-коричневые или бурые, овальные, длиной до 1,7 мм.

Цветет с мая – июля до осени; плоды созревают с июня. Листья заготавливают во время цветения растения. Срок хранения сырья 3 года.

Распространен в Европе и в Азии. В России встречается почти повсеместно в лесной и лесостепной зонах, кроме северных зон и Дальнего Востока, в поясе горных лесов, в пустынных районах Казахстана и Средней Азии. Произрастает в разреженных лесах, близ жилья и дорог, на лесных лугах, пустырях, в посевах.

Культивируется на Украине. Предпочитает чистые от сорняков, плодородные почвы среднего механического состава. Размножается семенами, путем поверхностного посева под зиму или ранней весной на глубину 1 см. Расход семян 0,5-0,6 г/м². Междурядья 45 см. При весеннем посеве семена стратифицируют. Смешивают с влажным песком в

соотношении 1:5. Вначале выдерживают в помещении при 10-15°С в течение 1-2 суток, затем помещают под слой снега на 2 месяца. Семена прорастают при +6°С, оптимальная температура прорастания 25°С. Всходы появляются через 12-14 дней и вначале развиваются слабо. При основной подготовке почвы под перекопку (перепашку) вносят 2-4 кг/м² органических удобрений (навоза, торфокомпоста) и минеральные – 20 г/м² азотных, 30 г/м² фосфорных, 20 г/м² калийных. Непосредственно с семенами при посеве вносят 3-4 г/м² суперфосфата. В подкормку вносят азотные удобрения в дозе 10 г/м².

Используют целое свежее растение или листья, надземную часть. В листьях содержаться гликозиды ринантин, аукубин; полисахариды (до 20 %); пептины; сапонины; горькие и дубильные вещества; каротин; аскорбиновая кислота, витамин К; небольшое количество алкалоидов; ферменты инвертин и эмульсин; слизь; фитонциды. В семенах содержаться жирные масла, стероидные сапонины, слизистые вещества (до 40 %), аукубин, олеаноловая кислота.

В официальной медицине используют препарат Плантаглюцид *(Plantaglucidum*), который представляет смесь полисахаридов. Применяют его при лечении гипацидного гастрита, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки при нормальной или пониженной кислотности. Лист подорожника большого *(Folium Plantaginis majoris*) применяют в качестве отхаркивающего средства (1 столовую ложку листьев на 200 мл кипятка настаивают 15 минут и пьют по столовой ложке 2-3 раза в день). Используют и сок подорожника по 1 столовой ложке 3 раза в день за 15-30 минут до еды.

С давних времен известно это растение. В Китае листья и семена для лечения использовали 3 тыс. лет назад. В Европе в поэме Одо из Мена [120] указывалось:

“Съеден, как овощ вареным, он помощь подаст при водянке,.

Сверху наложишь растертым и кончится кровотеченье,

Вместе с яичным белком удивительно лечит ожоги.

Сам подорожник целит и собачий укус, и припухлость.

Так он – астматикам польза и, слышно, падучую лечит.

Грязные раны любые во рту подорожник очистит,

Если во рту его сок подержать в полосканье подольше.

Залитый в полость, свищи подорожника сок исцеляет “.

В Древней Греции и Риме рекомендовали подорожник для лечения дизентерии. Арабские врачи применяли подорожник при многих заболеваниях уже в X веке.

В традиционной медицине на Руси при раковых заболеваниях желудка, кишечника и легких использовали подорожник.

Лекарственные формы его травы оказывают лечебное действие при болезнях печени, почек, диабете, бесплодии, хронических язвах, некоторых заболеваниях глаз и при кровотечениях.

Настой корней подорожника применяют при лихорадке и кашле у больных туберкулезом, в качестве болеутоляющего и предупреждающего образование воспалительного очага средства, а также при укусах ядовитых насекомых и змей.

Порошок из семян подорожника – хорошее средство при хронических поносах.

Листья подорожника большого широко используются в качестве наружного средства при ранах, ссадинах, фурункулезе и язвах. Они способны останавливать кровотечение. Прикладывают их целые или в мятом виде к больным местам. Иногда поверх листьев накладывают теплый компресс.

Противопоказания для приема подорожника: нельзя принимать его больным гастритом с повышенной кислотностью желудочного сока.

Настой готовят из расчета: 3 столовые ложки сырья заливают 2 столовыми ложками кипятка (суточная доза). Употребляют в 3 приема за 30 минут до еды.

Можно применять порошок из семян. Его принимают по 1 г 3-4 раза в день за 20-40 минут до еды при вышеуказанных болезнях и при диабете.

Существует народный рецепт при раке легкого и желудка. Делают смесь тонко измельченного свежего листа с равным количеством сахарного песка, настаивают в теплом месте в течение 2-х недель. Полученную смесь употребляют 3-4 раза в день по 1 столовой ложке за 20 минут до еды [116].

При кровотечениях готовят настой из 2 столовых ложек сухого листа подорожника и 2 столовых ложек крапивы, настаивают в 2 стаканах кипятка (суточная доза).

Существовало средство от воспаления глаз: 90 г подорожника, 90 мл рейнвейна, 90 мл розовой воды, 6 г мелкого порошка мирта. Все тщательно перемешать, прибавить 5 г камфоры, уварить до ⅔, процедить. Примочки этой жидкостью устраняют воспаление и укрепляют зрение [155].

Лекарственные формы подорожника обладают противо-воспалительным, бактериостатическим, ранозаживляющим, отхаркивающим, кровоостанавливающим, мочегонным и гипотензивным действием. Рекомендуют их и при атеросклерозе.

Сок и настой листьев подорожника – прекрасное отхаркивающее средство; рекомендуется при острых и хронических заболеваниях органов дыхания [89].

Животным это растение помогает при тех же болезнях, что и людям. Дозировки для собак – 0,5-1,0 г; для кошек – 0,1-0,3 г.

В гомеопатии применяют лекарственную форму *Plantago major – Injee*l *(forte) D3, D8, D12, D30, D200* при желудочных заболеваниях.

ПОДОФИЛЛ ЩИТОВИДНЫЙ

Podophyllum peltatum L.

Семейство барбарисовые – *Berberidaceae*

Многолетнее травянистое растение высотой до 50 см с горизонтальным ползучим корневищем длиной до 1 м и диаметром до 3 см. Стебель одиночный, прямостоячий, до 2 см в диаметре. Листья длинночерешковые, щитовидные, округлые, до 30 см в диаметре. Цветки одиночные, крупные, белые, до 5 см в диаметре., ароматные. Плод – желтая съедобная ягода длиной до 8 см, с приятным запахом и кисло-сладким вкусом. Семена длиной до 7 мм.

Цветет в начале июня; плоды созревают в августе – сентябре. Размножается семенами, но, главным образом, вегетативно – отрезками корневищ длиной около 10 см с хорошо развитой листовой почкой. Посадку корневищ производят на глубину 5-7 см. Расстояния между растениями в рядах 20 см, междурядья 70 см.

Распространено в Северной Америке, в России может выращиваться во многих регионах.

Древнее лекарственное средство индейцев.

Используют корневища с корнями, содержащее гликозиды, смолу, алкалоид подофиллин (до 8 %). В состав смолы входит подофиллотоксин, пикроподофиллин, дезоксиподофиллотоксин, дегидроподофиллотоксин, α-пельтатин, β-пельтатин, флавоноид кверцетин. Концентрирует микроэлементы: медь, молибден, селен.

Препарат подофиллин *(Podophyllinum)* обладает цитостатической активностью, тормозит развитие папиллом, подавляет пролиферативные процессы, оказывает слабительное и желчегонное действие. Применяют как вспомогательное средство при папилломатозе гортани и папилломах мочевого пузыря.

ПОДСОЛНЕЧНИК ОДНОЛЕТНИЙ

Helianthus annuus L.

Семейство астровые – *Asteraceae*

Крупное однолетнее травянистое растение с глубокой стержневой корневой системой и прямым стеблем, достигающим 3 м высоты. На конце стебля развивает крупную корзинку (иногда образует более мелкие корзинки на ветвях). Листья очередные, крупные (до 30 см), овально-яйцевидные, с длинными черешками. Листья и стебли имеют жесткое опушение. Соцветие – крупная корзинка до 40 см в диаметре. Краевые цветки ярко-желтого цвета, язычковые, бесполые. Средние – трубчатые. Плоды – семянки с кожистым околоплодником, черного, бурого или полосатого цвета.

Цветет в июле – августе; плоды созревают в августе – сентябре.

Родина подсолнечника – юг Северной Америки, где растение это считалось священным. Его соцветие отливали из золота и носили на торжественных процессиях, устанавливали в храмах. Называли подсолнечник “цветком солнца” и поклонялись ему.

Издавна его культивировали индейцы. При археологических раскопках были найдены глиняные сосуды с семянками, давность которых исчисляется 2-3 тысячами лет. В Европу как декоративное растение было завезено испанцами в 1510 году и впервые высеяно в Мадридском ботаническом саду.

Ознакомившись с подсолнечником в Голландии, Петр I распорядился послать оттуда посевной материал в Россию, где его также сначала культивировали как декоративное растение. В 1829 году в Воронежской губернии (село Алексеевка) крестьянин Д.Бокарев впервые выявил новые полезные свойства этого растения. Он сделал пресс и получил из семян подсолнечное масло. Вскоре подсолнечное масло становится одним из основных полезных и вкусных продуктов питания человека. В 1879 году появилась статья “О приготовлении масла из семян подсолнечника“ в Академических известиях. В дальнейшем именно в России велась селекция на лучшие масличные формы и сорта подсолнечника.

Появились сведения и о его лечебных свойствах. Русский академик В.Севергин в 1794 году в книге “Царство произрастания” писал: “Сие растение почитается исцелять раны. Наиболее употребление семени есть в

пищу попугаям, можно получить из него масло; переженные ее семена имеют запах кофея и производят наливку почти столь же приятную“.

Семена содержат жирное масло (до 52 %); белки; углеводы; фитин; дубильные вещества; стерины; фосфолипиды; каротиноиды; антоцианы; органические кислоты (хлорогеновую, лимонную, винную). В листьях и цветках есть флавоноиды, сапонины, пигменты, каротиноиды, антоцианы, фенолкарбоновые кислоты, каучук, смолистые вещества, холин, бетаин.

В подсолнечном масле содержатся глицериды ненасыщенных жирных кислот – пальмитиновой, арахиновой, олеиновой, леноленовой и каротиноидов. Оно не только широко используется для приготовления пищи, но и имеет лекарственное значение. Благодаря наличию ненасыщенных жирных кислот, является важным лечебным средством. Эти кислоты способствуют регуляции обмена холестерина в организме. Они образуют с холестерином растворимые соединения и способствуют его выведению из организма, предотвращая отложение в сосудах.

Поэтому подсолнечное масло рекомендуют для профилактики и лечения атеросклероза. Масло используют также как легкое слабительное средство. Оно имеет жировую основу для приготовления мазей, масляных растворов, растираний, входит в состав пластырей и других лекарственных форм.

Корзинки обмолоченного подсолнечника перерабатывают для получения полисахарида пектина. Подсолнечный пектин используют в кондитерской промышленности как желирующее средство, а также в медицине как детоксикант при отравлении тяжелыми металлами (кобальтом и стронцием).

В традиционной медицине из краевых язычковых цветков подсолнечника получали спиртовую вытяжку, заменявшую хинин. Употребляли ее в качестве противолихорадочного средства при малярии, гриппе и катаре верхних дыхательных путей, а также как спазмолитическое средство при бронхиальных спазмах и как горечь, повышающую аппетит.

Свежие семена подсолнечника рекомендовали использовать при аллергии (крапивнице), малярии, бронхите [191].

Спиртовую настойку (1:5) из листьев и язычковых цветков применяли по 20-30 капель 3-4 раза в день для улучшения аппетита.

Водный настой цветков оказывал спазмолитический эффект при бронхиальной астме, желудочно-кишечных коликах. Для этого 1 столовую ложку цветков настаивали в стакане кипятка и выпивали стакан настоя в течение дня.

Масло использовали и для лечения ран, ожогов, в качестве слабительного средства. Подсолнечное масло обладает и другими полезными качествами. Используют его при производстве маргарина, масляных красок, мыла. Является подсолнечник и хорошим медоносом, ценным кормовым растением. Из него готовят прекрасный силос.

Россию по праву считают второй родиной этого растения. Именно отсюда он получил свое второе рождение и начал путешествие по всему миру.

ПОЛЫНЬ ГОРЬКАЯ

Artemisia absinthium L.

Семейство астровые – *Asteraceae*

Встречается под названиями: горечь, глистник, полынь, перец дикий.

Многолетнее травянистое растение высотой 50-125 см с сильным своеобразным запахом; имеет короткое корневище и стержневой ветвистый корень. Стебли прямые, в верхней части ветвистые. Листья и стебли густо покрыты короткими серовато-серебристыми волосками. Прикорневые листья длинночерешковые, трижды-перисто-рассеченные, длиной 6-9 см и шириной 3-7 см. Средние листья короткочерешковые, дважды-перисто-рассеченные; верхние трехнадрезные или цельные. Соцветия – шаровидные поникающие корзинки диаметром 2,5-3,5 мм, собранные на коротких веточках,

образующих метелку. Все цветки трубчатые, мелкие. Плоды – семянки длиной около 1 мм, бурого цвета.

Цветет в июне – августе; плоды созревают в августе – сентябре.

Размножается семенами и вегетативно (делением и отрезками корневищ). Посев семян производят под зиму, поверхностно, рядами с междурядьями 70 см. После прореживания растений оставляют их на расстоянии 30 см друг от друга в рядке. Прорастают семена в конце марта, при весеннем сроке посева семена прорастают через 7-10 дней. Наибольшая урожайность травы отмечается на 2-3 году жизни. Поэтому в условиях многолетней культуры полынь держат на одном месте не более 5 лет.

Распространена в Евразии, в т.ч. в европейской части России, на Кавказе, реже в западной Сибири, а также в Казахстане и Средней Азии. Встречается близ жилья, у дорог, на молодых залежах, реже на лугах и лесных опушках, в огородах и садах.

Собирают свежие молодые листья, верхушки надземных побегов, соцветия.

В траве содержится эфирное масло (0,5-2 %), в которое входит туйоловый спирт, туйон, пинен, фелландрен, бизаболен, сесквитерпеновые лактоны – анабсинтин, абсинтин, артабсин; кетолактоны, азуленогенные сесквитерпеновые гайянолиды; флавоноид артемитин; дубильные вещества; минаны; каротин, аскорбиновая кислота. В корнях содержится инулин. В плодах жирное масло (до 18 %).

В официальной медицине применяют экстракт полыни густой *(Extr. Absinthii spissum*), настойку полыни *(Tinctura Absinthii)*, настой травы полыни горькой *(Infusum herbae Absinthii*). Входит она в состав “Сбора для возбуждения аппетита” *(Species amarae).*

Полынь горькая – ядовитое растение. Применение внутрь требует большой осторожности и точной дозировки. Длительно применять нельзя. Может вызвать судороги, галлюцинации и, в некоторых случаях, психическое расстройство. Противопоказана при беременности [16].

Применение этого вида полыни было самым разнообразным и известным еще древним египтянам. Сведения о ней найдены в известном папирусе Эберса за 1600 лет до нашей эры. Входила она в состав волшебных мазей и напитков, которые готовили колдуны.

Сохранилась поговорка “полынь хороша во всех случаях“. Недаром в России она описана во всех фармакопеях, травниках и сейчас является фармакопейным видом. На Руси с давних времен применялись следующие лекарственные формы: трава полыни – *Herba Absinthii*; из нее готовили спиртовую настойку – *Tinctura Absinthii* и экстракт – *Extr. Absinthii* , который входил в состав сложного померанцевого эликсира – *Elexir virscerale Hoffmanni* и горький экстракт – *Extr. amarum*. Трава входила в состав ароматного вина – *Vinum aromaticum* [22].

Основное применение травы при желудочно-кишечных заболеваниях. Это прекрасное средство, улучшающее пищеварение и возбуждающее аппетит.

В различных губерниях России применяли этот вид полыни при метеоризме, коликах, при икоте, судорожной рвоте, при хронических поносах [65], при высокой кислотности желудка, при плохом запахе изо рта [62], катаре желудка, язве желудка. В первых русских фармакопеях рекомендовали полынь горькую при перемежающейся лихорадке [52]. При борьбе с лихорадкой применялось несколько рецептов. Например, сок из листьев применяли утром и вечером по рюмке или к выжатому соку добавляли равное количество водки и немного нашатырной соли [1]. Другие авторы рекомендовали принимать свежевыжатый сок непосредственно перед приступом [44]. Крепкий настой на водке принимали по 3 рюмке в день [17]. В средние века использовали траву в качестве глистогонного средства. “Если отварить полынь и пить ее с медом, она убивает кишечных червей“, - в XVI веке об этом сообщал Парацельс. Так при аскаридозе брали семена полыни горькой, смачивали их в водке, затем подслащали и принимали на ночь, а лучше утром натощак. Кроме того, давали полынное масло с мякишем белого

хлеба для выгонки солитера. В Древней Греции Гиппократ применял этот вид при желтухе, застарелых страданиях печени [44]. Эти же свойства описывались в Российской фармакопее (1802 год) и в русских травниках. При почечно-каменной болезни пили по 1 рюмке в день полынной водки [59]. В России народные врачи рекомендовали полынь при остановке менструации.

Корень горькой полыни использовали для послеродовых очищений [54]. Очень широко использовали полынь горькую в качестве наружного средства. Примочки из нее прикладывали при ссадинах, ущемлениях, ранениях, на застарелые язвы [68,85]. Примочки и припарки были эффективны при застарелых опухолях. На Кавказе к отвару ячменной муки прибавляли немного полыни и прикладывали к больным местам. Растению присуще и косметическое свойство – придавать волосам черный цвет. Почти во всех травниках конца XVIII-XIX и начала XX веков указывалось о применении полыни при лечении цинги.

В других источниках рекомендовали применять ее при водянке [22]. При этом готовили золу и в виде порошка пили от водянки. Трава полыни обладает и снотворными качествами. Детям траву клали в колыбель для “поспешествования их сну“. Стоит понюхать полынь и положить под подушку, то будет клонить ко сну [44]. Траву даже зашивали в мешочек и прикладывали потом к вискам – это способствовало бороться больным от бессонницы.

Применяли полынь и при болях в селезенке, как мочегонное средство [1], при золотухе [54]. В Пермской губернии употребляли ее от кашля и удушья [62]. Рекомендуют применять ее при подагре, ревматизме, параличе в виде наружного средства (примочки) или в виде полынной водной вытяжки [100]. В Тобольской губернии считалось, что если пить настой, то он быстро помогает при флюсе [174]. Зубную боль снимали дымом, вдыхаемом при сжигании травы.

Имеются указания, что полынь с вином или горячей водой полезно принимать для избавления от лишней полноты [65].

В Забайкалье отвар и настойка на водке принимались от головной боли [193]. По другим данным, полынь способствует увеличению количества лейкоцитов и эритроцитов в крови [186]. Целебные свойства полыни использовались и при лечении геморроя [52], сибирской язвы. Водный настой и настойка сухой травы на водке считались профилактическим средством при холере.

Применялась полынь горькая и в качестве инсектицидного средства против вшей, червей, тараканов, моли…[172]. Свежие листья клали в постель и этим отгоняли блох и клопов [44].

Интересно, что водные отвары полыни дают хорошие результаты при борьбе с вредителями огородных культур – капустной гусеницей, тлей, блошками… Готовили отвар из высушенной полыни из расчета 1 кг на 10 л воды, добавляли 40 г мыла, при этом погибало 70-90 % вредителей .

В ветеринарии отвар сухой травы или порошок с солью следует давать животным при ослаблении пищеварения, плохом отрыгивании жвачки и при глистах. Крепким отваром промывали животным загрязненные раны и все тело для предохранения от укусов насекомых [141].

Препараты полыни обладают и послабляющим действием. Их иногда применяют в качестве мягкого слабительного средства.

Наружно препараты из растения применяют для компрессов и примочек, в клизмах (против остриц и аскарид).

Однако следует помнить, что полынь следует применять с мерами предосторожности.

Передозировка полыни вызывает сильное возбуждение нервной системы. Противопоказана она при энтероколитах и беременности.

Продолжительное употребление полыни даже в небольших дозах может вызвать тошноту и рвоту, способствовать развитию анемии.

Настой готовят из расчета: 2 чайные ложки травы настаивают в 1,5 стаканах кипятка. На следующий день выпивают в три приема за 1,5 часа до еды (суточная доза). Курс лечения 2-3 недели.

Настойку полыни (1:5) готовят на 70 %-ном спирте. Принимают ее по 15-20 капель 3 раза в день за 15-20 минут до еды.

Имеются данные, что настои травы назначают при неврозах, эпилепсии, тиреотоксикозе, мигрени, менингите. В качестве общеукрепляющего и улучшающего аппетит средства полынь показана при туберкулезе легких, хроническом бронхите и бронхоэктатической болезни.

Входит трава полыни в сборы, применяемые для лечения желудочно-кишечных заболеваний, болезней печени, желчнокаменной болезни.

Свежая трава полыни обладает ранозаживляющим действием [34].

По данным народных корреспондентов, при заболевании селезенки рекомендовали настой из чайной ложки травы полыни горькой на 2 стакана кипятка. Пьют настой как чай (с медом или сахаром) по ¼ стакана 3 раза в день за полчаса до еды. При спазмах желудка пили настойку из 20 г травы на 100 мл спирта или стакан водки. Принимали ее по 15-20 капель 3 раза в день.

Можно пользоваться и маслом из семян: чайную ложку толченых семян настаивать в 4 чайных ложках прованского масла. Принимать по 1-2 капле (на сахаре) 3 раза в день. Таким маслом пользовались также при одышке и обмороке.

При болях в печени пользовались смесью из равных частей листьев полыни горькой, шалфея лекарственного и плодов можжевельника обыкновенного. На литр кипятка заваривали 4 столовые ложки такой смеси. Принимали по стакану 3 раза в день.

Побеги полыни используют для приготовления напитков, приправ к различным блюдам. Эфирные масла – важнейший, специфический компонент в производстве ценных вин – вермута и абсента. Однако, злоупотреблять абсентом не следует, т.к. это приводит к повреждению нервной системы.

Сок из свежей травы полыни горькой прикладывали к различным язвам и ранам, он способствовал быстрому их затягиванию. Кроме того, сок активно останавливает кровотечение, оказывает противомикробное действие.

Настойку или масло семян принимали и при судорожной рвоте. Даже во время холеры препаратами полыни пользовались с профилактической и лечебной целью. Настойка и масло рассасывают синяки и ушибы.

Принимают препараты полыни горькой при гипотонии и малярии [116].

Полынную горькую настойку применяли для укрепления желудка, возбуждения аппетита, в качестве глистогонного, ветрогонного и ускоряющего месячные средства.

Готовят ее в смеси с другими травами из расчета 30 г сушеных листьев, 7,4 г плодов гвоздики, 7,4 г сахара, 150 мл водки. Эту смесь настаивают 15 дней, процеживают и принимают по чайной ложке в рюмке воды или белого вина.

Лучший способ приготовления полыни: отваривают ее в воде до густого экстракта, который затем разводят в винном спирте или в водке. Принимают по 4,3 г и больше.

Отвар или настой очень помогает при очищении гнойных ран, быстрого их заживления [88].

В гомеопатии траву полыни применяют при нейроциркулярной дистонии по гипертоническому типу. Применяется: *Absinthium – Injeel (forte) (D4), D10, D30, D200.*

ПОЛЫНЬ МЕТЕЛЬЧАТАЯ

Artemisia scoparia Waldst. et Kit.

Семейство астровые – *Asteraceae*

Встречается под названием: веник, морковник каменный, нехворощ, неохворощи.

Двулетнее или однолетнее растение с тонким вертикальным корнем и прямым в верхней части ветвистым стеблем высотой 30-60 см. Нижние листья черешковые, дважды- или трижды-перисто-рассеченные на линейно-ланцетовидные острые доли. Средние стеблевые листья сидячие, длиной 1-4 см, шириной до 2 см. Самые верхние листья тройчато-раздельные или цельные, нитевидные. Молодые листья мягко-волосистые. Соцветие – корзинка шириной 1-1,5 см на коротких цветоножках; собраны в широкую кисть. Краевые цветки в корзинке женские, нитевидно-трубчатые, обоеполые.

Цветет со второй половины июля и в августе; семена созревают в октябре.

Распространена в средней полосе и южных районах европейской части России, на Каваказе, в Средней Азии, в южных районах Сибири и Дальнего Востока. Встречается чаще всего на залежах, около полей, в степных и сосновых борах, по каменистым склонам.

В траве содержится эфирное масло (0,22-1,0 %); наибольшее содержание его в период плодоношения. В составе масла пинен (4 %), α-пинен (до 30 %), мирцен (около 10 %). Масло не растворяется в спирте, что ограничивает его использование в нативном виде [42]. В траве также найдены следы алкалоидов [169].

Используется настой и отвар травы, настойка. В традиционной медицине считалось лучшим средством при легочных заболеваниях, кашле [67]. В Сибири использовали при нервных расстройствах. Вениками из этого вида полыни снимали у человека чувство страха, применяя их в банях и парилке.

По данным народных корреспондентов, этот вид полыни применяли при болях в надкостнице, радикулите, люмбаго, невралгии, ишалгии. Брали 25 г травы и настаивали на стакане водки. Этой настойкой растирали больные места. Припарки из травы в мешочках считались хорошим болеутоляющим средством [146].

Использовалась полынь метельчатая и в качестве инсектицидного средства для борьбы с вредителями в быту.

ПОЛЫНЬ ОБЫКНОВЕННАЯ

Artemisia vulgaris L.

Семейство астровые – *Asteraceae*

Встречается под названиями: быльник, бель, бельник, большая былица, бобыльник, бурьян, быльник горький, забудка, забудек, конина, чернобыл, чернобыльник, горлинка, коневник, конковник, паровица, сухолом, старик.

В традиционно медицине на Руси широко применяется при женских заболеваниях (аменорея, дисменорея), в качестве обезболивающего и ускоряющего роды средства; при эпилепсии, неврастении и других нервных заболеваниях.

Корни выкапывают осенью, когда стебель полностью отсыхает или весной до начала отрастания растения. После выкопки их очищают от земли, не промывают. Отбирают мягкие сочные части и сушат в тени. Затем толкут в ступке [44].

Целебные свойства этого растения были известны в Древней Греции (Гиппократ, Диоскорид) и Риме (Плиний, Гален). Много легенд, суеверий, заговоров от болезней окружало чернобыльник.

В медицинской поэме Одо из Мена [120] указывалось:

“Так, при различных болезнях отвар из нее помогает,
Гонит он также глистов и смягчает желудок, а если
Примешь ты этот отвар, - непомерную боль успокоишь.
Лечит и язвы она, коль вершки ее сверху наложишь;
Также при зуде отвар помогает ее, согревая;
Муки болезни морской никого не заставят терзаться,
Заблаговременно если полынь и вино принимают.
Влей в чернила вино, где полынь вымокала;

И если ими испишешь бумагу, то мыши ее не источат “.

В России этот вид полыни описан во 2-ом и 3-ем изданиях Фармакопеи. Применяют его и в гомеопатии [51].

На Руси использовали при желудочно-кишечных заболеваниях, для возбуждения аппетита [52], метеоризме, при коликах, от запора .

Применялись разнообразные лекарственные формы: из корня – порошок , иногда с сахаром, давали чайными ложками (порошок по 2,13 г взрослым, детям по 0,06 г на прием) 3-4 раза в день [1]; спиртовую вытяжку корня принимали по десертной ложке [187]. Из листьев готовили свежий сок, экстракт свежих листьев, порошок из сухих листьев, пилюли из сухих листьев [30]; из травы – сок пили по 1 столовой ложке 2 раза в день. По другим данным, сок из травы пьют в течение дня по 30-60 г. Утром и вечером рекомендуют пить сухую траву, сваренную с виноградным вином.

Готовят настой и настойку травы на воде, водке и виноградном вине. Берут столовую ложку травы на стакан. Рекомендовали также перед обедом пить по 1-2 ложки настойки из горсти полыни на бутылку водки.

Применяли указанные лекарственные формы и при простудных заболеваниях [117], как потогонное и жаропонижающее средство. При лихорадке пьют рюмками настойку травы [151]. При боли в горле или опухоли делают припарки и принимают отвар травы внутрь [138]. Имеются сведения о применении чернобыльника при ревматизме. Считали это растение “наилучшей врачебной травой от всех женских болезней”. Считалось, что растения, имеющие зеленые стебли, останавливают обильные менструации, а красностебельные вызывают менструации во время их приостановки.

Чернобыльник применялся как средство, усиливающее родовые потуги [165] и для унятия болей после трудных родов. Лекарственные формы из корня, выкопанного осенью, применялись при эпилепсии [43], параличах [174], судорогах [85], неврастении [1], головных болях [44], при выведении глистов [202]. Отвар чернобыльника обладает бактерицидным и

ранозаживляющим действием. Толченой травой присыпали гнилостные язвы, раны; в виде пластыря применяли его при нарывах. Для лечения сифилиса рекомендовали отвар из листьев с пшеницей [160].

Имеются данные о применении этого растения в качестве тонизирующего и общеукрепляющего средства. При слабости рук и ног готовили отвар или наливку из 1 горсти травы на полкрынки молока, процеживали и давали пить больному по 2 чайные чашки 2-3 раза в день [32]. При изнурении также пили отвар из листьев. Применяли чернобыльник и при желтухе, болезнях печени.

При укусах бешеных животных брали две горсти свежей травы, клали их в горшок, заливали бутылкой кваса. Затем крышку обмазывали тестом и горшок ставили на 3 часа в печь. После чего отвар процеживали и давали по 3 столовые ложки утром и вечером в течение девяти дней.

Использовали это растение и как мочегонное средство [108], средство, очищающее почки от камней. Этим растением лечили даже диабет у пожилых людей. Для этого заваривали 5 г корня на 1 чашку кипятка и пили по 3 чашки в день в течение нескольких месяцев.

В быту чернобыльник считают болеутоляющим средством. При боли и спазмах желудка принимают по ⅓ стакана 3 раза в день отвар из 15-20 г всего растения на стакан воды. Пользуются и настойкой из 10 г растения на 100 мл спирта или стакан водки, принимают по 15-20 капель 3 раза в день. Принимают порошок из травы, по 1 чайной ложке, сдабривая горечь сахаром, 3 раза в день. Как антисептическое средство и при бронхиальной астме принимают отвар в тех же дозах. Также пользуются настойкой и порошком из травы [146].

Имеются сведения, что полынный лист, размоченный в водке и приложенный в тряпочке к пупку детей, страдающих глистами, убивает их. Лист, растертый с виноградным вином, уксусом и ржаным хлебом и приложенный снаружи к предсердию или около желудка, унимает рвоту. Свежая полынь (или размоченная сухая), приложенная к подошвам или

икрам ног, полезна при отеке ног, а растертая с яичным белком и приложенная к кровоподтекам или опухолям – от побоев и ушибов. Верхушки цветков с листочками, сухие и измельченные, приложенные ко лбу в мешочке или к вискам – средство от бессонницы.

В гомеопатии применяется *Artemisia vulgaris – Injeel (forte) (D4), D12, D30, D200.*

ПОЛЫНЬ САНТОНИНОЛИСТНАЯ

Artemisia santolinifolia (Pamp.) Turcz. ex Krasch.

Семейство астровые – *Asteraceae*

Встречается под названиями: божье дерево, горькая полынка, векшиник, стародуб.

Полукустарник высотой 7-45 см, сильно ветвистый в нижней части, с раскидистыми многолетними побегами, покрытыми темно-серой корой. Однолетние побеги часто бесплодные, укороченные. Все побеги деревенеющие, с красновато-серой, блестящей корой. Листья яйцевидные, черешковые, длиной 1-3 см и шириной 1-2 см, сверху темно-зеленые, снизу сероватые и желтоватые, тонко-войлочные. Нижние листья трижды-перисто-рассеченные, верхние перистые или цельные. Цветки многочисленные в виде шаровидных корзинок шириной 5-6 мм, поникшие, собраны в метельчатое, кистевидное соцветие.

Распространена в Западной Сибири, в Красноярском крае и в Тувинской области на каменистых, щебнистых склонах гор, на утесах, в пустынно-степных долинах, поднимается до субальпийских лугов.

Содержит эфирное масло (0,21 %) с сильным скипидарно-камфорным запахом. В листьях каротин (10-11 мг%) и витамин С (110-120 мг%). Отмечено наличие горьких веществ [22].

По данным традиционной медицины, в Сибири траву варили в сусле и пили при лихорадке чашками. В Иркутской губернии и в Забайкальской области настой травы пили при задержке менструации. В Сибири и в

Забайкалье траву пьют от кашля [168], а также при различных желудочно-кишечных заболеваниях [143]. Полынь заваривают или настаивают на водке и пьют при болях в животе [152]. На Алтае используют этот вид полыни при запоре [179]. Ряд авторов описывают использование полыни сантонинолистной при многих других заболеваниях: настой травы в Сибири "при расслаблении сил", при головной боли в Забайкалье, водянке, ревматизме [67], неврастении, как глистогонное средство.

ПОЛЫНЬ СИВЕРСА

Artemisia sieversiana Willd.

Семейство астровые – *Asteraceae*

Двулетнее растение с тонким вертикальным корнем. Стебель прямой, ребристый, сероватый, высотой от 30 до 100 см. Листья черешковые, трижды- и дважды-перисто-рассеченные. Корзинки полушаровидные, шириной 4-6 мм, поникшие, собраны в широкое метельчатое соцветие. Краевые цветки в корзинке женские, нитевидно-трубчатые. Средние обоеполые, широко-трубчатые, плодущие. Полынь Сиверса очень похожа на полынь горькую.

Распространена в России на Южном Урале, в Западной и Восточной Сибири, в Казахстане, в ряде районов Средней Азии, на Дальнем Востоке. Встречается в степных и лесостепных районах лесной зоны, на суходольных лугах, на луговых, реже каменистых склонах.

В надземной части и в цветках содержится 0,07-0,1 % эфирного масла темно-красного цвета. По запаху оно напоминает масло горькой полыни [33].

В традиционной медицине на Руси применяли отвар травы и настойку на водке. Имеются сведения, что в малых дозах этот вид полыни повышает кровяное давление, а в больших понижает его [162]. Рекомендовали ее и при лечении простуды. При грыже отвар травы давали маленьким детям 3 раза в день. Использовали этот вид полыни при лечении ревматизма, бронхита, пневмонии, туберкулеза.

Имеются данные о применении полыни Сиверса в качестве средства, ускоряющего и усиливающего месячные кровотечения, противо-истерического и антисептического средства . Как и другие виды, этот вид в качестве горечи применяется для возбуждения деятельности пищеварительных органов. В Средней Азии отвар соцветий и листьев пьют при отсутствии аппетита, при изжоге, в Восточной Сибири против глистов [117].

ПОЛЫНЬ ЦИТВАРНАЯ (ДАРМИНА)

Artemisia cina Berg ex Poljak.

Семейство астровые – *Asteraceae*

Небольшой полукустарник высотой 25-40 (70) см со стержневым, достигающим 2 м глубины, деревянистым корнем темно-бурого цвета. Побеги укороченные, многочисленные, прямостоячие; к концу лета красновато-бурые, зимующие. Листья дважды-перисто-рассеченные, очередные, длиной 2-5 мм. Нижние листья черешковые, опушенные, сизого цвета, длиной 2-5 (6) см; верхние линейно-ланцетные, длиной до 5 см. Цветки очень мелкие, желтого или красного цвета, собраны в сидячие корзинки диаметром 1,5-3 мм в период бутонизации и 3-5 мм во время цветения. Корзинки образуют узкие, пирамидальные метелки. Плод – семянка, длиной 1,0-1,6 мм.

Цветет в начале – середине сентября; семена созревают в октябре.

Распространена в основном в Средней Азии и Южно-Казахстанской области. В степях образует обширные массивы по долинам рек, иногда поднимается в горы на высоту 370 м н.у.м. и более.

Используют высушенные цветочные корзинки, собранные в фазе бутонизации - “цитварное семя“.

Содержит в мелких стеблях, бутонах и листьях сесквитерпеновый лактон сантонин. В надземной части до 2 % эфирного масла.

Полынь цитварная – ядовитое растение. Прием ее лекарственных форм требует большой осторожности и обязательного врачебного контроля [10].

Еще в средние века на Востоке были известны глистогонные свойства этого растения [1]. Издавна применяли на Руси следующие лекарственные формы: Цитварные цветки – *Flores Cinae*, эфирный экстракт цветков – *Extr. Cinae aethereum*, эфирное масло – *Oleum Cinae aethereum*, сантонин - Santonium, лепешки сантонина – Trochisci Santonini, сантонинокислый натрий – *Natrium santonicum*, сантонинотоксим - *Santoninoximum* [22]. В России полынь цитварная была описана во всех изданиях Фармакопеи. Широко применяли ее в традиционной медицине в Сибири и в Средней Азии. Так цветочные корзинки и плоды заваривались кипятком; полученный отвар использовали в виде примочек к ушибам или растирали настоем ушибленные места, что свидетельствовало о противовоспалительных ее свойствах. В Сибири отвар травы пили при желудочно-кишечных заболеваниях. Дымом растения лечили женские болезни; женщин буквально окуривали им. Этот же прием использовали для больных, страдающих ревматизмом.

Настой травы применяли при лихорадке, а шарики из травы прикладывали к больному зубу. При зубной боли рекомендовали полоскания настоем травы . Использовали этот вид полыни при головной боли [113]. Соком травы полыни делали компрессы при воспалении глаз [1]. Известна цитварная полынь в традиционной медицине и в детской практике. Например, при коклюше. Больным детям давали по 10-15 капель настойки травы на сахарном сиропе 4 раза в день и болезнь отступала после 7 дней лечения.

В гомеопатии траву также применяли при коклюше, бронхопневмонии, при судорогах у детей, в период прорезывания зубов, при нервных расстройствах, истерии, беспокойных снах.

Цитварное семя в русских травниках издавна упоминалось в качестве глистогонного средства, в основном против аскарид. Приводим способ

лечения, сохранившийся до наших дней: в первый день перед началом лечения больной принимает на ночь солевое слабительное; на второй и третий день ему назначают цитварное семя по 5 г 3 раза в день (доза для взрослых) за 1-½ часа до еды; на ночь после последнего приема семян больной вновь пьет слабительное. Дозы цитварного семени зависят от возраста больного [149]. Детям в возрасте 1-3 года дают на прием 0,25-0,75 г; 4-6 лет – 1-1,5 г; 7-9 лет – 1,75-2,25 г; 10-14 лет – 2,5-3,5 г; 15 лет – 4 г; взрослым 5 г.

ПОЛЫНЬ ЭСТРАГОН

Artemisia dracunculus L.

Семейство астровые - *Asteraceae*

Встречается под названиями: эстрагон, острогон, драгун-трава, тархун, торгун, торун, змеевик.

Многолетнее травянистое растение высотой 20-150 см с деревянистым корневищем толщиной 0,5-1,5 см, с редкими корневыми мочками. Стебли одиночные, прямостоячие по 2-8, ребристые, слегка ветвистые. Листья цельные, линейно-ланцетные, длиной 1,5-8 см и шириной 1-10 мм. Цветки по 10-12 собраны в многочисленные, шаровидные корзинки шириной 2,5-4 мм, представленные в верхней части стебля метельчатым соцветием.

Распространена на юго-востоке европейской части России, на Кавказе, в Средней Азии, в Западной и Восточной Сибири и на Дальнем Востоке. Часто культивируют как пищевое и пряно-овощное растение [18 а].

Содержит эфирное масло в траве с (0,06-0,3 %) с острым приятным запахом, зеленоватого цвета. Образцы масла из Средней Азии содержат сабинен (65 %), мирцен (10 %), оцимен, анисовый альдегид и другие компоненты [33].

В традиционной медицине была известна в Древней Греции и Риме. Первое упоминание об этом виде полыни относится к XIII столетию, когда арабский врач Ибн-Эль-Бейтар назвал его “тархун“. Это название полыни

эстрагон бытует и в наши дни на Кавказе (в Грузии, Армении). Без этой “травки” просто не обходятся при различных солениях, квашениях, консервировании овощей. Приготавливают и экстрагонный уксус. Известностью пользуется в наши дни и пищевой напиток “Тархун“.

На Руси трава и цветки эстрагона широко применялись при цинге в виде салата, полосканий. Описания этих качеств находили во многих русских травниках [22].

Там же описано, что чай из эстрагона применяли при желудочных болезнях (несварение пищи, позывах на рвоту, в качестве ветрогонного средства и средства, возбуждающего аппетит…). Имеются сведения о применении эстрагона для усиления сердечной деятельности, при лечении водянки, при регулировании месячных циклов. В Тифлисской губернии толченый эстрагон рекомендовали прикладывать к ранкам при укусах ядовитых змей, что способствовало вытягиванию яда из поврежденных тканей. Имелись сведения на Кавказе о возбуждении половой активности у местного населения в связи с применением эстрагона . Использовали в этом регионе и корни в виде порошка в качестве присыпки при заболеваниях в полости рта. В травниках упоминалось, что эстрагон обладает мочегонным и потогонным свойствами.

Трава и цветки применялись при лечении параличей, ревматизма [52]. Интересно применение на Руси эстрагона в ветеринарии. Крепким отваром его опрыскивали лошадей и других животных, что избавляло их от комаров, слепней и других насекомых [141].

Эстрагон в основном применялся в виде приправы к кушаньям; с уксусом рекомендовался при солении огурцов. Применение его в виде салата показано при цинге, для улучшения пищеварения, при задержке менструации.

Траву 30 г заливали 360 мл горячей воды и пили вместо чая. Для укрепления десен настаивали ее на уксусе и применяли в виде полосканий.

В ветеринарии крупному рогатому скоту для улучшения аппетита давали траву эстрагона в рацион [25].

ПОСКОННИК КОНОПЛЯНЫЙ

Eupatorium cannabinum L.

Семейство астровые – *Asteraceae*

Встречается под названиями: благородник конопельный, водяная конопля, водяные собачки, конопельник, королевская трава, крапива глухая, посконник водяной, репяшник, лапошник.

Многолетнее травянистое растение высотой до 175 см, все органы которого сильно опушены. Имеет прямой стебель и супротивные, короткочерешковые, глубоко рассеченные на 3-5 долей пластинки листьев. Доли их крупно-пильчатые, заостренные. Цветки трубчатые от лилового до грязно-розового оттенка, собраны по 4-6 в корзинке. Плоды – пятигранные, ребристые семянки цилиндрической формы с хохолком, превышающем длину семянки.

Цветет со второй половины июня до сентября.

Распространен в Евразии, в т.ч. в Германии, на юге европейской части России, на Дальнем Востоке, по всему Кавказу, встречается в Туркмении. Чаще всего произрастает на лугах, по берегам рек, на сырых, заболоченных участках.

Трава и корень при растирании имеют острый неприятный запах.

В листьях содержится ядовитое вещество евпатерин; в траве алкалоиды (0,2 %), инулин; флавоноиды; фитостерины; циклитолы; жирные кислоты; эфирное масло (до 25 %); в плодах и корнях дубильные вещества (до 6 %); выделены кумарины; сапонины; полисахариды [18 б]. Может быть источником ярко-желтого красящего вещества. Цветки посконника можно использовать для окраски тканей в синий цвет. Используют все органы растения, собираемые (кроме корня) в период цветения. Сушат сырье в тени и хранят в сухих помещениях. Корень выкапывают после цветения,

обмывают горячей водой, подвяливают, измельчают, сушат в печи, хранят также в сухом месте [125].

Указания о лечебных свойствах этого вида посконника имелись уже в XI веке в известном труде Абуали-Ибн-Сина. О применении этого вида указано в травниках и лечебниках XVI-XIX вв. в настоящее время входит в состав препаратов *Aesculus compositum, Arnica-Hell.*

Так в одном из источников [155] сообщалось: “траву посконника кладут в топленое молоко, которое от того мочу гонит без удержу“. О мочегонном действии корня также сообщалось в травниках [39,59].

Традиционная медицина рекомендовала посконник при желтухе [59]. Известно. Что воины Рима применяли свежие листья посконника как ранозаживляющее средство. Их прикладывали в смятом виде к ранам, а соком лечили более глубокие раны [155].

Толченая трава в виде припарки прикладывается на застарелые опухоли, цинготные раны [59]. Можно при опухолях использовать отвар травы (20 г сухой травы на 400 мл воды); уваривают его до половины объема и принимают по ¼ чайной чашки 3-4 раза в день в теплом виде. Отвар корней применяют и в качестве рвотного средства. Для этого 20 г мелко измельченного корня отваривают в 300 мл воды. Уваривают на ⅓ и пьют по 1 чайной чашке. Применяют это растение и как потогонное и противолихорадочное средство. Сок, выжатый из свежих листьев, применяют при упорных перемежающихся лихорадках [39]. Трава, сваренная в вине, в малых дозах предотвращает выкидыш. Препараты из этого растения применялись при лечении геморроя, цинги, использовали в качестве противоглистного средства [30], а также при лечении ревматизма и кожных заболеваний.

В гомеопатии эссенция свежей, цветущей травы применяется при катаре мочевого пузыря, чрезмерном обильном мочеотделении, недержании мочи.

ПРОСТРЕЛ ЛУГОВОЙ

Pulsatilla pratensis (L.) Mill.

Семейство лютиковые – *Ranunculaceae*

Встречается под названиями: ветреница, луговая ветреница, анемон, прострельная трава, подснежник, пульсатилла, сон-трава, сон, сон-зелье.

Многолетнее травянистое растение высотой 7-45 см с мощным одно- или многоглавым корневищем темно-коричневого цвета. Одновременно с цветками или после цветения появляются корневые листья. Черешки их густо покрыты белыми волосками. Стебель прямой, густо-волосистый. Цветки поникающие, с 6-ю колокольчато сходящимися листочками, бледно-лиловыми или зеленовато-желтыми, изогнутыми. Плод – семянка с длинным, опушенным столбиком.

Распространен в европейской части России в сосновых борах, на песчаных солнечных местах, сухих склонах, по опушкам лесов, часто по краям дорог, полей.

Все части растения содержат анемоновую кислоту – анемонин (до 5,6 %); танин; эфирное масло; органические кислоты (аскорбиновую кислоту). В стеблях алкалоиды; в корнях тритерпеновые сапонины, флавоноиды [192]. В семенах жирное масло (17,4 %).

Прострел луговой – очень ядовитое растение. При приеме его лекарственных форм требуется большая осторожность и точная дозировка [10].

Древние кельты имели рецепты употребления этого растения. Использовались практически все его органы: свежие толченые листья, трава в период цветения; корни применялись в виде пилюль, эссенций, экстракта, порошка, водных и винных настоев, в виде примочек.

В ряде травников указывается, что растение это обладает болеутоляющим действием при мигренях, невралгии, при сердечно-сосудистой раздражительности, диспепсии, при спастических состояниях половых органов [28,34].

При переломах использовали поровну корень прострела, дикий цикорий траву; измельчали их в порошок и принимали внутрь по чайной ложке со стаканом вина.

Толченые свежие листья применяли в Полтавской губернии при головных болях, простуде. Как отвлекающее средство прикладывали к затылку [1]. В Черниговской губернии окуривали сон-травой при бессоннице, лихорадке. Порошок их сухих листьев или цветков рекомендовали при коклюше, туберкулезе, лишаях. При мочекаменной болезни на Украине делали отвар или настойку этого растения. Экстракт из листьев обладает бактерицидным и фунгицидным действием [107].

Настой из свежей травы, собираемой в июне – июле, применяют при катаре верхних дыхательных путей, бронхиальной астме, коклюше. Для этого 6-10 г травы растворяли в 200 мл воды и пили по 1 столовой ложке 2-3 раза в день. Готовили и настойку из 20 г на стакан 40 %-ного спирта, водки и пили ее по 10-15 капель на прием.

В гомеопатии применяют прострел при женских, глазных и ушных болезнях, суставном ревматизме, заболеваниях пищеварительного тракта, дыхательных органов. В гомеопатии применяются: *Pulsatilla – Injeel (forte) S (D4), D12, D30, D200.*

ПУСТЫРНИК СЕРДЕЧНЫЙ

Leonurus cordiaca L.

Семейство яснотковые – *Lamiaceae*

Известно под названиями: пустырник обыкновенный, крапива глухая, пустырник волосистый, пустырник мохнатый.

Многолетнее травянистое растение высотой до 2 м с деревянистым коротким корневищем, густо усаженным корнями. Стебли прямостоячие, ветвящиеся, четырехгранные, полые. Листья супротивные, черешковые, нижние округлые или яйцевидные, до 12 см длиной. Цветки розовые, розово-

фиолетовые, реже белые, собраны в длинные колосовидные верхушечные соцветия. Плоды состоят из 4-х орешков 2-3 мм длиной.

Цветет с июня до сентября; плоды созревают в июле – августе. Размножается семенами. Собирают траву в фазе цветения. Срок хранения сырья 3 года.

Родина – Западная Европа. Распространен в европейской части России, на Кавказе и в Западной Сибири, а также в Средней Азии. Культивируется с 80-х годов в этих же регионах.

Используют надземную часть растения, содержащую алкалоиды (до 0,4 %), стахидрид; сапонины; дубильные вещества (до 2,14 %); горькие вещества; эфирное масло (до 0,05 %); стероидные и флавоноидные гликозиды - кверцитин, кверцитрин, рутин, квинквелозид (3,9 %); иридоиды; провитамин А, аскорбиновую кислоту. Концентрирует цинк, молибден, стронций, медь, бор, никель, селен.

В официальной медицине используют: резаную траву *(Herba Leonuri),* настой травы *(Infusum herbae Leonuri*), настойку (*Tinctura Leonuri*), экстракт жидкий (*Extractum fluidum Leonuri*). Применяют их при ранних стадиях гипертонии, миокардиопатии (уменьшает одышку), при лечении щитовидной железы, повышенной нервной возбудимости, сердечно-сосудистых неврозах как успокаивающее средство. Трава пустырника входит в состав сбора успокоительного №2 (*Species sedativae №2)*, показанного при бессоннице, повышенной нервной возбудимости, неврастении, мигрени, вегето-сосудистой дистонии, климактерических расстройствах, гипертонической болезни. По фармакологической активности пустырник превосходит препараты валерианы. Входит также в состав бальзамов (“Московия“ и др.).

Наряду с пустырником сердечным используют другой вид – пустырник пятилопастный *(L. quinquelobatus Gilib.*), который упоминался в травниках еще в конце XV века; в научной медицине с 1932 года. В традиционной медицине применяется от сердцебиения, при внутренних кровотечениях, катаре легких, как мочегонное, потогонное и слабительное средство.

На Руси издавна используют олиственные цветущие верхушки растения. Назначают пустырник при истерии, неврозах, кардиосклерозе, миокардите, а также при сердечно-сосудистой недостаточности I-II степени. Оказывает он лечебное действие при хорее, климактерических жалобах, болезненных и нерегулярных менструациях.

Применяют пустырник и в качестве общеукрепляющего, противовоспалительного и диуретического средства, при болезнях дыхательных путей, туберкулезе, анемии и хлорозе. Однако следует учитывать его противопоказания при артериальной гипотензии, брадикардии [109].

По данным народных корреспондентов, при катаре горла и легких принимают по 2 столовые ложки 3 раза в день настой из 20 г травы пустырника на стакан кипятка. Можно пользоваться и аптечной настойкой пустырника – принимают ее по 10 капель 3 раза в день [146].

Пустырник употребляли и при истерии, учащенном сердцебиении, желудочных спазмах, ипохондрии, при других нервных заболеваниях, задержке месячных у женщин, течении белей.

Оказывал он и ранозаживляющее действие. Свежие толченые листья прикладывали к ранам, ушибам; делали припарки к воспаляющимся опухолям и гангренозным язвам.

При лечении вышеуказанных болезней для приема внутрь брали 15 г травы, заливали 240 мл воды, доводили до кипения, процеживали и выжимали 180 мл жидкости. Принимали по 2 столовые ложки несколько раз в день или каждые 2 часа.

При наличии сухой травы, брали ее также 15 г и заливали белым вином. Принимали, как указано выше.

Имеются данные, что препараты пустырника в ряде случаев действуют лучше, чем препараты валерианы.

Пустырник охотно поедают лошади, овцы и козы. Татары собирали его осенью, сушили на воздухе, затем трепали так же, как сырье конопли и получали пряжу, из которой делали полотно.

ПЫРЕЙ ПОЛЗУЧИЙ

Agropyron repens (L.) Pal.- Beauv.

Семейство злаковые – *Poaceae*

Многолетнее травянистое растение высотой 40-125 (150) см с длинным, ползучим, шнуровидным, сильно разветвленным корневищем до 2 мм в диаметре. Корни мочковатые, тонкие, расположены в узлах корневища. Стебли гладкие, многочисленные, заключены в листовые влагалища. Листья линейные, плоские, шириной до 13 мм, зеленого или сизо-зеленого цвета. Цветки собраны по 4-7 (реже 8-8) в верхушечные колосья зеленого, сизо-зеленого или слегка фиолетового цвета. Колос двурядный, линейный, длиной 7-15 см. Плод – зерновка длиной до 4,5 мм и шириной 1 мм.

Цветет в мае – июле; плоды созревают в июле – сентябре.

Распространен в Евразии, в т.ч. в России почти повсеместно, на Дальнем Востоке, Камчатке является заносным растением. Произрастает на лугах, залежах, в поймах рек, у жилищ, на огородах, в посевах.

Используется свежее корневище с корнями. В корневищах содержится эфирное масло (0,05 %); манит (2,5-3 %), другие углеводы; агропирен; глюкованилин; слизистые вещества (10 %); полисахарид тритицин; инулин; инозит; соли яблочной кислоты; каротин (6 мг%), аскорбиновая кислота (до 150 мг%), витамины С, Е, К, Р; азотосодержащее резиноподобное вещество; флавоноиды; хиноны; циклитолы; гликозиды; сапонины; слизь.

На Руси с давних времен применяли корневище – Rhizoma raminis , из него готовили густой - *Extr. Graminis* и жидкий экстракт *Extr. Graminis liguidum* [21].

В традиционной медицине применяют корневище и сок свежих листьев при простудных заболеваниях верхних дыхательных путей, бронхите и пневмонии. Использовали это растение при нарушениях минерального обмена: при мочекаменной и желчнокаменной болезни, метаболических артритах и остеохондрозе. Кроме того, его назначают при асците, уретрите и цистите, остром и хроническом гепатите.

Препараты пырея ползучего эффективны при фурункулезе и других кожных заболеваниях.

Так, при диатезе, рахите, геморрое больным рекомендовали ванны из пырея (на курс лечения 10-15 ванн). Готовили при этих заболеваниях настой из 2-х столовых ложек корневищ. С вечера заливали 0,5 л кипятка и настаивали в термосе. На следующий день принимали весь настой в 3 приема за 20-40 минут до еды в теплом виде.

Свежеприготовленный сок травы пьют в течении 3-4 месяцев по ½ - 1 стакану в день 3-4 раза за 20-40 минут до еды.

Настой для ванн готовили из расчета: 50 г корневищ кипятили в 5 л воды, добавляли холодной воды и наливали в ванну [89].

По данным народных корреспондентов, отвар из 100 г корневища на 1 л воды упаривают до половины объема. Принимают по столовой ложке 4-5 раз в день при желтухе, желчнокаменной болезни, воспалении мочевыводящих путей, как мочегонное. При мочекаменной болезни этот отвар принимают по стакану 3 раза в день. При фурункулезе, нарывах, ячменях пьют отвар и принимают пырейные ванны (100 г корневища на ведро воды) [116].

В медицине корневища пырея используются как обволакивающее, мочегонное и легкое слабительное средство, а также как основа для пилюль.

В гомеопатии применяются: *Triticum repens – Injeel (forte) D3, D10, D30, D200.*

РАПОНТИКУМ САФЛОРОВИДНЫЙ

Rhaponticum carthamoides (Willd.) Iljin

Семейство астровые – *Asteraceae*

Встречается под названиями: левзея сафлоровидная, маралий корень, большеголовник сафлоровидный, черноморский ревень, моралова трава.

Многолетнее травянистое растение высотой до 2 м с утолщенным, горизонтальным, деревянистым корневищем и многочисленными тонкими корнями. Корневище и корни имеют специфический запах. Стебель прямостоячий, не ветвящийся, толстый, полый, слегка опушенный. Листья очередные, коротко-черешковые, до 40 см длиной, верхние сидячие; глубоко-перисто-раздельные. Цветки трубчатые, пурпурно-лиловые, собраны в соцветие – круглую корзинку до 8 см в диаметре, расположенную одиночно на верхушке стебля. Плоды – семянки коричневого цвета длиной до 8 мм и шириной 4 мм, с хохолком.

Цветет в июне со второго года жизни; плоды созревают в августе – сентябре. Размножается семенами – путем посева на глубину 4-5 см. Норма высева семян 20-30 кг/га, ширина междурядий 45 см; при квадратно-гнездовом посеве 60х60 см и 45х45 см норма высева соответственно 9 и 15 кг/га. Для получения гарантированных всходов за 25-30 дней до посева семена стратифицируют при температуре, близкой к нулю, сеют ранней весной на глубину 2-3 см. Всходы появляются на 9-20 день, а первый настоящий лист – на 12-14 день. Предпочитает плодородные, чистые от сорняков участки. На средних по плодородию почвах осенью под перекопку вносят 2-3 кг/м² перепревшего навоза совместно с минеральными удобрениями: 30 г суперфосфата, 9 г калийной соли, 15 г азотных удобрений или только 4-6 кг/м² навоза.

Распространено в Северной Монголии, Средней Азии. На территории России произрастает на юго-востоке европейской части, в Сибири, на Алтае, в Саянах, Кузнецком Алатау, на Дальнем Востоке в горных районах на высоте 1200-1300 (до 2000) м н.у.м. на субальпийских и альпийских лугах.

Редкий, изчезающий вид, включенный в Красную книгу. Культивируется в различных зонах страны. Урожайность корней до 2,8 т/га, семян 0,2-0,5 т/га.

Впервые в конце XIX века на рапонтикум обратил внимание известный исследователь Сибири этнограф Г.Н.Потанин. Целебные тонизирующие свойства “корня марала“ были подмечены монголами, обратившими внимание, что весной, в период половой охоты, олени-маралы выбивают копытами какие-то корни и охотно поедают их.

В традиционной медицине этому растению приписывали свойства, пригодные для лечения 14 болезней. Монголы считали, что этот корень-силач способен придать человеку силу до 100 лет.

Корневища с корнями заготавливают сразу после созревания семян (в августе – сентябре). После выкопки корневища отряхивают от земли, срезая надземную часть у самого основания. Промывают их в плетеных корзинах, быстро, чтобы не вымывались действующие вещества. Сушат на солнце, на специально изготовленных жердях, в хорошо продуваемых местах. В плохую погоду можно сушить в отапливаемых помещениях. Используют и сушилку с температурой нагрева поверхности сырья 50-60°С. Повторные заготовки можно производить раз в 15-20 лет.

Используют корневища с корнями, содержащие алкалоиды; стероиды; сесквитерпены; дитерпиноиды; тритерпеновые сапонины; хиноны (до 6 %); кумарины; жирные кислоты (до 0,7 %); органические кислоты; аскорбиновую кислоту (до 0,1%); β-каротин; инулин; дубильные вещества (до 5,5 %); эфирное масло (до 0,9 %); жирное масло; смолы; флавоноиды (катехины до 0,4 %); макроэлементы (мг/г): калий – 19,9, кальций – 3,3, магний – 2,2, железо – 2,5. Концентрируют железо, медь, алюминий [96].

В официальной медицине получил признание препарат Экстракт левзеи жидкий *(Extractum Leuzeae fluidum),* изготовленный на 70 %-ном спирте в соотношении 1:1. Назначают его по 20-30 капель 2-3 раза в день (до еды). Применяют в качестве средства, возбуждающего центральную нервную систему, усиливающего работоспособность при умственном и физическом

утомлении. Хранить препарат следует в прохладном, защищенном от света месте. Корневища с корнями (сухой экстракт) входят в состав комплексной биологически активной добавки “ВИЛАРИН“ – адаптогенного и общеукрепляющего действия, используемой при профилактике воспаления предстательной железы. Входит в состав тонизирующего напитка “Саяны”. Является составной частью сбора “Касмин“, обладающим гиполи-педемическим, гасроэтективным, гипотензивным, седативным, диуретическим и анальгетическим свойствами.

Лошади и коровы также любят это растение. Сегодня трава левзеи получила признание как кормовое растение. Она богата белками, каротином, витамином С, и дает в течение 3-х лет, начиная со второго года, по 2 укоса за сезон. С гектара собирают 30-35 тонн зеленой массы. При скармливании скоту, увеличивается его продуктивность, ускоряется рост молодняка, повышается сопротивляемость к заболеваниям.

РАСТОРОПША ПЯТНИСТАЯ

Silibum marianum (L.) Gaertn.

Семейство астровые – *Asteraceae*

Встречается под названием остро-пестро.

Двулетнее, реже однолетнее растение высотой до 150 см со стержневой корневой системой. В первый год образует прикорневую розетку из многочисленных колючих листьев. На второй год образует мощный слабоветвистый стебель. Листья продолговато-овальные, крупные, длиной до 80 см и шириной до 30 см, темно-зеленые, с поперечными волнистыми белыми разводами, по краю усажены желтыми шипами. Цветки трубчатые, лилово-малиновые, собраны в крупные, круглые корзинки на концах стеблей. Плоды – блестящие семянки с хохолком, желтого цвета, с темными продолговатыми пятнами.

Цветет с июля до поздней осени; плоды созревают неравномерно, в сентябре – октябре. Размножается семенами, путем посева на глубину 2-3 см.

норма высева семян 10 кг/га, ширина междурядий 45 см. Урожайность семян 0,4-0,53 т/га.

Распространена в Западной Европе, Малой Азии, в Северной Америке, Африке, в южной части Австралии. В России произрастает в южных районах европейской части, на Кавказе, на юге Западной и Восточной Сибири, на Дальнем Востоке; в Средней Азии.

Используют семена, содержащие жирное масло (до 32 %); эфирное масло (0,08 %); смолы; слизь; флавоноиды; биогенные амины (тирамин, гистамин), флавонол-лигнаны (2,8-3,8 %): силибин, силидиянин, таксифолин, силихристин. В семенах содержатся макроэлементы (мг/г): калий – 9,2, кальций – 16,6, магний – 4,2, железо – 0,08. является концентратором микроэлементов: меди и ,особенно, селена [96].

В официальной медицине используются препараты: Карсил *(Carsilum)* – рекомендован при лечении заболеваний печени; Камадол – комплексный препарат (трава ноготков, ромашки, масло расторопши) наружное средство для лечения воспалительных заболеваний кожи и слизистых оболочек, в т.ч. травм кожи (ссадин, царапин, трещин, трофических язв, вялозаживающих ран и свищей, ограниченных ожоговых поражений кожи в стадии регенерации), в стоматологии и гинекологии при лечении кольпитов и эрозий шейки матки; Сибектан *(Sibectanum)* – состоящий из жмыха плодов расторопши, экстракта зверобоя, экстракта березы, экстракта пижмы – показан при гепатите, стимулирует регенерацию поврежденной слизистой оболочки желудка, нормализует основные функции печени, улучшает моторику желудочно-кишечного тракта; Силибинин *(Silibininum*) – гепатозащитное средство, улучшает обменные процессы в печени, способствует улучшению пищеварения, применяют при циррозе печени и острых гепатитах; Силибор *(Siliborum*) – состоит из суммы флавоноидов плодов, также применяется при лечении гепатитов и цирроза печени; Силимар *(Silimarum*) – сухой экстракт их плодов, для лечения заболеваний печени (в его составе флаволигнаны, в т.ч. силибин и силиданин).

В гомеопатии применяются: *Cardius marianus – Injeel (forte) (D4), D12, D30, D200.*

РЕПЕШОК ОБЫКНОВЕННЫЙ

Agrimonia eupatoria L.

Семейство розоцветные – *Rosaceae*

Встречается под названиями: гладишник, воронье сало, земляничник, земляничный цвет, кошка, кудри, липучка, парник, репей, репешник, собачки, сороконедужник, цепкий репей.

Многолетнее травянистое растение высотой 30-125 см. Стебли прямостоячие, одиночные. Листья непарно-перистые, с 5-9 крупными и 6-10 мелкими долями, опушенные. Цветки желтого цвета на коротких цветоножках, собраны в рыхлую снизу и густую кверху колосовидную кисть. Плоды – 1-2 мелкие щетинистые семянки.

Цветет в июне – августе; плоды созревают в сентябре – октябре.

Распространен в Евразии, в т.ч. в России встречается в европейской части, в Западной и Восточной Сибири, на Дальнем Востоке и на Кавказе, почти повсеместно, кроме юго-востока. Произрастает на лугах, склонах, холмах, среди кустарников, в разреженных лесах, на лесных полянах, по краям дорог.

Во всех частях содержатся эфирные масла. Особенно, в листьях и корневищах (до 0,2 %); дубильные вещества (5 %); горький гликозид; витамины В, К; никотиновая кислота (следы), стероидные сапонины, флавоноиды; следы алкалоидов; холин; органические кислоты, витамин С (430 мг%).

Используют все органы (траву, листья, цветки, семена, реже корневища). Сухую траву хранят в эмалированной посуде [30].

В России репешок обыкновенный использовали с давних времен. В конце XIX века широко был представлен в аптеках при лечении многих

заболеваний, главным образом, при болезнях печени - “от завалов печени” [30].

Как кровоостанавливающее средство, брали 1 часть травы на 2 части воды, кипятили 20-25 минут, томили 30 минут. Затем фильтровали и принимали по 2-3 столовые ложки 3 раза в день до еды. От поноса пили водный отвар травы этого вида репешка 3 раза в день по чашке. Применяли это растение и при лечении туберкулеза, кровохарканья [30], геморроя [61], маточных кровотечений.

Настой травы применяли в виде полосканий при болезнях горла, воспалении миндалин. Наружно применяли “от ушиба при падении с высоты” [30] , при кожных болезнях траву измельчали и варили. Полученную массу прикладывали к больным местам. Имеются сведения о применении репешка в качестве противоглистного средства. Лечили репешком различные опухоли, ревматизм, язву желудка, раковые заболевания. Для привораживания женщин, мужчины должны были носить корень репешка на груди [61].

Народные корреспонденты сообщают, что при геморрое и полипозе кишечника очень полезно принимать настой или отвар травы репешка аптечного, одновременно это средство применяют для примочек и микроклизм.

Отваром из 20 г травы на стакан воды (при возможности добавляя мед) лечат афтозный стоматит, болезни селезенки, внутренние кровотечения (маточные, легочные, желудочно-кишечные); принимают отвар при обильной менструации, ревматизме, радикулите, люмбаго, невралгии, прострелах, нефрите, мочекаменной болезни, недержании мочи (особенно ночном), циррозе печени. Пьют отвар по ¼ - ½ стакана 3-4 раза в день при указанных заболеваниях [146].

Репешок действует послабляющее, усиливает диурез, уменьшает воспалительные явления в суставах при ревматизме и ревматоидном артрите; действует кровоостанавливающе при различных кровотечениях.

Установлено, что настой травы рекомендуется также в качестве спазмолитического средства при нейроциркулярной дистонии, сопровождающейся головной болью.

Наружно репешок в виде полосканий и примочек назначают при ангинах, фарингите, стоматите.

Обычно 2-3 столовые ложки травы настаивают в поллитровом термосе – суточная доза. Для наружного применения дозу растительного сырья удваивают. В традиционной медицине использовали и другие виды репешков. Репешок волосистый – *Agrimonia pilosa Ledeb.* В Сибири применяли при лечении мужской грыжи [178], хронической экземе, золотушной сыпи. На Кавказе народные лекари рекомендовали корни репешка пахучего – *Agrimonia prosera Wallr*. В Средней Азии отвар листьев репешка азиатского – *Agrimonia asiatica Juz*. Применяли при лечении поноса, полоскания полости рта и гортани , а также от лихорадки, при водянке и как мочегонное средство. Отвар цветков применяли для лечения геморроя, а отвар корневищ и сухой травы при болях в желудке и ревматизме.

В гомеопатии применяются: *Agrimonia – Injeel (forte) (D3), D10, D30, D200.*

РОДИОЛА РОЗОВАЯ

Rhodiola rosea L.

Семейство толстянковые – *Grassulaceae*

Известно под названием “золотой корень“ и кудри царские.

Многолетнее травянистое растение высотой до 65 см с толстым горизонтальным корневищем, переходящим в корень. Корневище снаружи золотистое и белое на изломе. Стебли не ветвистые, прямостоячие, толщиной до 6 мм. Стеблевые листья сидячие, эллиптические, ланцетовидные в верхней части. Цветки желтовато-зеленые с чашелистиками длиной до 2 мм. Плоды – прямостоячие листовки до 8 мм длиной с коротким носиком. Семена мелкие, длиной до 2 мм, ланцетные, красновато-коричневые.

Цветет в мае – июне; плоды созревают в июне – августе. Размножается семенами и вегетативно (отрезками корневищ). Сеянцы на первом году развиваются медленно. Требует богатые гумусом, хорошо дренированные почвы. Посев семян производят под зиму или весной. Для весеннего посева используют стратифицированные семена во влажном песке при 0 , + 2°С. Сухие свежеубранные семена имеют низкую всхожесть – не более 25 %. В течение 2-х лет выращивают вначале рассаду при расстоянии между растениями в рядках 4-5 см с междурядьями 10 см. Затем ее высаживают на постоянное место с расстояниями в ряду 20 см и междурядьями 45-60 см. При основной подготовке почвы вносят 3-5 кг/м² навоза. На тяжелых почвах при перекопке вносят 10 кг/м² песка. Ранней весной подкармливают азотными удобрениями в дозе 6-8 г/м². В период вегетации ежегодно следует вносить комплексные минеральные удобрения (нитроаммофоску) в виде подкормок в дозе 15-20 г/м². обычно это делают ранней весной. Урожай корней получают через 4-5 лет выращивания с момента посева. Срок годности сырья 3 года.

Распространена на севере и северо-востоке России, в горных районах Западной и Восточной Сибири, в субальпийском и альпийском поясах Алтая, Саян, в горах Забайкалья, на Дальнем Востоке. Растет и в Казахстане.

Растение почитали еще в древнем Китае, высоко ценили его целебные свойства и считали большой редкостью. Доставляли в Тибет из горных районов Алтая.

Используют корневища с корнями, содержащие глюкозид салидрозид (до 1 %); стерины; дубильные вещества (до 20 %); гликозиды и антрогликозиды, родиолизид; эфирное масло (до 5 %); фенолоспирты, флавоноиды (кверцетин, кемпферол и др.); органические кислоты (щавелевую, лимонную, яблочную, галловую, янтарную). Концентрирует молибден, селен, железо.

В официальной медицине экстракт родиолы жидкий *(Extractum Rhodiolae fluidum*) 1:1 на 40 %-ном спирте применяют в качестве

стимулирующего средства при астенических состояниях, повышенной физической и умственной утомляемости, при неврастении, вегето-сосудистой дистонии и шизофрении. Препарат Родаскон – природный адаптоген, позволяет сохранять и повышать работоспособность, сопротивляемость и выносливость организма при психических и физических нагрузках; показан при стрессах; усиливает вывод токсинов из организма. Препарат Роделим состоит из сухих экстрактов трех фитоадаптогенов: родиолы, элеутерококка и лимонника – сохраняет высокую работоспособность в условиях напряженного умственного и физического труда. Входит в состав бальзама “Панта-форте“.

Противопоказания: возбуждение, бессонница, тяжелые формы артериальной гипертензии, лихорадочные состояния, атеросклероз [10].

В традиционной медицине родиолу розовую используют уже более 400 лет.

В качестве наружного средства 4 г раздавленного корня прикладывают в виде припарки к нарывам и кожным сыпям.

Экстракт – ранозаживляющее средство. Используют его и для полосканий при ангине.

Корни, пропитанные вином, смягчают спазмы и совершенно устраняют кашель. Отваром корня с шафраном излечивают глаза. Капли этого же сока полезны для ушей; они же очищают раны от гноя. Сок корня, смешанный с вином – отличное средство против желтухи.

По данным народных корреспондентов, корень родиолы розовой рекомендовали как средство для лечения сахарного диабета. Для этого 100 г свежего корня настаивали на 1 л водки и принимали по 20 капель 3 раза в день за полчаса до еды [146].

Целебные свойства золотого корня достойны пристального внимания клиницистов.

Имеются сведения о применении его при функциональных заболеваниях нервной системы (бессоннице, повышенной раздражимости,

гипотонии), ослаблении половой функции у мужчин, усиленной умственной работе.

При этих показаниях за полчаса до еды принимают экстракт из корня по 5-10 капель 1-2 раза в день в течение 10-20 дней и более. Дозу увеличивать не следует, т.к. родиола обладает высокой биологической активностью.

При сексуальных расстройствах у мужчин, аменорее назначают по 10-15 капель экстракта в течение 3-х месяцев.

Настойку корня на водке (1:10) в традиционной медицине применяют при заболеваниях желудка, малярии, нервных болезнях.

В быту настойку готовят следующим образом: берут 100 г свежесобранного корня (50 г сухого), заливают 40% спиртом или водкой (0,5 л), настаивают 7 дней в темном месте. После чего процеживают через марлю. Следует помнить, что лекарственные формы золотого корня противопоказаны при выраженных симптомах нервных заболеваний.

Отвар травы использовали при трахоме.

РОЗА ДАМАССКАЯ

Rosa damascena Mill.

Семейство розоцветные – *Rosaceae*

Кустарник высотой 1,5-2 м. Стебли покрыты крепкими, крючковидными шипами красноватого цвета. Листья очередные, длиной 12-15 см, непарноперистые, состоят из 3-5 (до 7) листочков яйцевидно-ланцетовидной формы длиной до 4 см. Пластинка листьев сверху блестящая, снизу опушенная. Цветки очень душистые, крупные, махровые, по 7-13 собраны в щитковидно-метельчатое соцветие. Лепестки розовые или бледно-красные; в каждом цветке до 30 лепестков. Плодики орешковидные, односемянные, образуют вместе с мясистым, разросшимся цветоложем красный, продолговатый, ложный плод.

Цветет в июне; плоды образует очень редко. Продолжительность жизни 25-30 лет.

Природный гибрид, происходящий из Передней Азии. Культивируется в Крыму, на Кубани, в Молдавии, в Грузии и Таджикистане.

Имеются сорта дамасской розы: Красная крымская, Новинка, Розовая роза (казанлыкская).

Для производства розового масла используют такие виды, как роза центифолия или столепестная *(Rosa centifolia L.),* роза белая *(Rosa alba L.),* роза французская *(Rosa gallica L.).*

В лепестках розы дамасской содержится эфирное масло (0,02-0,04 %) с основными компонентами – гераниолом (50-60 %), цитронеллолом (до 22,6 %), неролом (около 10 %). В состав масла входят фенилэтиловый спирт (около 2 %), эвгенол, цитраль, альдегиды, каротиноид рубиксантин.

Используют лепестки розы, собранные утром во время массового цветения.

Душистый аромат розы обусловлен, в основном, гераниолом (до 50 %), неролом, цитронемолом и фенилэтиловым спиртом (1 %). Кроме того, в лепестках содержатся сахара, кверцетины, горечи, антоцианы, воск, жирные масла и органические кислоты, большое количество витаминов действуют тонизирующее и укрепляюще. Розе свойственно противовоспалительное, мягчительное, противоглистное, антисептическое, ранозаживляющее и вяжущее действие. Применяют лекарственные формы наружно при лечении коньюктивитов. Для лечения стоматитов и ангин применяют розовую воду.

Розовое масло в традиционной медицине применяется как наружное противовоспалительное и антисептическое средство.

При этих заболеваниях рекомендуют использовать настой из 2-3 столовых ложек лепестков, настоянных с 2 стаканами кипятка в термосе. На следующий день настой принимают в 3 приема за 20-40 минут до еды – суточная доза [89].

Существует ряд лекарственных форм из розы эфиромасличной. Так, порошок из сухих лепестков розы – отличная присыпка при ранах и язвах у детей для лечения рожистого воспаления.

Розовый мед: разварить 100 г розовых лепестков в воде, выжать, отфильтровать сок и варить в 800 г меда до густоты сиропа. Применять для полоскания и смазывания ран.

Глазная розовая примочка готовится из 180 г розовой воды, 2,5 г гвоздики, 2,5 г сахара и 4 г муравьиного спирта. Настаивают 2 суток и фильтруют. Этой водой обмывать закрытые веками глаза [73].

Рекомендуют готовить отвар: 2 столовые ложки сухих розовых лепестков заливают 2 стаканами воды, ставят в эмалированную посуду на плиту и дают хорошо прокипеть. В процеженный и остуженный отвар добавить 1 чайную ложку борной кислоты и 2 чайных ложки глицерина. Этой водой полоскают горло несколько раз в день при кашле и чувстве щекотания в горле [56].

Розовое масло широко используется в парфюмерии и пищевой промышленности.

РОМАШКА АПТЕЧНАЯ

Chamomilla recutita (L.) Raushert

Семейство астровые – *Asteraceae*

Известно под названиями: ромашка ободранная. Ромашка лекарственная, ромашка, камила, румянок, маточная трава, моргун, романова трава…

Однолетнее травянистое растение высотой до 60 см со стержневой корневой системой. Стебли одиночные, прямостоячие, сильно ветвистые от основания. Листья очередные, дважды перисто-рассеченные, до 5 см длиной и 1,8 см шириной. Цветки трубчатые, золотисто-желтые; краевые – язычковые, белые; собраны в корзинки до 1.5 см в диаметре. Плоды –

продолговатые семянки длиной до 2 и шириной до 0,3 мм, буровато-зеленого цвета.

Цветет с мая до сентября; плоды созревают с июля. Размножается семенами, которые способны сохранять всхожесть в течение 5-6 лет. Прорастают семена при 2-4°С, оптимальная температура для прорастания семян 20-25°С. На одном месте не следует выращивать растения более 2 лет. Под основную перекопку (вспашку) вносят 1,0-1,5 кг/м² перепревшего навоза совместно с минеральными удобрениями: 10 г/м² азотных, 15 г/м² фосфорных, 10 г/м² калийных. Можно внести только навоз в дозе 3-4 кг/м² или только 10 г/м² азотных удобрений, 30 г/м² фосфорных, 20 г/м² калийных. При посеве с семенами в рядки вносят суперфосфат в дозе 3-4 г/м². Аммиачную селитру в дозе 10 г/м² вносят в виде подкормки. Посев производят под зиму за 7-10 дней до устойчивого похолодания или весной; возможен и летний посев в середине августа. Подзимний посев производят поверхностно, при летнем и весеннем на глубину 1-1.5 см. Междурядья 45 см. Расход семян 0.3-0,4 г/м²; при сильном засорении в фазе розетки обрабатывают гербицидами. Уборку цветочных корзинок за сезон производят 3-6 раз.

Распространено в диком виде от средней и южной части Евразии до Индии (Пенджаба) и Пакистана. В России произрастает в европейской части, на Кавказе, в Сибири. Встречается в Средней Азии, как заносное в США и Австралии.

Одно из самых древних лекарственных растений. Сведения о ромашке отражены в энциклопедии Плиния Старшего, изданной в 23-79 гг. нашей эры. Использовали ее в медицине еще в Древней Греции и Древнем Риме. Гиппократ и Диоскорид упоминали о целебных свойствах этого растения. В России известна в культуре с XVII века. В XVIII и XIX веках ромашка применялось лишь в косметике. Культивируется во многих регионах. Районированы сорта отечественной селекции: Подмосковная, Азулена и др.

Все органы отличаются сильным ароматическим запахом. Используют цветочные корзинки, содержащие эфирное масло (до 1,9 %), в котором свыше 40 компонентов, в т.ч. хамазулен (до 14 %); антемисовую кислоту; изовалериановую и другие органические кислоты; холин, терпены и сесквитерпены; лактоны; флавоноиды; кумарины (1,2 %); горечи; слизи; камеди; апиин; витамин С и каротин. Концентрирует медь, цинк, селен.

Лекарственные формы в виде настоя *(Infusum flores Chamomillae*), отвара *(Decocti flores Chamomillae)* применяют в качестве спазмолитического, противовоспалительного, антисептического и потогонного средства при спазмах кишечника, метеоризме, поносах. Препарат Ромазулан *(Romasulanum*), обладающий антисептическим и дезодорирующим действием, применяют при гингивитах, стоматитах, колитах, гастритах, дуоденитах, других расстройствах пищеварительного тракта, при дерматозах и трофических язвах. Цветки входят в состав комплексного препарата Камадол, усиливающего процессы регенерации при воспалительных заболеваниях кожи и слизистых оболочек; в стоматологии при воспалительных заболеваниях полости рта и парадонта; в гинекологии при кольпитах, эрозии шейки матки; противоспалительного препарата Ротокан *(Rotocanum*), а также ряда сборов: Арфазетин, применяемого при диабете; грудного сбора №4; желудочно-кишечного сбора *(Species gastroin testinales)*.

На Руси с древних времен известны следующие лекарственные формы из ромашки - цветочные корзинки (очищенные от цветоносов), входившие в состав сборов: ароматного для ванны – *Species aromaticae pro Balneo* , мягчительного – *Species emollientes*; из цветочных корзинок приготавливают спиртовую настойку – *Tinctura Chamomillae* , сироп – *Sirupus Chamomillae* , густой экстракт – *Extractum Chamomillae vulgaris* , жидкий экстракт – *Extractum fluidum Chamomillae vulgaris*. Простой перегонкой получали: воду ромашки – *Aqua Chamomillae* , эфирное масло ромашки - *Oleum Chamomillae*

aethereum, лимонно-ромашковое масло - *Oleum Chamomillae citratum* и скипидарно-ромашковое масло - *Oleum Chamomillae terebin- thinatum* [21].

Цветки применяются также в косметике.

По данным народных корреспондентов, рекомендовано при ангине полоскать горло настоем цветков ромашки, а еще лучше готовить сбор из 3-х частей ромашки и 2-х частей цветков липы; 20 г такого сбора заваривают стаканом кипятка, настаивают 20 минут и используют для полоскания. При болезнях почек и мочевого пузыря принимают по ⅓ стакана 3-4 раза в день до еды указанный теплый настой ромашки. Рекомендовалось ромашковыми спринцеваниями лечить бели. При подагре и ревматизме показано принимать ванны по 20 минут, вечером, перед сном (температура воды 38°С). При воспалении мышц (миозит), радикулите, люмбаго, ишалгии и невралгии в народе пользуются припарками из цветков ромашки и донника (1:1). Горячий настой ромашки принимают внутрь при простуде как жаропонижающее средство. Кроме того, настой используют при спазмах желудка и кишечной колике. Принимают его 3-4 раза в день по столовой ложке до еды. При болезни кишечника пользуются ромашковыми клизмами. Настой ромашки - известное средство и при мигрени. Пьют его по ⅓ стакана до еды. Принимают и горячий настой ромашки 3-4 раза в день или настойку (из 40 г цветков на 100 мл спирта или стакан водки) по 30 капель. Настоем ромашки лечат хронический язвенный колит, крепким настоем обрабатывают раны и язвы, примочками лечат синяки и ушибы. Принимают ромашковый настой как средство, успокаивающее нервную систему, лечащее флегмону, коньюктивит. Воспалительные заболевания кожи тоже лечат примочками и компрессами из ромашки. Во всех случаях цветки ромашки аптечной можно заменить цветками и травой ромашки безлепестковой, которая широко распространена как сорняк [146].

Цветки ромашки применяют в качестве укрепляющего желудок средства, для усиления пищеварения, при судорогах, коликах.

При упорном лихорадочном состоянии принимают цветки по 4,3 г 3 раза в день.

Лечат ромашкой и злокачественные гнойные раны. Сваренные в молоке и приложенные к больному месту цветки очень хорошо снимают боли и смягчают опухоли. При простудных заболеваниях (насморке, кашле) дают по чайной ложке через час настой цветков (30 г на 600 мл кипятка) после настаивания в закрытой посуде и процеживания.

В поэме Одо из Мена [120] указывалось:

“Тем, кто страдает желтухой, отвар помогает ромашки

Выпитый, и превосходно он печени лечит страданья;

Вместе с вином, сообщают, он плод недоношенный гонит.

Камни крушит в пузыре, очищает и регулы также,

… иль, если с вином выпивается часто растенье;

Колики так унимают, и вздутие гонят желудка“.

О последнем указывалось в Многоцелебном русском лечебном травнике… [110].

Цветки и трава ромашки использовались при коликах (судорогах, спазмах) в животе в виде настоя из 15 г цветков с 240 мл кипятка.

Имеются сведения, что ромашка аптечная оказывает успокаивающее (седативное) действие на нервную систему. Обладает она противовоспалительным, антисептическим, кровоостанавливающим, болеутоляющим, ветрогонным, потогонным, желчегонным, вяжущим, слабительным и противоаллергическим действием [109].

Ромашку применяют в качестве слабого мягчительного и отхаркивающего средства при заболеваниях органов дыхания. Она входит в состав некоторых лекарственных сборов, назначаемых при заболеваниях почек и мочевого пузыря, а также при кожных проявлениях диатеза.

Настои ромашки наружно применяют для примочек, спринцеваний, полосканий, припарок, компрессов и ванн, при ангинах и стоматите,

периодонтите, при экземе, фурункулах и ожогах. При болях в суставах и ушибах настой из ромашки применяют для горячих припарок.

Однако ромашку следует применять с определенными мерами предосторожности. Она противопоказана при беременности, а также лицам, склонным к поносам.

Настой цветков готовят из расчета 2-3 столовые ложки сырья на 2 стакана кипятка.

Для приготовления настоев и отваров для наружного употребления берут 4-6 столовых ложек сырья на 2 стакана кипятка.

Для припарок 3-4 ложки цветков заваривают крутым кипятком до образования густой, кашицеобразной массы. Горячую кашицу раскладывают на тонкую льняную тряпочку и прикладывают к больному месту на 20-40 минут.

Широко используется ромашка в косметологии.

Отваром ромашки споласкивают волосы после мытья, что придает им блеск и эластичность.

Ромашка, как противовоспалительное средство, снимает раздражение, смягчает и дезинфицирует кожу лица. Примочки с настоем цветков ромашки успокаивают усталые и покрасневшие веки, снимают воспаление и жжение при солнечных ожогах.

Приводим лишь некоторые косметические средства под названиями: Ромашка (экстракт ромашки) – стимулирует обменные процессы в коже, задерживает старение, снимает дряблость, придает коже здоровый, свежий вид; Людмила (эфирное масло ромашки и Витар – витамин F, обогащенный арахидоновой кислотой) – хорошее средство ухода за кожей лица, шеи, стимулирует обменные процессы в коже, тонизирует, смягчает, снимает увядание; Венус (экстракт ромашки, фитостерины, минеральные соли, тиамин) – имеет эпитализирующее, противовоспалительное действие, способствует регуляции водного баланса кожи, предохраняет от обезвоживания.

В гомеопатии также применяется ромашка. Назначают ее при неврозах, воспалительных заболеваниях верхних дыхательных путей, метеоризме, нарушении аппетита, при ночных страхах и диспепсии у детей.

РОМАШКА БАЛЬЗАМИЧЕСКАЯ

Pyrethum balsamita (L.) Willd.

Семейство астровые – *Asteraceae*

Встречается под названиями: поповник, кануфер благовонный, Афанасия, девятильник, рябинник, испанская ромашка, ромашник бальзамический.

Многолетнее травянистое растение высотой 30-120 см с ползучим корневищем, приподнимающимся ветвистым стеблем и цельными эллиптическими листьями. Верхние листья сидячие, нижние и средние черешковые. Все растение бело опушенное. Цветки трубчатые, собраны в корзинки диаметром 6-8 мм с белыми язычками. Завязь нижняя. Плод – семянка с 5-ю гранями.

Распространена на Кавказе на сухих склонах. Разводится в садах.

В надземной части содержится 0,12 % эфирного масла светло-желтого цвета с приятным мятным запахом.

В традиционной медицине в основном использовалась для приготовления ароматических сборов вместе с мятой и душицей, ванн, припарок и примочек к воспаленным местам [5]. При болях в животе делают отвар из цветков и листьев (столовая ложка сырья на стакан кипятка); пьют чашками. Этот же отвар используется как глистогонное и мочегонное средство, при лечении водянки. Делали настойку на вине из свежих листьев. Лечат и свежим соком – столовая ложка через каждые 2 часа. При судорогах пьют чай, приготовленный путем заваривания 15 г листьев на 1 литр воды [30,55]. Семена используют как глистогонное средство. Свежая трава – инсектицидное средство от блох, клопов, моли.

РОМАШКА БЕЗЪЯЗЫЧКОВАЯ

Matricaria discoidea DC.

Семейство астровые – *Asteraceae*

Встречается под названиями: ромашка пахучая, ромашка ромашковидная, ромашка зеленая, Романова трава, моргун, романец.

Однолетнее растение высотой до 35 см с утолщенным корневищем и многочисленными тонкими разветвлениями. Стебель прямой, ветвистый, голый или опушенный под корзинками; листья очередные, продолговатые, длиной до 6 см и шириной 2 см, дважды или трижды перисто-рассеченные. Соцветия щитковидные, на концах стеблей и ветвей. Цветки мелкие, трубчатые, желто-зеленого цвета, собраны в округлые корзинки до 15 мм в диаметре, с голым цветоложем (без лепестков). Плоды – мелкие продолговатые семянки бурого цвета.

Цветет в июле – сентябре; плоды созревают в августе – октябре. Размножается семенами.

Распространена в Западной и Южной Сибири, в европейской части России, на Кавказе и Дальнем Востоке, на Камчатке, Курилах, Сахалине, реже в Казахстане. Заносной вид, завезенный случайно из Америки. Широко распространенное сорное растение, образующее сплошные заросли близ жилья, на пустырях, полях и огородах, мусорных местах.

Используют цветочные корзинки в качестве заменителя сырья ромашки аптечной. Однако, в отличие от ромашки аптечной не содержит азулена. В корзинках содержится эфирное масло синего цвета (до 0,8 %), апиин, флавоноиды, салициловая кислота, глицериды жирных кислот, аскорбиновая кислота, каротин, горечи, лактоны, кумарины, слизи и камедь. Основная ценность в масле принадлежит хамазулену, хотя его там значительно меньше, чем в масле ромашки аптечной.

Лекарственные формы из соцветий ромашки применяют в медицине и ветеринарии как противовоспалительное, успокаивающее, вяжущее и ветрогонное, потогонное и дезинфицирующее средство.

Применяют их при спазмах желудка, метеоризме, воспалительных заболеваниях желудочно-кишечного тракта, задержке менструации, неврозах и простудных заболеваниях. Входит она в состав многих фиточаев. Настой из соцветий используют для полосканий, промываний, при воспалении десен и слизистой оболочки рта, при ушибах, ранах, язвах и нарывах.

В косметике используют для придания волосам соломенно-желтого и золотистого цвета.

РУТА ПАХУЧАЯ

Ruta graveolens L.

Семейство рутовые – *Rutaceae*

Полукустарник высотой 30-100 см с деревянистым, мочковатым корнем. Стебель одревесневший в нижней части, разветвленный, прямостоячий. Листья очередные, серовато-зеленые, слегка мясистые. Пластинки листа дважды или трижды перисто-рассеченные. Цветки правильные, зеленовато-желтые, на коротких цветоножках, собраны в щитковидную метелку. Плод – округлая 4-5 гнездная коробочка. В каждом гнезде 4-6 семян почти черного цвета.

Цветет в июне – июле; плоды созревают в августе – сентябре.

Происходит из Средиземноморья и Восточной Европы. В диком виде произрастает на Украине, в Южном Крыму на сухих каменистых и щебнистых склонах.

Используют все свежее растение, но лучше надземную часть, собранную перед началом цветения.

В листьях и верхушечных побегах содержится эфирное масло (до 1,2 %), в составе которого метил-пара-нонилкетон и метил-пара-гептилкетон. Кроме того, обнаружены рутин, фурокумарины (до 1 %), смола, алкалоид, яблочная кислота.

Растение ядовито, особенно в свежем виде. Требует осторожности в дозировке. Признаками отравления являются слюнотечение, опухание языка,

острое желудочно-кишечное расстройство, замедление пульса, затрудненное дыхание, понижение температуры тела, судороги и, наконец, смерть. В целях быстрого удаления яда из организма рекомендуется давать потогонные средства. Делать клизмы, принимать легкие возбуждающие средства.

В традиционной медицине рута использовалась при разных болезнях. В поэме Одо из Мена [120] указывалось:

“Очень полезна желудку, когда выпивается часто,
Плод изгоняет в питье и любовь обуздать в состоянье.
Ишиас лечит, суставы, а также больных лихорадкой,
Если ты примешь ее иль в оливковом масле зеленой
Сваришь и средством нагретым согреешь больного до дрожи.
Рутой зовут благородной; ведь зренье она проясняет.
С помощью руты, о муж, обретешь ты зоркость во взоре.
Страсть у мужчин умеряет она, - возбуждает у женщин.
Рута вареная всюду надежно от блох избавляет “.

Рута отличается особым запахом, острым, горьким вкусом. Из травы делают наливку (из 15 г сырья на 400 мл воды). которая обладает потогонным действием, способствует месячным. Принимают по рюмке каждые 2 часа. Листья руты используют в дозе 0,7-1,2 г или в виде настойки из двух щепоток на 400 мл вина или водки. При золотухе детям натощак дают съедать по 3-4 листка руты с хлебом до самого излечения. Полезно это растение при истерии, укрепляет оно желудок, сердце. Голову, заживляет внутренние раны, излечивает цингу, гонит глисты.

Для улучшения зрения и при прерывании месячных берут щепоть свежих листьев или 3,7 г истертых сухих листьев (порошок), настаивают и пьют 1 рюмку белого вина. Настойкой этой примачивают слабые глаза.

Делают настой из травы руты (15 г сырья на 400 мл воды) и полощут десны при нарывах [85].

В Словаре болезней (1859 г.) указывалось, что 15 г травы руты, собранной еще до цветения и залитой 400 мл горячей воды, употребляли внутрь вместо чая. Это средство превосходно “отворяет месячные крови“.

По данным итальянских специалистов:

“Рута, а с нею шалфей, опьянение винное гонят.

Розы добавишь цветок, - и утихнут любовные боли“.

Имеются данные, что рута входила в состав противоядия, которое в целях профилактики принимал Понтийский царь Митридат VI Евпатор в 121-64 гг. до н.э.:

“Листиков руты дважды по десять и соли крупинку

С парою грецких орехов и столько же смокв округленных;

Все это царь принимал с наступлением дня,

Запивая средство вином …смешанным также с водою… “.

Обычай смешивать вино с водой был широко распространен еще в Древней Греции. Соотношение вина к воде было 1:3 [145].

По данным традиционной медицины, трава руты имеет значительный диапазон фармакологической активности. Известна она была как общеукрепляющее, антиспазматическое, антисептическое, противосудорожное, кровоостанавливающее и антитоксическое средство.

Использовали ее при неврозах, атеросклерозе, климаксе. Рута эффективна при лечении астенического состояния, истерии, эпилепсии, головной боли.

Имеются сведения, что траву руты применяют при ревматизме, подагре, импотенции, для лечения близорукости и при ломкости кровеносных сосудов; при золотухе, рахите, а также при спастических болях в желудке и кишечнике.

В традиционной медицине свежий сок руты употребляли внутрь при укусах ядовитых насекомых и змей, а также при плохом зрении.

Растение широко применяется и наружно. Порошком травы руты засыпают нагноившиеся раны и язвы. Настоем руты промывают глаза при

коньюктивите. Свежие листья прикладывают к местам ушибов и кровоподтеков.

Однако, следует иметь в виду, что трава руты противопоказана при беременности.

Наружное применение руты иногда вызывает ожоги кожи.

В 1990 г. использовались следующие лекарственные формы: сушеные листья - *Folia Rutae* и приготовленный из них спиртовой экстракт - *Extractum Rutae spiritiosum spissum*, а также эфирное масло - *Oleum Rutae* [21].

В гомеопатии применяется рута при неврозах, ангиоспазмах и климактерических жалобах [89]. Лекарственные формы: *Ruta – Injeel (forte) (D4), D12, D30, D200.*

РЯБИНА ОБЫКНОВЕННАЯ

Sorbus aucuparia L.

Семейство розоцветные – *Rosaceae*

Листопадное дерево высотой до 20 м , реже кустарник с поверхностной корневой системой. Листья очередные, непарноперистые, продолговатые или продолговато-ланцетные. Цветки белые или розоватые, до 15 мм в диаметре, с неприятным запахом, собраны в густое щитковидное соцветие до 10 см в поперечнике. Плоды шаровидные, яблокообразные, ярко-красные или оранжево-красные, сочные, до 10 мм в диаметре. Семена красноватые, серповидно изогнутые, заостренные.

Цветет в мае – июне; плоды созревают в августе – сентябре, оставаясь на дереве до глубокой зимы.

Распространена в Евразии, в т.ч. в европейской части России, на Кавказе, на Украине (в Крыму). Встречается в подлеске смешанных и хвойных лесов, на вырубках, лесных опушках, среди зарослей кустарников, возле водоемов и даже в горах на каменистых склонах.

Рябина – одна из древнейших представительниц мира растений. Данные палеонтологии свидетельствуют, что она существовала в третичном периоде, а предки ее росли на земном шаре 80 миллионов лет назад.

Культивируется в Европе, в России в южных и юго-западных районах.

Используют зрелые плоды, содержащие витамины B_2, E, P и C (до 100 мг%), сорбиновую кислоту; β-каротин, β-каротин-эпоксид (20 мг%); криптоксантин; глюкозу (до 3,8 %), фруктозу (до 4,3 %), сахарозу (до 0,7 %); l-сорбозу, l-йодид; α-винную и лимонную кислоты; цианид хлорид; пектиновые и дубильные вещества (до 0,3 %); эфирное масло; флавоноиды кверцитрин, изокверцитрин; рутин и мератин; тритерпеновые кислоты (1,9 %); лигнаны; фитостерины. В семенах гликозид амигдалин и жирное масло (до 22 %). По содержанию каротина (до 20 мг%) плоды рябины превосходят ряд сортов моркови, а витамина С больше, чем в вишне, малине и яблоках. Кроме того, в плодах самое высокое содержание сорбита (до 25,3 %); солей железа в 3-4 раза больше, чем в яблоках; содержится в них и йод. Рябина богата и фитонцидами. Горечь плодам придает гликозид сорбиновой кислоты. При первых же заморозках гликозид разрушается и рябина становится слаще. При распаде гликозида в плодах повышается содержание сорбиновой кислоты – такие плоды можно хранить безо всякой обработки.

В официальной медицине нашего времени настой плодов или чай применяют в качестве профилактического и лечебного средства при авитаминозах (цинге).

Кроме того, из плодов готовят витаминный сироп, витаминный концентрат, консервированный с сахаром. В зимне-весенний период, когда не хватает в рационе витаминов, рекомендуем широко использовать высушенные и законсервированные плоды рябины.

В традиционной медицине плоды и цветки рябины применяют как потогонное и слабительное средство, а сок свежих плодов применяют при дизентерии. Водные отвары сухих плодов используют в качестве мочегонного и кровоостанавливающего средства.

Имеются сведения, что антибиотическим действием обладают в плодах такие химические соединения, как парасорбиновая кислота, эпикатехин и эпигаллокатехин.

Применяют плоды рябины при артериальной гипертензии, подагре, ревматизме, геморрое, дисменорее. Назначают рябину при болезнях почек и мочевого пузыря, почечно-каменной болезни, а также при гипацидных гастритах.

При вышеуказанных болезнях рекомендуют приготовить настой: 1 столовую ложку сушеных ягод настаивают с 1,5 стаканами кипятка, выпивают после процеживания в течение дня.

Плоды используют как в свежем, так и в засахаренном виде. Из них приготавливают вкусные желе, джемы, повидло, мармелад, варенье, готовят наливки и ликеры.

Собранные осенью плотные кисти нанизывают на нитки и подвешивают в прохладном сухом месте в сараях и на чердаках. Замерзшие ягоды хорошо сохраняются до самой весны. В быту мороженые ягоды измельчают на мясорубке и перемешивают с сахарной пудрой: на 1 часть плодов берут 2 части сахара. Добавляют эту “витаминную приправу “ к чаю, в компоты, в начинку пирогов, в печенье и другие кондитерские изделия.

Рекомендуем несколько рецептов для заготовки ценных витаминных продуктов. Перебранные, вымытые и пробланшированные плоды заливают горячим 65%-м сахарным сиропом, оставляют на 12-15 часов, затем варят до готовности.

Прежде чем использовать рябину, необходимо уменьшить горечь плодов путем их погружения на 3-5 минут в кипящий раствор поваренной соли (2,5-3 %). Если плоды собраны после мороза, то бланшируют их в растворе соли не более 2 минут. На 1 кг плодов берут 1,5 кг сахара. Вкусное варенье получается при приготовлении его из рябины вместе с бланшированными дольками яблок и груш. При этом на 1 кг смеси плодов берут 1,2-1,3 кг сахара. Варят варенье вышеуказанным способом.

Можно заготавливать рябину впрок и в протертом виде с сахаром в соотношении 1:1, затем поллитровые банки со смесью стерилизуют в воде при 95°С в течение 20 минут.

Наравне с плодами рябины обыкновенной можно использовать плоды рябины сибирской, встречающейся на северо-востоке европейской части России, в лесной и лесотундровой зоне и в горных лесах Сибири. К этой же категории следует отнести рябину гладкую и рябину Городкова. Они встречаются в тундровой и северной части таежной зоны на северо-западе европейской части России. Представляют также интерес плоды рябины амурской, рябины двухцветной, рябины камчатской, рябины бузинолистной, произрастающих в Приморье, Приамурье, на Камчатке, в Анадыре, на Командорских островах, Курилах, Сахалине вдоль побережья Охотского моря и Татарского пролива. Плоды их по своей ценности практически не уступают плодам рябины обыкновенной.

РЯБИНА ЧЕРНОПЛОДНАЯ

Aronia melanocarpa (Minchx.) Elliot

Семейство розоцветные – *Rosaceae*

Невысокий кустарник высотой 2-2,5 м с простыми обратно-яйцевидными блестящими листьями, по форме напоминающими листья вишни. Длина их до 8 см; к осени приобретают красный цвет. Цветки белые или розоватые, диаметром более 1 см, собраны по 10-35 в щитковидные соцветия. Плоды сочные, шарообразные, диаметром до 1,5 см, черного цвета с сизым налетом. Семена темно-коричневого цвета, морщинистые.

Цветет в мае – июне; плоды созревают в августе – сентябре.

В диком виде занимает обширные территории в восточной части Северной Америки. В начале XX века получила известность в нашей стране и широко культивируется в нечерноземной зоне европейской части, под Ленинградом, в Алтайском крае, на Сахалине, Урале, в Западной Сибири. Садоводы-любители выращивают аронию почти во всех районах России.

Используют ценные плоды аронии, содержащие сахара (6,2-10,8 %), в т.ч. инвертный сахар, фруктозу, сахарозу, яблочную кислоту (1,3 %), другие органические кислоты; пектиновые (0,75 %) и дубильные (0,35-0,6 %) вещества, каротин, витамины А, B_1, B_2, С, Е, Р (0,5 %), РР, соли бора, железа, йода, марганца, меди, молибдена, что и обусловливает их биологическую активность.

Ягоды рябины, протертые с сахаром (1 кг ягод на 1,5 кг сахара) принимают по 1 столовой ложке 3-5 раз в день [149].

Зрелые плоды рябины обладают слабительным и мочегонным действием. Традиционная медицина рекомендует при водянке и опухолях, отечности ног принимать сок из свежих ягод по 2 стакана с медом натощак (Словарь болезней, 1832 г.).

По данным народных корреспондентов [161], для лечения такого тяжелого заболевания, как склероз сосудов головного мозга, имеется простое народное средство: 200 г коры рябины кипятят на малом огне в течение 2 часов в 0.5 л воды. Принимают за полчаса до еды по 1 столовой ложке 3 раза в день. Положительное действие сказывается очень быстро.

Имеется также сообщение, что если массу из ягод рябины нанести на бородавку или геморройную шишку, то излечение наступит очень быстро.

Сироп из свежих плодов (1 кг плодов варят с 600 г сахара) применяли при ревматических болях, камнях в почках и мочевом пузыре; при дизентерии.

При гиповитаминозах брали 2 чайные ложки плодов, заливали 2 стаканами кипятка, нагревали в течение часа, добавляли сахар и пили в течение дня в 3-4 приема.

При заболеваниях почек, печени, желчного пузыря, при почечных коликах, солевом диатезе в народе использовали напар из 30-40 г ягод на литр воды. Принимали по 2-3 склянки ежедневно. Готовили его настаиванием в духовке в течение всей ночи. Утром нагревали напар на малом огне в течение 10-15 минут, затем охлаждали, процеживали.

Сок аронии черноплодной и витамин Р (порошок) прекрасное профилактическое и лечебное средство при гипо- и авитаминозе витамина Р, нарушении проницаемости сосудов, лучевой болезни, ревматизме, гипертонической болезни и других заболеваниях.

В традиционной медицине аронию используют при гипертонической болезни и атеросклерозе в качестве гипотензивного и укрепляющего средства.

При этом принимают настой из 2-4 столовых ложек сушеных плодов, которые настаивают в термосе с 2 стаканами кипятка. На следующий день настой принимают в 3 приема за 20-40 минут до еды.

Свежие плоды принимают по 100 г на прием или 50 г сока 3 раза в день за 30 минут до еды.

Ягоды, протертые с сахаром (1 кг ягод, 1,5 кг сахара) употребляют как варенье.

Плоды часто используются в быту в свежем виде, в пищевой промышленности для приготовления соков, варенья и других продуктов.

Арония является и пищевым красителем.

Следует иметь в виду, что плоды рябины черноплодной не рекомендуют употреблять при гиперацидных гастритах и язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, выраженной артериальной гипотензии [89].

В гомеопатии применяются: *Sorbus aucuparia Injeel (forte) (D3), D10, D30, D200.*

РЯБЧИК УССУРИЙСКИЙ

Fritillaria ussuriensis Maxim.

Семейство лилейные – *Liliaceae*

Многолетнее травянистое растение высотой до 60 см. Луковица около 1 см в диаметре. Стебель голый, тонкий, олиственный в верхней части.

Листья мутовчатые, часто парные, линейные, верхние листья на концах переходят в длинные закрученные усы. Цветки одиночные, на тонких цветоножках, наклоненные. Околоцветник колокольчатый, коричнево-фиолетовый, крапчатый, внутри пурпурный с лиловым дном и желтеющей верхушкой. Плод – трехгнездная коробочка, широко-обратнояйцевидная.

Цветет в мае; плоды созревают в сентябре - октябре.

Распространен только на Дальнем Востоке (Уссурийский край) на песчаных почвах, лугах, по речным долинам, в смешанных и приречных лесах, часто по берегам рек, среди ивняков.

В луковицах много алкалоидов, в траве сердечные гликозиды [10]. Одно время рябчик уссурийский был предметом экспорта в Китай, луковицы его высоко ценились. При выкопке следует помнить, что они очень хрупкие. Собирают их с 10-15 мая по 10-15 июня. Применяют в Китае при малокровии (анемии), туберкулезе, кашле и других простудных заболеваниях [87,144].

Целебные свойства присущи и другим видам рябчика. Например, рябчик мутовчатый применялся как противоревматическое средство, рябчик Северцова и рябчик русский – потогонное средство, рябчик желтый в горных районах применялся при лечении туберкулеза, рябчик Ольги использовался при лечении кожных болезней [1].

САБЕЛЬНИК БОЛОТНЫЙ

Comarum palustre L.

Семейство розоцветные – *Rosaceae*

Встречается под названиями: декоп, пятилистник, рябинник.

Многолетний полукустарничек высотой до 100 смс длинным ветвистым полегающим стеблем, укореняющимся в узлах. Нижние листья непарноперистые, с 2-3 парами боковых листочков длиной 1-10 см, верхние - тройчатые; листочки сидячие, острозубчатые, сверху зеленые, снизу сизоватые, часто волосистые. Соцветие рыхлое, малоцветковое, олиственное. Чашечка двойная, темно-пурпурная, при плоде разрастающаяся. Лепестки

мелкие, короче чашелистиков, яйцевидно-ланцетные, темно-пурпурные, снаружи часто волосистые. Плодики - сухие, многочисленные. голые семянки зеленовато-коричневого цвета.

Цветет с весны до конца лета; семена созревают в августе.

Распространен в Арктике в тундре, в европейской части, на Кавказе, во всех районах Западной и Восточной Сибири, в Приморье, на Камчатке, Курилах и Сахалине на заболоченных лугах и в лесах, по берегам разнообразных водоемов.

Используют надземную часть и корневище. Листья содержат дубильные вещества (до 12,5 %); аскорбиновую кислоту (431 мг%); каротин (19 мг%); фенолкарбоновые кислоты и их производные: n-кумаровая, синаповая, феруловая, эллаговая; флавоноиды – кемпферол и кверцетин. Трава содержит аскорбиновую кислоту (185 мг%); каротин (17,5 мг%); дубильные вещества (до 8,3 %); сапонины; флавоноиды; органические кислоты – изомасляную, изовалериановую; эфирное масло, в составе которого α-пинен, терпинеол, цитронеллаль, метилгептинон; немного слизей, камедей и смол. В стеблях дубильные вещества, флавоноиды (госсипитрин). Корневище содержит дубильные вещества (до 10 %); таниды; свободную галловую кислоту; катехин; флавоноид госсипитрин; эфирное масло; сапонины.

В традиционной медицине корневища сабельника применяются в виде отвара, настойки при ревматизме, остеохондрозе, желудочных болях, кровотечениях, расстройствах желудочно-кишечного тракта, заболеваниях печени. Отвар всего растения рекомендован при туберкулезе, тромбофлебите, желтухе, невралгических болях, холецистите. Им полощут горло при ангине. Применяют траву при нарушении обмена веществ, от укусов бешеных собак, при маточных кровотечениях. Свежесобранную измельченную траву прикладывают к гноящимся ранам.

По данным народных корреспондентов, сабельник оказался очень эффективным средством при отложении солей в суставах рук и ног. Даже у

больных, которые едва передвигались, не имели сил одеваться, испытывали сильнейшие боли от малейшего движения. Не помогало им и санаторное лечение, разные лекарства; наоборот, после процедур, лечения, больные чувствовали постоянное ухудшение. Стали пить 3 раза в день по рюмке настойку корневища сабельника, и очень быстро наступало полное улучшение здоровья.

Местное население на Крайнем Севере использует сабельник вместо чая. Возможно, он способствует тому, что жители, находясь всю жизнь в условиях сырости, сравнительно редко страдают от ревматизма [146].

Имеются сообщения, что спиртовая настойка из корневища сабельника служит в быту весьма популярным средством для растирания при радикулите. Полезно ее принимать и внутрь. Это растение издавна очень высоко ценится в народе на Руси и известно больше под названием “декоп “. Ценят сабельник болотный как средство для лечения подагры, радикулита, ишалгии, люмбаго и других невралгических заболеваний [146].

Лучше принимать траву сабельника, так как установлено, что корневища его для организма не совсем безопасны.

Из растения можно получать красную краску. Оно является медоносом и перганосом, кормовым растением для северных оленей, бобров, лосей.

САФЛОР КРАСИЛЬНЫЙ

Carthamnus tinctorius L.

Семейство астровые – *Asteraceae*

Встречается под названиями: желтяница трава, крокос, крокус, кржус, светлица, светлуша, светлуха, сафлор, шафлор, дикий шафран.

Однолетнее, в культуре иногда двулетнее, растение высотой 40-120 (130) см с тонким, веретеновидным корнем и прямым ветвистым стеблем беловато-желтого цвета, часто глянцевито-блестящим. Листья яйцевидно-продолговатые, сидячие, зубчатые или цельнокрайние, часто заканчиваются

шипами. Цветки ярко-желтые или оранжевые, реже белые. Корзинка цветка 1-4 см в диаметре. Плоды – семянки (от 20 до 100) длиной 6-8 мм, ребристые, обратно-яйцевидные, белого цвета, блестящие [141].

Сафлор возделывается в Средней Азии, частично в Закавказье. Свыше 3,5 тысяч лет назад был известен в Древнем Египте как красильное растение, а в Индии как масличное.

На юге России появился как огородное растение во второй половине XVIII века. В наше время выращивается на тысячах гектарах в Казахстане и других засушливых районах.

В семенах содержится полувысыхающее масло (до 37 %), не уступающего подсолнечному маслу. Состоит оно из глицеридов жирных кислот: линолевой (39-50 %), олеиновой (34-37 %), пальмитиновой (5-7 %), стеариновой (3-4 %) и следов линоленовой. В цветках два красящих вещества – гликозида: красный картамин и желтый сафлоргель.

В русских травниках сведения о сафлоре появились в конце XIX века. Рекомендовали использовать его цветки, собранные в период их увядания, в количестве 0,3 г на стакан воды, а также семена, настоянные на вине [1] в качестве слабительного средства . На Кавказе цветки применяли при болях в желудке. Настой или настойка цветков употреблялись после родов, при остановке менструального цикла [82]. Кроме того, в традиционной медицине на Руси это растение применяли при лечении водобоязни.

Масло используют для технических целей – приготовления красок, олифы, мыла, эмалей, линолеума.

СВОБОДНОЯГОДНИК КОЛЮЧИЙ

Eleutherococcus senticosus (Rupr. et Maxim.) Maxim.

Семейство аралиевые – *Araliaceae*

Известно под названиями: элеутерококк колючий, дикий перец, колючий перец, чертов куст. Если попробовать его плоды, то рот будет гореть как от перца.

Листопадный кустарник высотой до 3 м с сильно разветвленными горизонтальными корневищами и многочисленными придаточными корнями. Побеги прямые, усаженные многочисленными шипами. Листья пятипальчато-сложные, длиной до 12 см и шириной 7 см. Цветки бледно-фиолетовые; мужские – желтоватые, мелкие, собраны в шаровидные, рыхлые зонтики. Плоды – округлые костянки черного цвета до 10 мм в диаметре, с 5-ю косточками.

Цветет в июле – августе; плоды созревают в августе – сентябре. Корни собирают в сентябре или ранней весной.

Распространен в России на Дальнем Востоке, в Приморском и Хабаровском краях, в Амурской области и на юге Сахалина. Растет в долинах рек и на склонах гор в кедрово-широколиственных и тенистых влажных широколиственных лесах.

Размножается семенами, корневыми отпрысками, зелеными черенками, отводками, делением куста. Семена требуют стратификации, т.к. не всходят на первом году. Всходы у таких семян появляются со второго года. Стратификация семян происходит во влажном песке при 18°С в течение 3-4 месяцев, затем при 0-4°С, также в течение 3-4 месяцев. Посев семян производят в борозды на глубину 2-3 см. На легких почвах семена заделывают на глубину 3-4 см. Расход семян 3,5-4 г на погонный метр. Первое время сеянцы растут медленно. Сеянцы. Распикированные 10х10 или 15х15 см, только к концу 3-его года достигают 8-12 см. Наиболее эффективен способ вегетативного размножения отрезками корневищ длиной 12-15 см и диаметром 0,6-1,5 см. Размножают и зелеными летними черенками. При выращивании рассады в коллекционном питомнике размножения необходимо оберегать растения от прямых солнечных лучей. Ставят на год над рядками щитки, изготовленные из дранки, дощечек с просветом 2 см.

Двух-трехлетние сеянцы, саженцы, высаживают на постоянное место в аптекарском огороде в лунки 20х30 см, заправленные органо-минеральной смесью. В каждую лунку вносят 0,5-1,0 кг перепревшего навоза, торфокомпоста в смеси с 5 г нитроаммофоски. Уборку корней можно производить на 4-5 году, ежегодно отсекая часть корневищ осенью с маточных растений.

Лекарственные свойства известны с давних времен. Используют корневища и корни, содержащие гликозиды (элеутерозиды) A, B, B_1, C, D, E, F, G; полисахариды; жирное и эфирное масла (до 0,8 %); флавоноиды; смолы; пектиновые вещества; камедь; воск (до 1 %); каротиноиды (до 180 мг%); β-ситостерин, даукостерин, галактит и антоцианы; глюкозу; сахара; крахмал; микроэлементы. Концентрирует селен и стронций.

В официальной медицине используют Экстракт элеутерококка жидкий *(Extractum Eleutherococci fluidum)* и Эстракт элеутерококка сухой *(Extractum Eleutherococci siccum*), которые применяют в качестве тонизирующего средства, т.к. они обладают адаптогенными свойствами, повышают умственную работо-способность, усиливают остроту зрения и улучшают слух, показаны при атеросклерозе, астенических состояниях, гипотонии; стимулируют центральную нервную систему, активируют обмен веществ; применяются при нарушениях половой функции, при вегето-сосудистой дистонии. Входит в состав биологически активной добавки Виларин.

Имеются сведения, что экстракт элеутерококка снижает содержание сахара в крови (при диабете).

Корневища используют при производстве пива и безалкогольных тонизирующих напитков Бодрость и Элеутерококк. Применяют и в парфюмерии.

СЕДМИЧНИК ЕВРОПЕЙСКИЙ

Trientalis europaea L.

Семейство первоцветные – *Primulaceae*

Встречается под названиями: заячьи слезки, мокрица, вороньи очки, моковица, одинарник, седмячок обыкновенный, трилистник, троечница, царев лист.

Многолетнее травянистое растение высотой до 50 см с тонким корневищем 1,5-2 мм бурого цвета и многочисленными подземными длинными побегами с клубневидным утолщением на конце. Стебель прямой, тонкий с мелкими эллиптическими, тупыми листьями длиной до 1.5 см и шириной 0,8 см , в нижней части. Верхние листья крупные, длиной до 7 см и шириной до 2,5 см. Цветки одиночные, снежно-белого цвета на цветоножках длиной до 5 см. Плод – одногнездная коробочка до 3 мм в диаметре, вскрывающаяся пятью створками, с многочисленными семенами до 1 мм в диаметре.

Цветет в мае – августе; плоды созревают в августе – сентябре.

Распространен в Арктике, в европейской части России, в Западной и Восточной Сибири, на Дальнем Востоке. Встречается в смешанных, иногда березовых лесах, чаще в темнохвойных лесах.

В листьях, особенно в период цветения, содержится много витамина С, сапонины.

В традиционной медицине используют надземную часть в фазе цветения в качестве противомалярийного средства.

Используют надземную и подземную часть как ранозаживляющее, потогонное, противовоспалительное средство. лекарственные формы показаны при болезнях кожи. При новообразованиях, олухолях, при астении, болезнях нервной системы.

Водный настой готовят в день приема. Берут 14 стеблей с листьями, измельчают, кладут в кастрюлю, заливают ¾ стакана крутого кипятка, томят 10-15 минут, не доводя до кипения. Процеживают и пьют за 1,5-2 часа до приступа 1 стакан, 2-ой и 3-й через 12 часов один после другого.

СЕКУРИНЕГА ПОЛУКУСТАРНИКОВАЯ

Securinega suffruticosa (Pall.) Rehd.

Семейство молочайные – *Euphorbiaceae*

Встречается под названием секуринега ветвецветная.

Раскидистый кустарник высотой до 3 м. Побеги тонкие, прямые, многочисленные. Листья очередные, короткочерешковые, эллиптические, длиной до 7 см и шириной до 3,5 см. Цветки мелкие, пазушные, зеленовато-желтые или зеленые, длиной до 2 см. Плоды – трехгнездные шестисемянные коробочки. Семена тупотрехгранные, длиной до 2 мм с тонкой кожурой.

Цветет в июне – июле; плоды созревают в сентябре – октябре.

Размножается семенами, путем посева рядовым (с междурядьями 60-70 см) или квадратно-гнездовым (60х60,70х70 см) способом на глубину 1,5-3 см. Норма высева семян 7-10 кг/га при рядовом и 2,5-3,5 кг/га при квадратно-гнездовомм посеве. Урожайность олиственных побегов 2 т/га.

Распространена в Северо-Восточном Китае и Северной Корее. В России встречается в Восточной Сибири и на Дальнем Востоке (Приморский и Хабаровский край, Амурская область).

Используют олиственные неодревесневшие побеги, содержащие алкалоиды в листьях (до 0,8 %), в верхушках стеблей (до 0,19 %). В стеблях содержатся дубильные вещества; аминокислоты (аргинин, глутамин, аланин, пролин и др.). Наибольшее значение имеет алкалоид секуренин (до 0,4 % в листьях). Из других алкалоидов: суффрутикодин, суффрутиконин, дегидросекуринин, филактидин, аллосекуринин (0,42 %), филохризин. В листьях содержатся алкалоиды (до 0,8 %); органические кислоты (10,36 %); смолы (12,36 %); секуринолы A,B,C; дубильные вещества (до 7,59 %); флавоноид рутин. В молодых побегах содержатся макроэлементы (мг/г): калий – 20,5, кальций – 9,7, магний – 2,7. железо – 0,06 и микроэлементы – марганец, медь, цинк, молибден, хром, алюминий, барий, ванадий, стронций, свинец, бор. Являются концентраторами никеля и селена [96].

Препарат Секуренина нитрат *(Securinini nitras*) применяют в качестве тонизирующего средства при астенических состояниях, неврастении с быстрой утомляемостью, при ослаблении сердечной деятельности, при парезах и вялых параличах, в т.ч. после перенесенного полиомиелита, при половом бессилии на почве функциональных нервных расстройств [156].

У больных стрингомиелией отмечается уменьшение трофических расстройств и сужение области нарушений чувствительности. У гипотоников повышается артериальное давление, улучшается общее самочувствие, появляется бодрость, уменьшается головная боль.

Противопоказания: гипертоническая болезнь, стенокардия, атеросклероз, бронхиальная астма, гепатиты, нефрит, беременность.

СИНЮХА ГОЛУБАЯ

Polemonium coeruleum L.

Семейство синюховые – *Polemoniaceae*

Встречается под названиями: синюха лазоревая, синюха лазурная, валериана греческая, зверобой синий, синюшник, двусил и др.

Многолетнее травянистое растение высотой до 150 см с толстым (до 3 см), горизонтальным, коротким (до 5 см) корневищем и многочисленными тонкими, мочковатыми корнями. Стебли одиночные, прямостоячие, ветвистые в верхней части. Листья очередные, черешковые, непарноперистые. Цветки голубые, до 18 мм длиной и до 30 мм в диаметре, собраны в конечные, метельчатые соцветия. Плоды – трехгнездные, почти шаровидные, коробочки с многочисленными семенами темно-коричневого или черного цвета длиной до 3,2 мм и шириной до 0,9 мм. На первом году жизни развивает розетку прикорневых листьев.

Цветет со второго года в июне – июле; плоды созревают в августе – сентябре. Корни заготавливают в конце второго года, их отмывают, сушат на

стеллажах слоем 8-10 см. досушивают при температуре 45-50°С. Срок хранения сырья 2 года.

Размножается семенами, путем посева на глубину 1-3 см. Норма высева при весеннем посеве 8-10 кг/га, при подзимнем 10-12 кг/га; ширина междурядий 45-60 см. Урожайность корней 0,5-0,8 т/га.

Распространена на севере и западе Европы. В России в европейской части, в Западной и Восточной Сибири. Типичные местообитания – берега рек, сырые луга, заросли кустарников в долинах рек. Культивируется в Сибири и в европейской части.

Используют корневища с корнями, содержащие тритерпеновые сапонины (до 30 %); смолы (до 1,28 %); органические кислоты; жирное и эфирное масла. В корневищах с корнями содержатся макроэлементы (мг/г): калий – 21,0, кальций – 12,2, магний – 3,6, железо – 3,52. Являются концентраторами микроэлементов: цинка, кадмия, серебра, алюминия, бария [156].

В официальной медицине лекарственные формы из корневищ с корнями в виде отваров и настоев применяют в качестве отхаркивающего средства при острых и хронических бронхитах; как успокаивающее и болеутоляющее средство при язвенной болезни желудка (вместе с настоем сушеницы болотной). Препараты синюхи снижают двигательную активность, рефлекторную возбудимость; у больных туберкулезом не отмечается кровохарканье (повышается свертываемость крови). В комбинации с сушеницей топяной оказывает хороший эффект при лечении язвы желудка и двенадцатиперстной кишки.

В традиционной медицине корни, корневища и трава используются как успокаивающее средство при бессоннице, эпилепсии, испуге и при заболеваниях дыхательных путей. Для этого 3-5 г измельченных корневищ с корнями заливают стаканом кипятка, кипятят 20-30 минут, дают остыть и после процеживания принимают по 1 столовой ложке 3-5 раз в день после еды. Отвар травы рекомендуют при дизентерии.

Имеются сведения, что синюха способна снижать артериальное давление, способствует нормализации обмена веществ.

По своему успокаивающему действию синюха в 8-10 раз превосходит валериану.

В ветеринарии применяют ее в виде отвара (1:20), экстракта, каш, пилюль. Дают животным при заболеваниях верхних дыхательных путей, острых и хронических бронхитах, бронхопневмонии и в качестве спазмолитического и успокаивающего средства при коликах. Разовая доза для лошадей 10-20 г, овец и свиней 3-5 г, собак 1-2 г.

Кроме целебных свойств, синюха является прекрасным медоносом. Отличается и декоративными свойствами, благодаря ярким, очень красивым цветоносам с цветками.

СИРЕНИЯ СЕДАЯ

Syrenia cana (Pill. et Mitt.) Neilr.

Семейство капустные – *Brassicaceae*

Встречается под названием сирения узколистная.

Двулетнее сероватое травянистое растение высотой 30-80 см. Корень стержневой, маловетвистый. Стебли одиночные, ветвистые, с косо направленными ветвями. Листья очередные, узкие, линейные, длиной 2-7 (до 10 см); верхние сидячие, цельнокрайние; верхние черешковые, неясно-мелкозубчатые. Соцветие – кисть, сильно удлиняющаяся при плодоношении. Венчик четырехлепестный; лепестки 18-22 мм длиной, желтые, с округлым отгибом. Плоды – прижатые кверху, линейные или продолговатые, несколько сплюснутые, четырехгранные стручки, длиной 15-20 мм. Семена красновато-коричневые, четырехугольные, длиной около 1 мм.

Цветет в мае – августе; плоды созревают в июле – сентябре. Размножается семенами.

Распространена в России в лесостепной и степной зонах европейской части. Растет по песчаным берегам рек, на морском побережье, а также на степных склонах.

Используется надземная часть растения, содержащая сердечные гликозиды строфантиноподобного действия: в семенах (около 1 %), в сухой траве (0,04-0,06 %) и в сухих листьях около (0,1 %). Из травы выделен сердечный гликозид сирениотоксин. В семенахъ карденолиды (до 1 %); флавоноиды; жирные кислоты; жирное масло (до 30 %).

Препараты Корглисан и Сиренид обладают строфантино-подобным действием на сердце. Препарат Сиренид (водный раствор гликозидов) из другого вида – сирении стручковой, эффективен при недостаточности кровообращения у больных с поражением сердца и хронических заболеваниях сердечной мышцы. Коммулятивное действие Сиренида выражено слабо.

СИРЕНЬ ОБЫКНОВЕННАЯ

Syringa vulgaris L.

Семейство маслинные – *Oleaceae*

Встречается под названиями: сирень, синель, бузок.

Листопадный кустарник высотой 2-5 (10) м. Годичные веточки желтоватые или серовато-желтоватые. Листья овальные, при основании полусердцевидные или вытянутые, вверху заостренные, длиной 5-10 см и шириной 2-6 см, гладкие, черешковые (до 2 см). Цветки лиловые, белые или голубоватые, красные, собраны в соцветие кисть. Плод длиной 1-1,5 см и 0,5 см в диаметре, гладкий, блестящий, бурого цвета.

Цветет в начале мая-июне; плоды созревают в августе – сентябре.

Распространена на Дальнем Востоке, в Крыму и в Карпатах, образуя иногда заросли; поднимается до высоты 1200 м н.у.м. культивируется повсеместно как декоративный кустарник.

В листьях, бутонах, зрелых плодах содержатся манит, сирингопикрин, воск, сирингин; в коре гликозид сирингин (много его в начале года); в полуспелых плодах – манит, пектин, сирингин; в цветках – эфирное масло. Кроме того, в листьях накапливается витамина С (от 39 до 77 мг%).

Сирень обыкновенная – ядовитое растение. Требуется осторожное применение ее лекарственных форм [10].

В традиционной медицине на Руси применяли экстракты листьев, зеленых плодов. Они в свое время заменяли противомалярийные препараты. Оказывали тонизирующее действие на матку. Цветки употребляли в виде настоя .

В тамбовской губернии чай из сухих цветков смешивали с липовым чаем и употребляли при перемежающейся лихорадке [59].

По другим источникам, применяют листья и цветки сирени при лихорадочных заболеваниях в качестве потогонного и противо-воспалительного средства при гриппе и малярии. Считалось, что чай из цветков сирени помогает при эпилепсии, если его принимать в течение нескольких лет.

Почки сирени, собранные ранней весной во время набухания, применяются при лечении сахарного диабета. Лекарственные формы из сирени способствуют отхождению песка и камней при мочекаменной болезни.

Противопоказания не отмечались. Для приготовления суточной дозы брали 2-3 столовые ложки цветков, листьев или почек, настаивали в 0,5 л кипятка в течение 6 часов [89].

По данным народных корреспондентов [116], сахарный диабет лечили настоем почек сирени, собранных весной при набухании, высушенных в тени. Заваривали 1 столовую ложку в 1 л кипятка и принимали по 1 столовой ложке 3 раза в день до еды.

При закупорке вен и невыносимых болях, ноги парили в горячей воде и обкладывали свежим, мятым листом сирени, что приносило больным

быстрое облегчение. Многие пользовались припарками из свежих листьев или крепким отваром листьев сирени при различных ранения,. язвах, лечились от волоса. Другие готовили стружку из молодых веточек сирени и клали на раны. Результат во всех случаях был очень хороший. Многие цветками сирени с успехом лечили мочекаменную болезнь, а водочным настоем цветков (1 стакан цветков на 0,5 л водки) широко пользовались при ревматизме для примочек, компрессов – при ушибах и ранах.

Чай из листьев сирени, собранных во время цветения, оказывал хороший лечебный эффект при бронхиальной астме.

Согласно другим источникам [23], для лечения суставного ревматизма и полиартрита применяли мазь из соцветий и листьев сирени на сливочном масле в соотношении 1:1. Свежие листья прикладывали ко лбу при мигрени.

Настой из цветков применяли при бронхите, пневмонии, катаре верхних дыхательных путей. Готовили его следующим образом: брали 1 столовую ложку цветков, заливали стаканом крутого кипятка, настаивали в течение часа, процеживали и принимали по 1 столовой ложке 3-4 раза в день [23].

СКОПОЛИЯ КАРНИОЛИЙСКАЯ

Scopolia carniolica Jacq.

Семейство пасленовые – *Solanaceae*

Встречается под названиями: скополия кавказская, мандрагон, мандрагора.

Многолетнее травянистое растение высотой до 80 см с толстым горизонтальным корневищем и мощными ветвистыми корнями, несущими тонкие боковые корни. Стебли прямостоячие, светло-зеленые, у основания часто фиолетовые. Листья очередные; нижние – сидячие, чешуевидные; средние и верхние стеблевые листья – черешковые, яйцевидно-продолговатые, на верхушке заостренные, длиной до 15 см, черешки листьев крылатые, длиной до 2 см. Цветки длиной до 3,5 см, на длинных

цветоножках. Венчик буровато-красный, фиолетовый, редко желто-зеленый, иногда с фиолетовым краем. Плоды – многосемянные коробочки, открывающиеся крышечкой, до 1 см в диаметре. Семена почковидные, желтовато-бурые, длиной до 4 мм.

Цветет в апреле – мае; плоды созревают в конце июня. В июле надземные органы полностью отмирают. Размножается семенами, посевом на глубину 2-3 см; вегетативно - отрезками корневищ.

Распространена в Средней и Южной Европе, в горных районах Австрии, Венгрии, Румынии, в Польше, на Северном Кавказе и в Западном Закавказье, в Карпатах и Закарпатье.

Используют корневища с корнями, содержащие алкалоиды тропанового ряда (до 1,0 %), из них главные гиосциамин (до 0,4 %) и скополамин (до 0,04 %); кумарин скополетин. В корневищах с корнями содержатся макроэлементы (мг/г): калий – 19,5, кальций – 9,8, магний – 4,1, железо – 0,6; являются концентраторами микроэлементов: молибдена и селена и макроэлемента железа [96].

Препарат Скополамина гидробромид *(Scopolamini hydrobromidum*) можно использовать в психиатрии как успокаивающее средство при паркинсонизме, морской болезни, при подготовке к наркозу, в офтальмологии при иритах, иридоциклитах и для расширения зрачка (вместо атропина).

Противопоказания: не назначают детям до 6 лет и с очень большой осторожностью применяют в гериатрии.

Препарат Аэрон применяют при профилактике и лечении морской и воздушной болезни, для уменьшения слюноотделения при операциях верхних дыхательных путей, для предотвращения и купирования приступов болезни Меньера. Применение Аэрона может сопровождаться жаждой, сухостью во рту и горле, нельзя назначать его больным глаукомой.

СКУМПИЯ КОЖЕВЕННАЯ

Cotinus coggygria Scop

Семейство сумаховые – *Anacardiaceae*

Встречается под названиями: скумпия коггигрия, желтинник, скумпия обыкновенная.

Листопадный ветвистый кустарник высотой до 5 м, реже деревце высотой до 5 м. Побеги зеленые, реже красноватые. Листья крупные, до 10 см длиной, кожистые. Цветки желтовато-белые или зеленоватые, мелкие (до 3 см в диаметре), собраны в раскидистые метелки длиной до 20 см. Плоды – небольшие костянки, длиной до 5 мм и шириной до 2 мм, чернеющие при созревании.

Цветет в мае – июне (иногда по 2-4 раза за вегетационный сезон); плоды созревают в июне – сентябре. Размножается семенами и вегетативно (отводками, зелеными черенками, пневой поросльюю).

Произрастает в Средней Европе, Молдавии, Иране, Афганистане. Распространена в России на юге европейской части, на Кавказе и в Закавказье. Предпочитает хорошо освещенные каменистые склон

Цветет в мае – июне (иногда по 2-4 раза за вегетационный сезон); плоды созревают в июне – сентябре. Размножается семенами и вегетативно (отводками, зелеными черенками, пневой поросльюю).

Произрастает в Средней Европе, Молдавии, Иране, Афганистане. Распространена в России на юге европейской части, на Кавказе и в Закавказье. Предпочитает хорошо освещенные каменистые склоны на высоте до 1500 м н.у.м.

Используют листья, содержащие большое количество дубильных веществ (до 25 %); флавоноиды мирцитрин и фустин; галловую кислоту; эфирное масло (до 0,2 %) в составе которого камфен (до 9 %), линалоол, α-терпенеол, α-пинен, мирцен; витамин Е (5,62 %), каротин (0,32 мг%); в стеблях – флавоноид физетин, большое количество макро- и микроэлементов.

Листья скумпии – источник высококачественного медицинского танина и галловой кислоты. Препараты Танин *(Tanninum),* Танальбин (*Tannalbinum)* применяют в качестве вяжущих и противовоспалительных средств при заболеваниях полости рта, носа, гортани (полоскания); при ожогах, язвах, трещинах, пролежнях; при катаре желудка, отравлении солями тяжелых металлов, алкалоидами. Сырье скумпии входит в состав антисептического средства Жидкость Новикова *(Liquor Novicovi*). Таблетки Тансал (*Tansalum*) применяют при воспалительных заболеваниях кишечника и в качестве дезинфицирующего средства. Препарат Флакумин *(Flacuminum),* содержащий сумму флавоноидных агликонов из листьев, применяют в качестве желчегонного средства, особенно при дискинезии желчевыводящих путей.

СЛИВА ОБЫКНОВЕННАЯ

Prunus domestica L.

Семейство розоцветные – *Rosaceae*

Встречается под названием слива домашняя.

Листопадное дерево высотой до 12 м, реже крупный кустарник со стержневой корневой системой. Ветви округлые, иногда с колючками. Листья эллиптические, длиной до 10 см и шириной 6 см, зубчатые по краю. Цветки белые, до 2,5 см в диаметре, одиночные, реже в пучках. Плоды – костянки разной формы, от почти шарообразных до удлиненных и яйцевидных, до 7 см длиной и 4 см в диаметре; имеют разнообразную окраску.

Цветет в апреле – мае; плоды созревают с июля до октября.

Размножается семенами, но преимущественно вегетативно (прививками, отводками, делением куста, зелеными черенками). Площадь питания саженцев от 5х4 до 8х4 м. Урожайность плодов до 7 т/га.

Является естественным гибридом алычи с терном, возникшим на Кавказе и оттуда распространившимся в другие районы и страны.

Используют плоды, содержащие сахара (до 17 %); яблочную и лимонную кислоты (до 3 %); дубильные вещества (до 1 %); каротин; пектины (до 1 %); витамины А, С, Р. В семенах жирное масло (до 42 %).

В официальной медицине плоды входят в состав препарата Кафиол, применяемого в качестве слабительного средства.

В традиционной медицине рекомендуют широко использовать сушеные плоды (чернослив), усиливающие перистальтику кишечника. Настои и компоты из чернослива прекрасное легкое слабительное средство. Можно также на ночь принять 10-20 шт. чернослива. Кроме того, он способствует выведению из организма холестерина, поэтому его рекомендуют при атеросклерозе и заболеваниях желчного пузыря. Находящиеся в нем соли калия, выводят из организма воду и поваренную соль, поэтому чернослив показан и при гипертонии.

Плоды сливы рекомендуют при лечении желудочно-кишечных, почечных заболеваний, при ревматизме и подагре. Отваром листьев в уксусе смазывают застарелые и нагноившиеся раны, что способствует их более быстрому заживлению. Свежие или распаренные сухие листья прикладывают к ранам и язвам (Скляревский).

СМОКОВНИЦА ОБЫКНОВЕННАЯ

Ficus carica L.

Семейство тутовые – *Moraceae*

Встречается под названиями: инжир, фига, винная ягода, фиговое дерево, смоква. В переводе с китайского название означает “плоды без цветков “.

Листопадный кустарник или небольшое дерево со светло-серой корой, высотой до 15 м , с разветвленной корневой системой. Листья очередные, крупные, длиной до 15 см и шириной до 12 см, трех-семи лопастные, реже цельные, с длинными черешками. Цветки расположены внутри оригинального мясистого соцветия грушевидной формы до 8 см длиной и 5

см в диаметре, с отверстием на верхушке. Опыляется мелкими осами (бластофагами). Плоды – орешки, погруженные в ткань разросшихся соплодий.

Цветет смоковница 2-3 раза в год: в апреле – мае, июне – июле и в августе; плоды созревают в августе – сентябре. Размножается в основном вегетативно – черенками на грядах питомника размножения. Затем саженцы высаживают на постоянное место с площадью питания 6х4, 8х8, 5х4, 3х3 м. на каждые 100 женских особей (саженцев) высаживается 5-6 мужских.

Фиговое дерево считалось “божественным “. В Коране упоминалось об “аллахе, клянущемся на смоковнице“. Даже индуистский бог Кришна говорил: “Я есть дух, начало и конец творения. Я – фиговое дерево“.

Смоковница известна много веков. В Древней Элладе с IX века до н.э. Важнейшая культура в Древнем Египте.

Родина – Малая Азия. Распространена в Европе (Средиземноморье) и на Ближнем Востоке, в Средней Азии. В России встречается в европейской части (в Крыму и на Кавказе). Культивируют сорта во многих странах, в т.ч. и в южных районах России. Выведено свыше 600 сортов смоковницы. В Крым и на Кавказ была завезена генуэзцами.

Используют плоды, содержащие в сухом виде сахара (до 75 %); пектиновые вещества (5-6 %); органические кислоты (до 1 %, лимонную, щавелевую, малоновую, янтарную, яблочную, фумаровую, хинную, шакимовую); тритерпеновые сапонины; витамины С, B_1, B_2, А, Е, РР; калий (1160 мг%), кальций (227 мг%), магний (117 мг%), фосфор (263 мг%), железо (46 мг%). В листьях – фурокумарины; органические кислоты (валериановая, изовалериановая); эфирное масло; тритерпеноиды; стероиды (стигмастерин, ситостерин, фикусогенин); дубильные вещества (до 2 %); кумарины (псорален до 0,87 %; бергаптен до 0,59 %); флавоноиды (рутин до 0,1 %). В коре ветвей алкалоиды (до 0,2 %); сапонины. В семенах жирное масло (34 %).

В официальной медицине плоды смоковницы входят в состав препарата Кафиол *(Kaphiolum)*, обладающего слабительным действием.

Препарат из листьев Псоберан *(Psoberanum)* – фотосенсибилизирующее средство; разрешен к применению для лечения витилиго и гнездной плешивости.

В многоцелебном русском лечебном травнике (1867 г.) указывалось о применении смоковницы при простудных заболеваниях, кашле. принимали отвар из плодов (30 г плодов винной ягоды с 240 мл воды). Лучше отвар делать на молоке.

Целебные свойства смоковницы отмечались еще во времена Авиценны. Он считал обязательным для употребления плоды этого растения для пожилых и ослабленных людей. Присутствие в плодах фицина способствует профилактике тромбозов, а наличие большого количества сахаров и калия обусловливает эффективность их при сердечно-сосудистых заболеваниях.

Водный отвар рекомендовали для полосканий при ангине, сухом кашле, охриплости. Рекомендовали его при бронхите и трахеите. Использовали отвар также при заболеваниях почек и мочевыводящих путей. Назначают его по 0,5 стакана 2-4 раза в день. Показана смоковница и при лечении анемии. Имеются данные, что разваренные в молоке плоды инжира ускоряют созревание нарывов при наружном применении.

Применяли смоковницу и при лечении гастритов, хронических запоров, для улучшения состава крови. Отвар плодов и варенье обладают потогонным и жаропонижающим действием.

Смоква – ценное пищевкусовое растение. Употребляют высококалорийные плоды в свежем и сушеном виде, в виде пастилы, варенья, для изготовления конфет и пряников. Энзим латекса применяют для сквашивания молока. Поджаренные плоды являются суррогатом кофе. Плотная древесина пригодна для мелких токарных изделий.

СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ

Ribes nigrum L.

Семейство крыжовниковые – *Grossulariaceae*

Листопадный кустарник высотой до 2,5 м с развитой поверхностной корневой системой и желтовато-серыми побегами. Стебли прямостоячие, ветвистые. Листья очередные, черешковые, 3-5-лопастные, по краю крупнозубчатые. Цветки до 9 мм в диаметре, лиловато- или розовато-серые, собраны в соцветия – поникающие кисти длиной до 8 см. Плод – многосемянная, округлая, до 1 см в диаметре ягода черного или темно-фиолетового цвета со специфическим душистым запахом. Семена мелкие, черного цвета.

Цветет в мае – июне; плоды созревают в июле – августе.

Распространена в диком виде в европейской части России, по всему Уралу, в Западной и Восточной Сибири (до Байкала), в Саянах, на севере Казахстана. Широко культивируется во многих районах России. Создано много сортов отечественной селекции.

Используют плоды, содержащие витамины: С (до 4000 мг%), Р, B_1, А; сахара (до 17 %); органические кислоты (до 4,5 %), в т.ч. яблочную, лимонную, винную; дубильные вещества (до 0,9 %), фенолкарбоновые кислоты и их производные: кофейную, хлорогеновую, n-кумаровую, о-кумаровую, неохлорогеновую, протокатехиновую, хинную; пектиновые вещества (до 1 %); эфирное масло (до 0,1 %); катехины, микроэлементы. В листьях перед листопадом содержится аскорбиновая кислота (мг/100 г) 310-480 , в почках 150-170, в бутонах 360-450, в цветках 240-270. в листьях содержатся фитонциды, магний, марганец, сера, серебро, медь, эфирное масло. Концентрирует цинк, молибден, селен [96].

В XV, XVI веках впервые появились сведения об этом ценном растении в травниках (в 1484 году в городе Майнице на Рейне вышел в свет Травник), и поныне смородина значится в фармакопеях многих стран.

Плоды черной смородины в виде настоя применяют в качестве поливитаминного средства для профилактики и лечения авитаминозов и гиповитаминозов, при гипохромной анемии, атеросклерозе, парадонтозе. По содержанию витамина С плоды ее превосходят практически все

отечественные ягодные и плодовые культуры (15-20 ягод достаточно для обеспечения суточной потребности в аскорбиновой кислоте).

Сиропы из плодов смородины используют для улучшения вкуса лекарственных форм.

Плоды черной смородины входят в состав витаминных сборов.

Обычно 1 столовую ложку плодов заваривали в стакане кипящей воды и принимали по 0,5-1 стакану несколько раз в день.

Готовили отвар из 20 г плодов на 200 мл воды. Принимали его по 1 столовой ложке 3 раза в день.

Ягоды черной смородины рекомендуют при заболеваниях кроветворной системы, кровоизлияниях, язвах, отеках. Показаны они и при заболеваниях почек, мочевого пузыря, печени, желчных путей, органов дыхания.

В традиционной медицине на Руси листья и плоды смородины назначали при лечении ревматизма, хронических кожных болезней, золотухи, подагры, туберкулеза лимфатических желез, болезнях желудка, кишечника, печени и почек.

Для этого готовили настой из 2-3 столовых ложек листьев, которые настаивали с 2-мя стаканами кипятка (суточная доза).

Плоды черной смородины обладают мочегонным действием. Листья заваривают вместо чая от золотухи и разных сыпей. Плоды помогают при кровяном поносе. Желе из плодов долго держат во рту при лечении горла от простуды. Также используют желе из смородины красной.

При кровавом поносе употребляли листья со стебельками черной смородины вместо чая [110].

Плоды смородины очень широко применяются в быту, в пищевой и кондитерской промышленности. Употребляют их в свежем виде, для получения киселей, соков, морса, варенья, желе, джема, повидла, начинки для конфет. Листья в свежем и сушеном виде содержат витамины и являются

пряностью при квашении капусты, солении огурцов, помидоров, при консервировании фруктов.

СОЛОДКА ГОЛАЯ

Glycyrrhiza glabra L.

Семейство мотыльковые – *Fabaceae*

Известно под названиями: солодковый корень, солодка железистая, лакричник.

Многолетнее травянистое растение высотой до 2 м с развитой корневой системой, состоящей из короткого толстого корневища и вертикального главного корня толщиной до 10 см, проникающего на глубину до 8 м. Стебли прямостоячие, моловетвистые. Листья непарноперистые, длиной до 20 см с 3-8 парами листочков длиной до 4 см и шириной до 2,5 см. Цветки беловато-фиолетовые, длиной до 13 мм, собраны в негустые пазушные кисти. Цветоносы до 7 см длиной и 6 мм шириной. Семена почковидные, блестящие, длиной до 3,5 мм.

Цветет в мае – августе; плоды созревают в июле – сентябре. Корни можно заготавливать в течение всего года. Срок хранения их 10 лет.

Распространена в степных и полупустынных зонах Средней Азии, в Туркменистане, Казахстане. В России – в Южной Сибири, на Дальнем Востоке, на Северном Кавказе, в Нижнем Поволжье. Встречается в Крыму, в Азербайджане и в Грузии. Обширные заросли выявлены по долинам рек Амударьи, Сырдарьи и Урала.

Растение введено в культуру. Размножается семенами и вегетативно (отрезками корневищ длиной 20-25 см с тремя почками возобновления). Посев семян производят под зиму или весной на глубину 2-3 см. Корневища длиной 15-30 см высаживают в лунки или борозды на глубину 10-25 см. При посадке черенков с корнями, оставляют на поверхности 2-3 см побега. Междурядья 50-80 см. При посеве в лунки площадь питания составляет 50х50 см, при посадке в борозды 20х50 см. Расход семян при гнездовом

посеве 0,4-0,6 г/м². Растение отзывчиво к органо-минеральным удобрениям и богатым гумусам почвам. Достаточно засухоустойчивый вид. На бедных почвах вносят под перекопку (перепашку) 2-3 кг\м² навоза, компоста и нитроаммофоску в дозе 20 г/м². Со второго года в начале активной вегетации растения подкармливают минеральными удобрениями. Дают 20 г/м² азотных удобрений, 30 г/м² фосфорных и 25 г/м² калийных. Оболочки семян у солодки очень прочные, поэтому перед посевом их скарифицируют при помощи наждачной бумаги. При этом всхожесть достигает 93%. Всхожесть не скарифицированных семян не более 20%. Сеянцы плодоносят только на 3-4 год.

Используют корни и корневища, содержащие тритерпеновый сапонин глицирризин (до 23 %); глицирризиновую кислоту (до 24 %), придающую приторный вкус; около 30 флавоновых гликозидов (ликвиритин, ликвиритозид, изоликвиритрин и другие – до 4 %); габровую кислоту; алкалоиды; аскорбиновую кислоту (до 30 мг%); аспарагин (до 4%); горечи; камеди; крахмал (до 34%); моно- и дисахариды (до 20 %); пектиновые (до 6 %) и смолистые (до 4 %) вещества. Кроме того, в ценном лакричном корне содержатся органические кислоты (до 4,6 %); стероиды – β-ситостерин (до 8,1 %) и эстриол; фенолкарбоновые кислоты – салициловая, синаповая, феруловая; кумарины (до 2,59 %); дубильные вещества (до 14,2 %); эфирное масло (до 0,03 %). Концентрирует железо, селен, стронций [96].

В чистом виде корень лакрицы в 40 раз слаще сахара.

Одно из самых древних лекарственных растений. Как лекарственное растение солодку использовали в Древнем Риме и Древней Греции. Врачи называли ее “сладким корнем”, который получали из скифских степей. Издавна корень солодки ценился и в Юго-Восточной Азии (в китайской и тибетской медицине). Она была отмечена в анналах китайской истории сразу же с изобретением письменности. На Русь сведения о солодке попали из переводных немецких средневековых травников.

На Руси в аптеках рекомендовали следующие лекарственные формы: корень солодки; резаный корень в составе сложного бакаутового сбора, грудной сбор и чай, сложный сарсапарельный декокт, грудной порошок с толченым корнем солодки, детский порошок Гуфеланда, лепешки от кашля. Препараты: лакрица (сухой экстракт), лакричный экстракт и эликсир, лакричный сироп, паста, глицирицин [29]. Применяли эти формы в основном как мягчительные и отхаркивающие средства при катарах дыхательных путей. Солодку использовали и для улучшения вкуса лекарств.

Сегодня трудно найти страну, которая не использует в здравоохранении и для других целей это растение.

В официальной медицине лекарственные формы: Ликвиритон *(Licviritonum)*, гранулы Флакарбин *(Flacarbinum*) – применяют при гиперацидных гастритах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, экземе; Экстракт солодкового корня сухой (*Extractum Glycyrrhizae siccum)* , Экстракт солодкового корня густой *(Extractum Glycyrrhizae spissum*) используют в качестве наполнителя при изготовлении пилюль; Эликсир грудной лакричный *(Elixir pectorale Glycyrrhizae*), Брикет корней солодки круглый, Сироп солодкового лакричного корня (*Sirupus radicis Glycyrrhizae*), Настой корня солодки (*Infusum Glycyrrhizae*), Микстура от кашля для взрослых и детей сухая (*Mixtura sicca coutra tussim pro adultis*) – отхаркивающие средства. Входит солодка в ряд грудных, желудочных, мочегонных и других сборов, в биологическую добавку Виларин – общеукрепляющего и мягкого тонизирующего средства. Препарат Глицирам *(Glycyrramum*) обладает противовоспалительным, противоаллергическим и отхаркивающим свойствами, стимулирует функцию коры надпочечников, показан при астме, экземе.

Солодковый корень имеет широкое применение в различных отраслях хозяйства. Его используют при изготовлении конфет; он придает приятный вкус табаку; без него не обходятся при приготовлении пенящейся жидкости в огнетушителях и при изготовлении туши, чернил, гуталина; он находит

применение в акварельной живописи и на фабриках государственных знаков; в косметике выступает как компонент жидкостей, шампуней, способствующих укреплению волос. Как суррогат сахара и пенообразователь используется при производстве пива, кваса, таких напитков, как Байкал, Артыс и другие. Экстракты и сиропы из него пригодны для изготовления кофе, какао, маринадов, киселей, компотов, халвы. Может использоваться как суррогат чая; для окраски шелка и шерсти.

Наряду с солодкой голой в медицине широко применяют солодку уральскую *(G. uralensis Fisch.*) и солодку Коржинского *(G. Korshinsky Grig.).*

Корень солодки применяется издавна при простудных заболеваниях (кашле) как мягчительное и утоляющее жажду средство [110]. Готовили водный настой в дозе 15 г измельченного сырья на 240 мл воды (суточная доза).

В традиционной медицине корень солодки обладает сильным обволакивающим и отхаркивающим действием. Действует он послабляющее, противовоспалительно, мочегонно, десенси-билизирующее и спазмолитически. Чаще всего корень солодки применяют для лечения острых воспалительных заболеваний верхний дыхательных путей и органов дыхания, аллергических ринитов, фарингитов, коклюша и бронхиальной астмы.

Авиценна писал, что сок солодкового корня увеличивает потенцию [1].

Солодку применяют для лечения гастрита и язвенной болезни желудка, сопровождающихся запорами; при пищевых отравлениях.

Входит солодковый корень в сборы, предназначенные для лечения некоторых заболеваний мочевого пузыря и при почечно-каменной болезни. Это растение одно из самых полезных для человека. Оно эффективно при диатезах, аллергических дерматитах, экземах.

Для приготовления суточной дозы берут 2 чайные ложки сырья и настаивают в 1,5 стакане кипятка. Отвар солодки готовят в тех же

пропорциях. Курс лечения 3-4 недели. После перерыва в 1-1½ месяца курс лечения можно повторить.

В ветеринарии отвар корневищ применяют при диспепсии у телят, по 200-400 мл за 30 минут до кормления. В течение 2-3 суток телята поправлялись. Отвар оказывал действие при воспалительных процессах в легких и органах пищеварения. Дозы для лошадей - 20-75 г, коров – 10-25 г, овец – 5-15 г, свиней – 5-10 г, собак – 1-2 г, кошек – 0,5-1 г, кур – 0,1-1 г.

Является кормовым растением для всех видов сельскохозяйственных животных и тутового шелкопряда.

СОЛЯНКА РИХТЕРА

Salsola richteri (Moq.) Kar. ex Litv.

Семейство маревые – *Chenopodiaceae*

Встречается под названием черкез.

Высокий кустарник или деревце высотой до 100 см с глубокой корневой системой. Ствол до 15 см в диаметре со светло-серой корой; однолетние побеги имеют кору молочно-белого цвета, блестящую. Листья очередные длиной до 9 см и толщиной 2 мм, сочные, почти нитевидные. Цветки до 4 мм в диаметре, бурого цвета. Плоды – сухие односемянные орешки до 20 мм в диаметре. Семена со спиральным зародышем.

Цветет с конца мая до ноября; плоды созревают с июля до поздней осени. Размножается семенами.

Распространена в европейской части России, в Западной и Восточной Сибири, на Дальнем Востоке; в Средней Азии. Эндемичное растение пустынь Кызылкума, Каракумов, Западного Устюрта, Мангышлака. Является типичным “песколюбом“. Сравнительно часто встречается среди песчаных барханов и сыпучих песков.

В плодах и листьях содержатся алкалоиды (до 1,4 %), в т.ч. сальсолин (1,6 %), в цветках (2,6 %); сальсолидин.

В официальной медицине использовался препарат Сальсолина гидрохлорид *(Salsolini hydrochloridum),* который обладает миотропным и спазмолитическим действием при лечении спазмов головного мозга и гипертонической болезни I-II стадии. Стабильный гипотензивный эффект проявляется более выражено в сочетании с фенобарбиталом, диуретином, папаверином и другими седативными и спазмолитическими средствами. Отвары из солянки стимулируют процессы биотрансформации химических соединений (дезинтоксикации) и восстановительной функции печени.

На основании данных традиционной медицины (материалов травницы Е.В.Локс) с 1997 года из травы выпускаются: чай Солянка холмовая, экстракт травы с аскорбиновой кислотой – Аскахол , сироп Фитос с плодами шиповника и Экстракт травы солянки холмовой. Показаны эти лекарственные формы при болезнях печени, поджелудочной железы, нарушениях липидного обмена, профилактике атеросклероза, при склонности к образованию желчных камней, алкогольной интоксикации, ишемической болезни сердца и сердечной аритмии, сахарном диабете.

Противопоказанием к применению препаратов являются нарушения функции печени и почек и декомпенсация сердечной деятельности.

СОСНА ОБЫКНОВЕННАЯ

Pinus sylvestris L.

Семейство сосновые - *Pinaceae*

Известна под названием сосна лесная.

Вечнозеленое хвойное дерево высотой до 45 м с прямым стволом и округлой кроной. Листья игловидные (хвоя), расположены попарно, жесткие, длиной до 7 см и шириной 2 мм. Мужские колоски расположены у основания удлиненных побегов. Шишки длиной до 7 см и шириной до 3 см, овально-конические, желтовато-серые. Семена длиной до 4 мм, черноватые или серые, с крылышком.

Цветет в июне; плоды созревают на второй – третий год. Почки заготавливают зимой. Срок хранения 2 года.

Распространена в европейской части России, в Сибири, в Северном Казахстане. Предпочитает песчаные, подзолистые и даже каменистые почвы. Нередко образует сплошные, чистые массивы.

Размножается семенами, путем посева весной на глубину 0,5-1,5 см. вместе с семенами вносят гранулированный суперфосфат в дозе 4-6 г/м². Обычно на погонный метр расходуют 1,5 г семян. На суглинистых почвах семена заделывают в смесь песка и торфа. После посева их присыпают торфокрошкой или опилками слоем 1 см. Затем производят прикатывание субстрата и, при необходимости, полив. На первом году сеянцы поливают от 5 до 13 раз, на втором 2-3 раза. На втором году сеянцы подкармливают и к осени прикрывают слоем опилок на 3-4 см выше верхушечных почек для предохранения их от зимнего физиологического иссушения. Весной их разокучивают и поливают.

Используют почки, хвою, эфирное масло, деготь, скипидар, смолу (канифоль). В почках – эфирное масло (до 0,36 %); дубильные вещества 928,7 %); горькое вещество – пиницикрин; смола; витамин С. В хвое – аскорбиновая кислота (до 0,3 %); дубильные вещества (до 5 %); эфирное масло (до 1,3 %); алкалоиды; каротин; смола (до 12 %); флавоноиды (миртицин, токсифолин, кемпферол).

Отвар сосновых почек *(Decoctum turiones Pini*) применяют в качестве отхаркивающего и дезинфицирующего средства при хронических бронхитах. Почки концентрируют никель. Входят они в состав грудного чая, а также в состав масла “Витон“, обладающего противовоспалительным, обезболивающим, регенерирующим, антимикробным и антивирусным действием. В официальной медицине из хвои получают сосновый экстракт, эфирное масло, концентрат витамина С, применяемые для общеукрепляющих ванн, ингаляций при заболеваниях легких и верхних дыхательных путей.

Смола сосны (живица) – источник эфирного терпентинного масла – живичного скипидара, применяемого в виде мазей, линимента, смесей для растирания при ревматизме, подагре, простуде, а также для ингаляций (при катаре, болезнях легких). Он дезинфицирует помещения, освежает воздух. Из него получают терпингидрат, применяемый часто с кодеином при кашле. Живицу в жидком виде подвергают перегонке с паром и получают эфирное масло – живичный скипидар. Оставшаяся смола называется канифолью.

Скипидар, получаемый из сосновой древесины, обладает раздражающим и антисептическим действием и широко применяется наружно при радикулите, миозите, заболеваниях суставов, бронхоэктатической болезни; бронхите и туберкулезе легких.

Используют эфирное масло как отвлекающее противо-воспалительное средство при невралгиях, миозите.

Во Франции и других странах Западной Европы в последнее время огромную популярность получили так называемые “белые скипидарные ванны“ для лечения отложения солей, артритов, атеросклероза, ревматизма, подагры, спондилеза; полезные для общего укрепления организма.

Для ванн готовится эмульсия: в эмалированной посуде растворяют 30 г тертого детского мыла в 550 мл воды, добавляют 0,75 г салициловой кислоты и кипятят на малом огне, помешивая деревянной палочки. Горячую смесь соединяют с 0,5 кг живичного аптечного скипидара, хорошо перемешивая. Эмульсию хранят в широкогорлых бутылках или банках с притертой пробкой. Такой эмульсии хватает на 12-15 ванн. Ванны принимают два дня, на третий день делают перерыв. Продолжительность ванны 15 минут, температура 36-38°С, объем ванны 150-170 литров. Первые 20 ванн заливаются эмульсией в возрастающем порядке – 20, 30, 40, 50, 60, 70, 75, 80, 85, 90 мл, остальные ванны содержат по 90 мл эмульсии. Лечебный эффект очень хороший [146].

Очищенное терпентинное масло входит в состав препарата Олиметин *(Olemetinum*), применяемое при мочекаменной и желчекаменной болезни. Из

сосновой щепы получают деготь, входящий в состав мазей для лечения экземы, чесотки и чешуйчатого лишая. Терпентин и канифоль используют для изготовления пластырей и мазей. Древесину можно использовать для получения активированного угля, который в виде порошка или таблеток (препарат Карболен) применяется при метеоризме.

В традиционной медицине почками сосны лечат туберкулез легких, живицей – раны и язвы.

На Руси с древних времен применяли многие лекарственные формы: сосновые почки – *Gemmae Pini*, экстракт сосновой хвои – *Extr. Pini Foliorum*, эфирное масло хвои - *Oleum Pini Foliorum* , сосновый деготь – *Pix liguida Pini*, канифоль – *Resina Colophonium*, очищенный древесный уксус – *Acetum pyrolignosum rectificatum ,* терпинол – *Terpinolum* [22].

В традиционной медицине на Руси широко использовались в основном почки сосны в качестве отхаркивающего, мочегонного, потогонного и дезинфицирующего средства. Лекарственные формы из них рекомендуются при бронхитах, пневмониях, бронхоэкстазах, ревматизме, ревматоидных артритах, холецистите, холангите, при пиелонефрите и цистите.

Настой из почек готовят из расчета: 1 столовую ложку почек вечером высыпают в термос, заливают 0,5 л кипятка. Настаивают в течение ночи, на следующий день выпивают весь настой в 3-4 приема за 20-40 минут до еды (в теплом виде).

Промытую хвою настригают ножницами. Заливают 4 стакана сырья 2,5 стаканами холодной воды, добавляют 2 чайные ложки разведенной соляной кислоты и оставляют в темном месте на 2-3 дня. Затем процеживают и пьют по 1 стакану в день.

Лекарственные формы из сосны имеют ряд противопоказаний. Почки сосны не рекомендуется назначать при гломерулонефрите и гепатите, а также при беременности [89].

Живица сосны обладает свойством лечить труднозаживающие раны. По данным народных корреспондентов [116], не заживающие длительное

время болезненные трещины на губах поддавались быстрому трехдневному лечению при смазывании губ живицей сосны. При фурункулезе намазывали живицу на ткань и прикладывали к больным местам. Обезболивание наступало буквально сразу (даже на голове, через слой волос). Два-три дня такого лечения приводило к полному рассасыванию фурункулов.

Частые ранения на лесозаготовках рабочие лечат живицей, а не йодом. Самые тяжелые раны быстро заживают в 2-3 дня и всегда без боли. Имели место излечения мокнущих экзем при смазывании живицей в течение 3-4 дней.

При чрезмерных маточных кровотечениях женщины прибегают к такому средству: 1 стакан скорлупы орешков (сосны сибирской кедровой) парят 2-3 часа в 1 л воды. Принимают по 100 мл 3 раза в день за полчаса до еды.

В Сибири отвар и водочная настойка скорлупы кедровых орешков весьма ценится при ревматизме.

Настой из молодых сосновых шишек считался лекарством от всех продолжительных “хворостей“. Применяли его при цинге, при начальных стадиях туберкулеза. Для его приготовления весной берут горсть молодых шишек, мелко измельчают, заливают литром чистой воды, кипятят, пока не выпарится ⅓ часть, процеживают, подслащают и пьют по 1 стакану 4 раза в день. Используют этот отвар и от болезней желез и кожи.

Хвоя сосны широко применяется в косметике. Например, крем “Лель “ приготовлен на основе хвойной хлорофиллокаротиновой пасты, спермацета и косточкового масла. Рекомендуется он как эффективное средство при пористой и склонной к появлению угрей коже; тонизирует, очищает, уменьшает жирность.

В ветеринарии почки используют при тех же показаниях в виде отвара (1:10). Концентрат и настой (1:10) хвои рекомендуют при гиповитаминозах. При этом 30 г свежей хвои заливают 150 мл кипятка, кипятят 20 минут,

процеживают, отстаивают 2-3 часа (суточная доза). Дозы хвои внутрь: крупному рогатому скоту и лошадям 15-20 г, овцам и козам 1,5-2 г.

Древесина – ценный материал при строительстве жилищ, в судостроении, авиастроении, мебельном производстве. Канифоль применяется в лакокрасочной промышленности.

СОФОРА ЖЕЛТОВАТАЯ

Sophora flavescens Soland.

Семейство мотыльковые – *Fabaceae*

Многолетнее травянистое растение с прямостоячими стеблями высотой до 50-60 см. Иногда образует довольно густые куртины. Имеет мощные корни с несколькими разветвлениями до 6 см в диаметре (в разрезе желтоватого цвета). Листья непарно-перистые с крупными продолговато-яйцевидными листочками длиной 3-5 см. Цветки бледно-желтые, собраны в верхушечную кисть. Бобы длиной 5-7 см, почти четырехгранные, с перетяжками, вытянуты в довольно длинный носик.

Цветет в июле; плоды созревают в августе – сентябре.

Распространена в Приморье, Приамурье, частично в Забайкалье.

Из выявленных алкалоидов в корнях наибольший интерес представляет матрин (до 2 %), способный резко повышать кровяное давление и суживать сосуды. Кроме того, в корнях найдены сапонины [14] и горечи [22]. В Забайкальской экспедиции в 1956 году были выявлены сведения об исключительном жаропонижающем эффекте софоры при тяжелых инфекционных заболеваниях с очень высокой температурой и применении ее при глазных заболеваниях. Недаром в китайской медицине корень ее широко применяется при лечении лихорадки, желтухи, дизентерии и других болезней.

СОФОРА ТОЛСТОПЛОДНАЯ

Sophora pachycarpa Schrenk ex C.A.Mey.

Семейство мотыльковые – *Fabaceae*

Встречается под названиями: гебелия толстоплодная, талхак толстоплодный.

Многолетнее травянистое растение высотой до 80 см с мощной корневой системой и многочисленными придаточными почками, развивающимися в новые побеги. Стебли прямостоячие, ветвистые от основания, шелковисто-опушенные. Листья непарно-перистые, с 6-12 парами продолговато-эллиптических опушенных листочков длиной до 20 мм и шириной до 7 мм. Цветки кремовые, длиной до 1,5 см, собраны в колосовидные верхушечные кисти. Плоды толстые, почти черные, торчащие вверх бобы, длиной до 6 см и шириной до 9 мм. Семена эллиптические, гладкие, блестящие, темно-коричневого цвета длиной 7 мм и шириной 6 мм.

Цветет в мае – июне; плоды созревают в июле – августе. Размножается семенами и вегетативно.

Распространена в пустынных и полупустынных районах Средней Азии и Казахстана. Ареал вида охватывает также Афганистан и Иран. Растет в пустынях и предгорьях на лессовых и песчаных почвах.

Используют надземную часть, содержащую алкалоиды (до 3%), пахикарпин, пахикарпидин, софорамин, софоридин, софокарпин, алоперин, матрин; органические кислоты (до 12,6 %); в семенах (до 2,2 %) – софокарпин и матрин.

Препарат Пахикарпина гидройодид *(Pachycarpini hidroiodium*) применяют при спазмах периферических сосудов, при облетерирующем эндартериите, ганглиотитах, миопатии; для стимулирования родов и в послеродовом периоде для уменьшения кровотечения; в дерматологии; при гипертонической болезни для купирования кризов. Противопоказан при беременности, выраженных нарушениях функции почек, печени, сердечно-сосудистой системы [170].

СОФОРА ЯПОНСКАЯ

Sophora japonica L.

Семейство мотыльковые – *Fabaceae*

Встречается под названием японская акация.

Листопадное дерево высотой до 25 м со стержневой корневой системой и округлой кроной. Молодые ветви почти голые, зеленого цвета. Листья непарно-перистые, длиной до 25 см; листочки продолговато-яйцевидные, длиной до 50 мм и шириной до 20 мм, сидят на покрытых волосками коротких черешочках. Цветки мелкие, длиной до 10 мм, желтовато-белые. Плоды – бобы, длиной до 15 см, мясистые, цилиндрические, нераскрывающиеся. Семена черного цвета, от 1 до 6, длиной до 1 см, овальные, сжатые, с почти округлым рубчиком.

Цветет в июле; плоды созревают в сентябре. Размножается семенами, путем посева на глубину 3-4 см. Саженцы, выращенные на грядах питомника, высаживают на расстоянии 2-4 м друг от друга.

Распространена в Японии и в Южном Китае. Широко используется в садово-парковом строительстве во многих странах, в т.ч. в России на юге европейской части и на Кавказе, на Украине (в Крыму), в Средней Азии и в Южном Казахстане.

Используют бутоны, содержащие флавоноловый гликозид рутин (до 20 %), кемпферол-3-софоразид, генестеин-4-софоробиозид, кверцетин-3-рутинозид. В соцветиях и бутонах содержатся макроэлементы (мг/г): калий – 21,9, кальций – 5,5. магний – 1,8, железо – 0,1; микроэлементы марганец, цинк, медь, молибден, хром, алюминий, селен, никель, свинец, йод [96].

Препарат Рутин применяется для профилактики и лечения гипо- и авитаминоза Р, при заболеваниях, сопровождающихся нарушением проницаемости сосудов, геморрагических диатезах, капилляротоксикозах, лучевой болезни, ревматизме, гипертонической болезни, аллергических заболеваниях, кори, скарлатине, сыпном тифе и других болезнях.

В официальной медицине настойка софоры [106] применяется в качестве наружного средства при гнойных воспалительных процессах (ранах, ожогах, трофических язвах) в виде орошения, промывания, для влажных повязок.

В традиционной медицине при вегето-сосудистой дистонии рекомендуют настой софоры японской. Пьют его длительное время. Для этого берут 2 столовые ложки измельченного сырья, заваривают в термосе в 0,5 л крутого кипятка. Настаивают ночь и пьют по 0,5 стакана 3 раза в день за 20-30 минут до еды. Она укрепляет слабые сосуды, чистит их от известковых отложений.

СПОРЫНЬЯ

Claviceps purpurea (Fries) Tulasne

Семейство спорыньевые – *Clavicipitaceae*

Известно под названиями маточные рожки и черные рожки.

Широко распространенное заболевание злаковых растений – гриб, паразитирующий на ржи и других злаках. Склероции спорыньи развиваются в цветках колоса ржи, и образуют удлиненно-продолговатые, твердые рожки длиной 1-3 см и толщиной до 6 мм. Такова покоящаяся стадия гриба. Вместе с зерном ржи рожки перезимовывают в почве, весной прорастают, образовывая плодовые тела в виде шаровидных головок со спорами на тонких ножках. Созревшие аскоспоры потоком воздуха переносятся на рыльца пестиков цветущей ржи и прорастают, образуя грибницу.

Первые опыты по искусственному разведению спорыньи в паразитарной культуре были начаты в конце 30-х годов. Спорынья культивируется путем искусственного заражения: накалывания колосьев ржи иглами, смоченными в суспензии спор (инъецированием) и с помощью специальных машин МЗС-1,8. в результате селекции выведены высокоалкалоидные штаммы (0,3-0,4 %). Спорынью выращивали на сотнях гектарах на западе и северо-западе Нечерноземной зоны России и в Сибири.

Первые сведения о наличии алкалоидов в рожках спорыньи появились во второй половине XIX века. Открыли их русские профессора Г.Драгендорф и Р.Коберт. в 1906 году был выделен эрготоксин, в 1918 году – эрготамин и эрготаминин, в 1935 году – эргометрин.

Используют рожки, содержащие алкалоиды – эрготамин, эргокристин, эргометрин, эрготоксин и другие, а также амины – гистамин, тирамин, триметиламин, метиламин, холин, ацетилхолин и другие; жирное масло (до 35 %); молочную кислоту; красящие вещества; фитостерин – эргостерол. Концентрирует цинк, молибден, селен, медь.

Маточные рожки очень ядовиты. Следует применять их с большой осторожностью и с обязательным врачебным контролем [16].

В Древней Руси в старые времена из склероций спорыньи изготавливали густой и жидкий экстракты – *Extr. Secalis cornuti* , порошок спорыньи – *pulveratum exoleatum Secale cornutum;* из него готовили спиртовую настойку – *Tinctura Secalis cornuti* . Получали и препараты: *Acidum ergotinicum, Acidum celerotonicum Dragendorff, Cornitinum citricum, ergotininum purum* , и другие[21].

Препараты спорыньи оказывают сложное влияние на организм и широко применяются при многих заболеваниях. Эрготал (*Ergotalum*) применяется при маточных кровотечениях, вызванных атонией матки; он ускоряет обратное сокращение матки в послеродовом периоде. Эргометрина малеат *(Ergometrini maleatis*) в таблетках повышает тонус матки и увеличивает частоту ее сокращений, уменьшает кровотечения, особенно после кесарева сечения. Эрготамин (*Ergotamine)* применяют при атонии матки, маточном кровотечении, мигрени, неполном аборте. Эрготамин входит в состав препарата Кофетамин *(Coffetaminum*). Эрготамин тартрат (*Ergotaminum)* является составной частью комплексных препаратов Беллатаминал (*Bellataminalum),* Беллоид (*Belloid*), применяемых при бессоннице, гипертиреозе, экземе, нервной диспепсии, повышенной раздражительности, климактерических неврозах, нейродермитах и

вегетативной дистонии. При спазмах периферических артерий применяются препараты Беллоид и Дигидроэрготоксин (*Dihydroergotoxinum)*. Препараты спорыньи применяют также при синдроме Меньера, спазмах мышц половых органов.

Препарат Парлодел *(Parlodel)* показан при аменореях, бесплодии, для подавления лактации, при болезни Иценко-Кушинга. В редких случаях оказывает гипотензивное действие; противопоказан при гипотонии, заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Аналогом его является препарат Абергин (*Abergin*). Препарат Кофетамин (*Coffetaminum*) используют при гипотонии, мигренозных приступах вазопаралитического характера.

Препарат Метилэргометрин (*Methylergometrinum*) применяют для остановки маточных кровотечений в ранний послеродовой период в связи с гипотонией и атонией матки, при кесеревом сечении, после аборта в случае замедленной инволюции матки.

В гомеопатии применяются: *Secale cornutum – Injeel (forte) (D6), D12, D30, D200.*

СТАЛЬНИК ПОЛЕВОЙ

Ononis arvensis L.

Семейство мотыльковые – *Fabaceae*

Встречается под названиями: стальник пашенный, бычачья трава, волчуг, глинник, плугодержалка, стальник колючий.

Многолетнее травянистое растение высотой до 100 см с длинной (до 2 м) стержневой корневой системой и коротким, темно-бурым многоглавым корневищем. Стебли прямые или стелющиеся, ветвистые, опушенные. Листья очередные, черешковые, длиной до 3 см и шириной 1,5 см, продолговато-эллиптические. Цветки розовые или беловатые, длиной до 20 мм. Плоды – бобы длиной до 7 мм и шириной 6 мм с 2-4 сегментами. Семена шаровидные, слегка почковидные, темно-коричневые.

Цветет в июне – августе; плоды созревают в августе – сентябре, до заморозков. Заготавливают корни, начиная с конца цветения и до поздней осени, когда отмирает надземная часть. Срок годности сырья 2 года.

Размножается семенами путем посева под зиму или весной (апрель) на глубину 2-3,5 см. Расход семян 0.8-1,0 г/м² при междурядьях 45-60 см. Густота стояния растений 20 шт. на 1 пг.м. За 3 дня до посева семена протравливают. Непосредственно перед посевом семена скарифицируют на машине (скарификаторе) или перетирают семена наждачным песком, точильными кругами, наждачной бумагой. Такие семена в течение месяца не теряют всхожести. В день посева их смешивают с гранулированным суперфосфатом из расчета 2-3 г/м². При основной подготовке почвы вносят 2-4 г/м² органических удобрений, перед бутонизацией растения подкармливают 10 г/м² азотными удобрениями, 15 г/м² фосфорными, 10 г/м² калийными удобрениями.

Распространено в европейской части России, в Сибири, на Кавказе и в Закавказье, в Казахстане. Растет в лесной и лесостепной зонах; в горно-степном поясе и в горах; на залежах иногда образует заросли. введен в культуру в 60-х годах.

Используют корни и корневища, содержащие фенольные соединения, сапонины и гликозиды (ононин, оноснин); тритерпендиол; лимонную кислоту; алкалоиды; дубильные вещества (0,5 %); эфирное и жирное масло; небольшое количество смолы. Концентрирует селен.

С XVI века применяется в медицине как мочегонное средство. Лекарственные формы: отвар корня стальника полевого *(Decoctum radicis Ononidis arvensi*) и настойка стальника (*Tinctura Ononidis*) применяют при геморрое в качестве кровоостанавливающего и нормализующего стул средства, в т.ч. при хронических запорах. Настойка стальника готовится на 70 %-ном спирте. Назначают ее в качестве слабительного средства по 1 чайной ложке 2-3 раза в день (перед едой). Для приготовления отвара берут 30 г измельченных корней, заливают 1 л воды, кипятят до получения 0,5 л

отвара, фильтруют и принимают по 50 мл 3 раза в день перед едой в течение 2-4 недель. Используют корни и в качестве мочегонного средства, при лечении подагры, воспалительных заболеваниях почек и мочевого пузыря, при мочекаменной болезни.

Применяется как слабительное, ранозаживляющее; при болезнях почек и мочевыводящих путей, при подагре, головной боли, асците, ревматизме. Является антиоксидантом.

Молодые листья, отваренные в соленой воде, используют в пищу.

Корни содержат красящие вещества, окрашивающие ткани в желто-зеленый цвет.

СТАХИС КЛУБНЕНОСНЫЙ

Stachis sylvatica L.

Семейство яснотковые – *Lamiaceae*

Встречается под названиями: змеиная трава, лесная буквица, колосница лесная.

Многолетнее травянистое растение высотой до 60 см. на глубине 5-15 см образует большое количество мелких (от 4-6 до 10 г) клубеньков, напоминающих перламутровые, продолговатые по форме ракушки. Стебель прямой, разветвленный, зеленого цвета, с бугристыми листочками, зубчатыми по краю. Цветки небольшие, голубоватые. Трава имеет неприятный запах и горьковатый вкус.

Цветет с конца июня до сентября; плоды созревают в сентябре – октябре.

Родина стахиса – тропики и субтропики Китая. Это окультуренное растение попало в Россию в 1975 году. Завез его доктор с.-х. наук П.Ф.Кононков из Монголии. Дикорастущие формы встречаются часто. Произрастает в темных сырых лесах.

Растение легко размножается вегетативным способом – клубеньками. Выращивать его можно на приусадебных участках. Посадку производят

свежесобранными клубеньками с осени или ранней весной: клубеньками, оставленными на хранение в погребе, в переслойку с опилками или песком. В районах с мягкой зимой стахис не выкапывают. Весной часть материала используют для питания, другую часть – на посадку. Небольшое количество (1-2 кг) посадочного материала можно сохранять в нижнем отделении холодильника. При хорошем уходе из 1 кг клубеньков можно получить 100-200 кг продукции.

Посадку производят на глубину 4-8 см (обычно осенью) с междурядьями 60-80 см и расстоянием в ряду 20-30 см. После высадки клубни присыпают перегноем. В течение вегетации проводят поверностное рыхление; удаляют вручную сорняки; дважды подкармливают коровяком, регулярно поливают. Убирают стахис в конце сентября – начале октября, когда ботва побуреет. Урожайность стахиса достаточно высокая: с 1 м² можно собрать 1-1,5 кг клубеньков, с одного куста получают 0,4-0,5 кг клубеньков. Часть материала остается в почве и на следующий год прорастает. Однако, достаточно одной выборки, чтобы избавится от этой культуры. Лучшие предшественники стахиса: огурец, томат, лук, ранний картофель и кукуруза. Холодостойкое растение. Хорошо развивается на легких, плодородных почвах с достаточным увлажнением. Период вегетации составляет 130-140 дней.

Первый в России сорт был назван “Ракушка”, что соответствовало внешнему виду клубеньков.

Химический состав изучен недостаточно. Установлено, что по содержанию углеводов, протеина, минеральных солей и витаминов стахис не уступает картофелю, батату, артишоку. Известно также, что тетрасажарид стахиаза обладает инсулиноподобным эффектом, поэтому стахис особенно целебен при диабете. Выявлено его благоприятное воздействие при гипертонии, язве желудка.

По данным традиционной медицины, это растение обладает снотворным, мочегонным и ранозаживляющим действием. применяли стахис

при эпилепсии, нарушениях менструального цикла. Трава способствует ускорению отделения и выхода последа у рожениц после родов. Использовали стахис и при обморочных состояниях, истерических припадках. В толченом виде прикладывали как наружное средство к гнойным ранам, язвам для их очищения и заживления. При ожогах траву растирали с оливковым или постным маслом и прикладывали к пораженным местам.

При груднице и других опухолях траву варили с молокои или мылом и прикладывали в виде припарок. полезен стахис и при болях в животе, коликах. Применяли его в виде настоя из расчета 3,7 г травы с цветочными верхушками, которую заливали 120 мл горячей воды или белого вина (суточная доза). Порошок давали в дозе 1,2 г 3-4 раза в день.

При использовании стахиса в качестве лечебного средства, сырьем для лекарственных препаратов служит надземная часть растения, которую собирают во время цветения и сушат в тени на воздухе. Из стахиса получают галеновую настойку, обладающую антидиабетической активностью, и препарат Стахисел, который используют при лечении бронхиальной астмы. Биологически активные вещества, содержащиеся в клубеньках, понижают артериальное давление и уменьшают уровень глюкозы в крови.

Настойка на водке клубней стахиса помогает при сахарном диабете 1 и 2 типа. Для приготовления настойки измельчают 100 г клубеньков и заливают их 0,5 л водки. Настаивают, периодически взбалтывая, 2 недели. После этого настойку процеживают и принимают по 1 столовой ложке 3-4 раза в день за 30 минут до еды в течение 3-4 недель. После этого необходимо сделать 10-дневный перерыв и курс повторить. В течение года нужно провести 4 курса лечения.

В быту клубни стахиса употребляют в свежем, жареном, маринованном и соленом виде. Часто используют его плоды в качестве гарнира для вторых блюд. Добавляют его в супы, овощное рагу. По вкусу стахис напоминает артишок. Отваривают его также, как картофель в подсоленной воде 5-6

минут, затем заправляют маслом и подают в виде гарнира к мясным и рыбным блюдам. Клубеньки можно солить. Для получения 10 кг соленого стахиса берут 11 кг сырых клубней, 200 г хрена, 1,2 кг укропа, 120 г чеснока, 40 г стручкового перца, 240 г листа смородины. Заливают эту смесь 8 л 7 %-ного рассола (560 г соли на 7,4 л воды). Для прохождения предварительной ферментации, банки 4-5 дней держат при температуре 18-22°С, затем месяц выдерживают в холодильнике и в дальнейшем хранят в погребе. Свежие клубни следует хранить в холодильнике в полиэтиленовых пакетах. Клубеньки стахиса хорошо поддаются сушке: надо отмочить в воде и тщательно отмыть клубеньки; подсушить на открытом воздухе и затем досушивать в приоткрытой духовке, сушильном шкафу при 60-65°С (по типу сушки грибов). Высушенные клубеньки хранят в пленочных пакетах или в закрытых банках. Перед употреблением клубеньки размалывают на кофемолке и порошком посыпают бутерброды (доза 1 чайная ложка порошка в день). Листья стахиса можно использовать в салатах в комплексе с зеленью других овощных растений.

Траву после цветения собирали и вываривали из нее желтую краску для льняных и шерстяных тканей. Из стеблей готовили тонкую пряжу по такой же технологии, как из льна и пеньки.

Находили аналогичное применение и другие виды стахиса.

СТЕФАНИЯ ГЛАДКАЯ

Sterhania glabra (Roxb.) Miers

Семейство луносемянниковые – *Menispermaceae*

Многолетняя травянистая лиана, образующая у поверхности почвы стеблекорни (корнеклубни) до 50 см в диаметре, массой до 30-50 кг. Стебли вьющиеся, до 15 м длиной, округлые, древеснеющие у основания. Листья крупные, до 20 см в диаметре, цельные, широко-овальные, заостренные на конце, на длиныых, до 40 см, черешках. Цветки мелкие, до 4 мм в диаметре, желтовато-зеленые, собраны в головчатые, свисающие, зонтиковидные

соцветия. Плоды – шаровидные костянки, до 0,5 см в диаметре, при созревании красного цвета, с сочным околоплодником. Семя почти округлое, со спинным бугорком.

Цветет на первом году, с августа и до первых заморозков (мужские цветки), на втором году с августа по октябрь; плоды образует со второго года в октябре-декабре.

Размножается свежесобранными семенами, путем посева на глубину 1-2 см в закрытом грунте и вегетативно (делением стеблекорней, зелеными черенками). В апреле рассаду высаживают в грунт на расстоянии 20 см в ряду, с междурядьями 70 см. Урожайность 1-2 т/га стеблекорней в сухом виде.

Распространена в тропиках и субтропиках Индии, Юго-Восточной Азии (Китай, Лаос, Вьетнам). Культивировалась в субтропиках Закавказья.

Используют стеблекорни (клубни), содержащие алкалоиды (до 8 %), в т.ч. гиндарин (более 2 %), стефаглабрин, гиндаринин (до 2,2 %), гиндарицин (до 0,12 %), стефанин, эпистефанин, простефаин, стефанолин, циклианин и другие. Концентрирует селен. В клубнях содержатся макроэлементы (мг/г): калий – 7,9, кальций – 8,6, магний – 3,6, железо – 0,2 [96].

Препарат Гендарин-хлоргидрат применяют при различных функциональных расстройствах центральной нервной системы.

СТРАСТОЦВЕТ МЯСОКРАСНЫЙ

Passiflora incarnata L.

Семейство страстоцветные – *Passifloraceae*

Встречается под названиями: пассифлора инкарнатная, пассифлора мясокрасная, кавалерская звезда.

Многолетняя травянистая лиана высотой до 9 м с длинными горизонтальными корневищами до 15 см в диаметре и коротким корнем. Стебель лазающий, травянистый, при отсутствии опор стелющийся. Листья глубоко трехраздельные, длиной до 15 см и шириной до 20 см. Цветок

правильный, до 9 см в диаметре, оригинальной формы и окраски с преобладанием нежно-лиловых и фиолетовых тонов. Плод – съедобная ароматная ягода, длиной до 10 см и шириной до 5 см. семена длиной 5-6 мм и шириной 3-4 мм, черные, яйцевидные, с сетчато-ячеистой поверхностью.

Цветет с июля до поздней осени; плоды созревают в сентябре – октябре с первого года вегетации. Собирают надземную часть в фазе цветения и в конце вегетации. Срок годности сырья 2 года

Размножается семенами, путем посева на глубину 2-3 см. норма высева семян 80-100 кг/га при ширине междурядий 70 см. в производстве используется вегетативный способ размножения отрезками корневищ длиной 10-15 см путем посадки их в борозды на глубину 15-20 см в виде сплошной ленты. Расход посадочных отрезков корневищ 400 кг/га. Урожайность травы 9-10 т/га.

Распространена в Южной Америке (Бразилия) и на Бермудских островах; вторичный ареал охватывает Северную Америку (от Вирджинии до Миссури, юг Флориды и Техаса). Встречается в тропических лесах. Культивируется по типу многолетней культуры во влажных субтропиках Закавказья. Первые сведения о выращивании пассифлоры на Черноморском побережье относятся к 1871-81 гг. О лекарственном значении этого растения упоминалось в начале XX века. Первые плантации были заложены в 1960 году в Западной Грузии.

Используют надземные органы, содержащие β-карболиновые алкалоиды: гарман, поргарман, гармин, гармол (до 0,5 %); флавоноиды (сапонарин, сапонаретин, витексин, гомоориентин); сапонины; кумарины; хиноны; витамины; цианогенный гликозид. В надземной части содержатся макроэлементы (мг/г): калий – 9,9, кальций – 14,6. магний – 5,6, железо – 1,6; является концент-ратором железа, меди, алюминия, ванадия, селена, никеля, стронция [96].

Препарат экстракт пассифлоры жидкий (*Extractum Passiflorae fluidum*) применяют в качестве успокаивающего средства при неврастении, тиках,

бессоннице, повышенной возбудимости, шуме в ушах, головной боли, гипертонии, хроническом алкоголизме, вегетативных нарушениях в период климакса и предклимакса; обладает также противосудорожным действием. Противопоказания: стенокардия, инфаркт миокарда, атеросклероз сосудов мозга и сердца.

Автор настоящей монографии в 1964 году защитил кандидатскую диссертацию на тему: “Пассифлора инкарнатная в условиях влажных субтропиков Грузинской ССР“.

СУМАХ ДУБИЛЬНЫЙ

Rhus coriaria L.

Семейство сумаховые – *Anacardiaceae*

Дерево высотой до 8 м, реже кустарник до 3-5 м с буроватой корой. Молодые побеги густоопушенные. Листья очередные, непарноперистые, длиной до 25 см, состоят из 9-17 яйцевидных, крупнозубчатых листочков длиной до 6,5 см и шириной до 3 см. Цветки мелкие, беловатые; мужские в рыхлых метелках длиной до 25 см, женские в более плотных метелках длиной до 15 см. Плод – шаровидная или почковидная, сухая волосистая костянка до 6 мм в диаметре, при созревании красного цвета. Семена – костянки оливково-коричневого цвета, длиной до 3 мм.

Цветет в июне – июле; плоды созревают в сентябре – октябре. Размножается семенами и корневыми отпрысками.

Распространен в Крыму и на Кавказе, на юго-западе Таджикистана и в прилегающих районах южного Узбекистана, в горах Западного Копетдага. Встречается на сухих южных открытых склонах, на высоте до 700 м н.у.м.

Используют листья, содержащие дубильные вещества (до 33 %), в т.ч. танин (до 15 %), тетрасахарид галловой кислоты, метиловый эфир галловой кислоты, свободную галловую кислоту; флавоноиды (мирицитрин до 2,3 %). В семенах жирное масло (15,5 %); фосфолипиды (до 0,4 %).

Из листьев получают галлодубильную кислоту. Препарат Танин (*Tanninum)* применяют в качестве вяжущего и противовоспалительного средства при кровотечениях, поносах, энтеритах, колитах, для промывания желудка; при стоматитах, гингивитах, фарингитах; воспалительных заболеваниях полости рта и зева; при ожогах, язвах, трещинах, пролежнях; при отравлениях алкалоидами и солями тяжелых металлов [12]. Лекарственные формы показаны при болезнях пищеварительной системы – гастрите, гепатохолицистите, энтерите, колите. Ветви, листья и семена – при ангинах. Плоды – при начальных стадиях диабета, при опухолях.

Медоносное растение.

СУШЕНИЦА ТОПЯНАЯ

Gnaphalium uliginosum L.

Семейство астровые – *Asteraceae*

Известно под названиями: сушеница болотная, пуховка, снежок, толстушка, волошки, горлянка, залом, змеевик, летучий огонь, жабья трава, порезная трава.

Однолетнее растение высотой до 70 см с тонким стержневым корнем. Стебли тонкие, с серовато-зеленым или беловатым войлочным опушением, от основания ветвистые. Листья очередные, линейно-ланцетные, длиной до 5 см и шириной до 5 мм. Цветки светло-желтые, очень мелкие, собраны в яйцевидные корзинки диаметром до 4 мм. Плоды – зеленовато-серые, продолговатые семянки длиной до 0,8 мм.

Цветет в июне – августе; плоды созревают в августе – октябре. Сырье собирают в период цветения. Размножается семенами, путем посева их под зиму или ранней весной (стратифицированными семенами). Ширина междурядий 45 см.

Распространено в европейской части России, в Западной и Восточной Сибири, реже на Кавказе, дальнем Востоке и в Казахстане. Встречается на

огородах, в посевах, на сырых местах, по берегам рек, прудов, водоемов, на высохших болотах, сорных местах.

Используют надземные органы, содержащие дубильные вещества (до 7 %); эфирное масло (от 0.05 до 0.2 %); смолы (до 16 %); каротин (55 мг%); тиамин; фитостерины; следы алкалоидов (гнафалин); аскорбиновую кислоту, витамины А, B_1, С, К; концентрирует алюминий, молибден, кадмий, селен, особенно железо, медь и цинк [96].

В официальной медицине настой травы сушеницы *(Infusum herbae Gnaphalii uliginosi*), настойка (*Tinctura Gnaphalii uliginosi*), жидкий экстракт *(Extractum fluidi Gnaphalii uliginosi*) используют в качестве противовоспалительных, гипотензивных средств в начальной стадии гипертонии; при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. Масляный экстракт используют для обработки труднозаживающих ран, язв, т.к. он ускоряет регенеративные процессы в поврежденных тканях.

В традиционной медицине употребляют траву для лечения стенокардии. Настой травы принимают по ½-⅓ стакана 2-3 раза в день после еды. Сушеница обладает болеутоляющим действием, поэтому ее часто применяют при спазмах и боли в желудке. Отвар из 30 г травы на стакан воды принимают по столовой ложке 4-5 раз в день до еды. Пьют этот отвар без особой нормы и при ранах, кожных язвах. Получив выпариванием крепкий отвар, делают мазь из 1 части отвара и 4 частей коровьего масла и меда. Для мази вместо отвара можно использовать тонкий порошок травы. Раны примачивают крепким отваром сушеницы. При гипертонической болезни принимают ароматические ванны из сушеницы. По 20 минут при температуре 38°С. Отвар готовят из расчета 50 г травы на ведро воды. Рекомендуют при тромбофлебите и других тромбозах делать теплые ножные ванны в настое травы сушеницы.

Сушеница входит в ряд сборов. Например, сбор для лечения гастрита с повышенной кислотностью желудочного сока и язвенной болезни: сухая трава сушеницы и зверобоя (по 2 столовые ложки), трава золототысячника,

спорыша, чистотела и листья шалфея (по столовой ложке), цветки тысячелистника (десертная ложка), листья мяты перечной и корневища аира (по чайной ложке), семена тмина (½ чайной ложки). Все перемешивают; 6 столовых ложек этого сбора настаивают в 1 л кипятка в течение 12 часов, процеживают и пьют по полстакана 3-4 раза в день через час после еды в течение 1-2 месяцев и более [83].

В гинекологической практике рекомендуют при эрозиях и язвах шейки матки использовать отвар или экстракт из травы сушеницы. При маточных, кишечных. Наружных кровотечениях, туберкулезе, цинге, желудочных и нервных болезнях применяют настой из 1 столовой ложки сухой травы, залитой стаканом кипятка, настоянной 0,5 часа. Пьют по 1-2 столовых ложки 3 разав день до еды [83].

Имеются данные о применении 10 %-ный спиртовой настойки сушеницы при кавернозном туберкулезе, абсцессах легких и даже раковых опухолях. Принимают настойку по ½ чайной ложки 3 раза в день за полчаса до еды.

СФЕРОФИЗА СОЛОНЦОВАЯ

Sphaerophysa salsula (Pall.) DC.

Семейство мотыльковые – *Fabaceae*

Многолетнее травянистое растение высотой 60-100 см с длинным шнуровидным горизонтальным корневищем и многочисленными подземными побегами. Стебли прямые, с прижатыми ветвями. Листья очередные, непарно-перистые, длиной 3-10 см, с 6-10 парами продолговато-эллиптических листочков длиной 15 мм и шириной 7 мм на коротких черешках. Прилистники ланцетовидные, острые. Цветки мотылькового типа, кирпично-красного цвета, собраны в кисти длиной 4-10 см. плод – голый, вздутый, одногнездный многосемянный боб продолговато-шаровидной формы и светло-коричневого цвета, длиной 2,5-3,5 см и шириной 1,8-2 см. Семена мелкие, длиной 1,5 мм, округло-почковидные.

Цветет в мае – июле; плоды созревают в августе – сентябре. Размножается семенами и частями подземных побегов.

Распространено в России в равнинных и предгорных районах Дагестана, в южной Туве и в Забайкалье, в Восточной и Западной (по реке Иртыш) Сибири.

Используют траву, содержащую алкалоиды (до 0,4 %), изофлавоноиды и фитостерины, кумарины.

Препарат Сферофизин бензойнокислый показан при гипертонической болезни I и II стадии; в акушерско-гинекологической практике при слабой родовой деятельности, атонии матки. Применяют его и для рожениц с гипертонической болезнью и атеросклерозом [12].

Кормовое растение для крупного рогатого скота.

ТАТАРНИК КОЛЮЧИЙ

Onopordum acanthium L.

Семейство астровые – *Asteraceae*

Двулетнее, сильно колючее, травянистое растение высотой 30-200 (250) см с прямостоячим, ветвистым крылатым стеблем. Крылья до 1,5 см ширины, по краю, как и листья, неровно-выемчатые, с выступающими игловидными желтыми шипами длиной 3-6 мм. Листья очередные, перисто-лопастные, крупные, длиной 12-30 (45) см. Цветки собраны в шарообразных корзинках диаметром 3-7 мм, расположенных одиночно или по 2-3 на верхушке стебля и его разветвлениях. Все цветки трубчатые, обоеполые. Плоды – семянки, обратнояйцевидные, длиной 4-6 мм, светло-серого цвета с темными пятнышками и легко отделяющимся хохолком, вдвое длиннее семянки.

Цветет с июня по сентябрь; плоды созревают в августе – октябре.

Распространен в средней полосе европейской части, на Кавказе, в Западной Сибири, в Казахстане. Произрастает по пустырям, у дорог и жилья, часто образует заросли.

В семенах содержится жирное масло (30-35 %), алкалоиды (до 0,1 %), флавоноиды, кумарины, дубильные вещества. В листьях сесквитерпеновый лактон аркциопикрин, алкалоиды (0,05 %).

Препараты татарника противопоказаны при гипертонии [16].

В традиционной медицине татарник применяют для лечения злокачественных опухолей и гнойных ран.

В ряде стран используют это растение в качестве профилактического средства после операции – удаления злокачественных опухолей, при раке кожи, язвах, волчанке, скрофулезе.

О противораковых свойствах татарника имеются также сведения в русских травниках [33].

Татарник обладает тонизирующим, кардиотоническим, гипертензивным, диуретическим, кровоостанавливающим и бактерицидным действием. Листья и соцветия оказывают ранозаживляющее действие. Применяется при болезнях почек и мочевыводящих путей. Масло плодов близко к подсолнечному. Медоносное растение.

ТЕРМОПСИС ЛАНЦЕТОВИДНЫЙ

Thermopsis lanceolata R.Br.

Семейство мотыльковые – *Fabaceae*

Встречается под названиями: термопсис ланцетный, мышатник, пьяная трава.

Многолетнее травянистое растение высотой до 50 см с мощной системой корневищ и придаточных корней. Главный корень достигает длины 2 м. Стебли прямостоячие, ветвящиеся, многочисленные. Листья очередные, тройчатые, черешковые. Листочки продолговатые, длиной до 7,6 см, шириной 2,3 см. Цветки желтые, длиной до 2,8 см, собраны в негустые конечные кисти длиной до 17 см. Плоды – прямые или слегка дугообразные бобы, длиной до 9 см и шириной до 1,2 см. Семена почти округлые, гладкие, блестящие, длиной до 5 мм и шириной 3,5 мм.

Цветет в июне – августе; плоды созревают в августе – сентябре. Размножается семенами и вегетативно (отрезками корневищ).

Распространен в России на Кавказе, в Сибири, в Прибайкалье и Забайкалье, на Дальнем Востоке и в Центральной Якутии. Предпочитает степи и предгорья; низины – типичные места обитания термопсиса ланцетовидного. Развивается он на песчаных и солонцеватых почвах, иногда засоряет посевы.

Используют траву, содержащую алкалоиды (до 4,05 %): термопсин, термопсидин, гомотермопсин, метилцитизин, аргентин; сапонины, пахикарпин, анагирин, цитизин; флавоноиды (0,3 %); β-каротин; дубильные вещества; гликозид термопсиланцин; витамин С (до 285 мг%); смолы; следы эфирного масла; слизи. В надземной части содержатся макроэлементы (мг/г): калий – 20,8. кальций – 8.0, магний – 2.9. железо – 0.2; а также микроэлементы: марганец, медь, цинк, молибден, хром, алюминий, селен, никель, свинец, бор. Является концентратором селена и никеля [96].

Растение ядовито.

Академик А.П.Орехов впервые выделил алкалоид цитизин, который обладает сильным, возбуждающим дыхание действием, превосходящим известный алкалоид лобелин [61].

Экстракт термопсиса сухой, таблетки от кашля, сухая микстура от кашля для взрослых, настой травы применяются в качестве отхаркивающего средства при хронических бронхитах, трахеитах, бронхопневмониях. Алкалоид цитизин входит в состав препарата Цититон, применяемого при асфиксии, шоке, коллапсе, головокружениях, остановке дыхания во время операции, вследствие применения наркоза, при травмах, интоксикации, отравлении. Цититон (*Cytitonum)* входит в состав таблеток Табекс, применяемых для облегчения отвыкания от курения.

В традиционной медицине использовался с давних времен. В 1933 году русский ученый М.Н.Варлаков обосновал целесообразность использования

этого вида термопсиса как заменителя известного импортного противорвотного сырья – корня ипекакуаны.

В традиционной медицине Бурятии траву применяют в качестве противоглистного средства, как отхаркивающее при гриппе, бронхите, катаре дыхательных путей, для возбуждения перистальтики, при кожных заболеваниях и головной боли.

Сушат траву на солнце или в тени, в огневых сушилках при 50-60°С.

Неогаленовые формы термопсиса по отхаркивающим и рвотным свойствам не уступают препаратам ипекакуаны обыкновенной, закупаемых по импорту. Прекрасно успокаивают воспалительный процесс в органах дыхания.

Биологически активные вещества термопсиса повышают кровяное давление, усиливают функцию надпочечников, обладают ганглиоблокирующими свойствами; используются при катаральных явлениях верхних дыхательных путей и ротоглотки.

ТИСС ЯГОДНЫЙ

Taxus baccata L.

Семейство тисовые – *Taxaceae*

Встречается под названиями: нагной, негниющее дерево, тисовое дерево, зеленица и другие.

Многолетнее вечнозеленое хвойное дерево или крупный кустарник высотой до 20 м с красно-бурой гладкой корой. Ствол его до 80 см в диаметре. Листья остаются на дереве 5-8 лет. Пластинки листьев ланцетные, плоские, с выдающейся продольной жилкой, длиной 3-3,5 см и шириной около 2 см. Сверху листья темно-зеленые, лоснящиеся, очередные. Мужские цветки до 5 мм длиной, расположены в пазухах листьев, почти шаровидные, окружены при основании чешуями; микроспорофиллов 6-14, щитовидных, с 5-8 микроспорангиями каждый. Микроспоры шаровидные, с зернистой экзиной и очень тонкой интиной. Плод – ложная ягода с одним семенем.

Семена имеют мясистый наружный слой ярко-малинового цвета, сладкий на вкус; внутренний слой деревянеющий. Семена черного цвета. Древесина очень ценная.

Распространен в Крыму и на Кавказе. Тисс – вырождающийся вид. Сохранилось всего несколько естественных рощ. Введен в культуру, в парковое строительство в Средней Азии, на западе и юге Украины.

Растение ядовито.

Во всех частях растения содержатся алкалоиды (токсин – от 0,18 до 2.0 %; милоссин); гликозид токсикантин; флавоноиды; каротиноиды; лигнаны; стероиды. В молодых побегах – гликозид таксикантин; рафиноза, сахароза; энзимы (инвертин, эмульсин). В коре дубильные вещества (10 %). В семенах жирное масло (28,9 %); таксин (0,16 %). В мясистой оболочке – красящее вещество таксарадин.

В традиционной медицине настой из сухих листьев 4-6 г на 400 мл воды применялся при водянке [156].

При лечении водянки также рекомендовали порошок семян 0,5-1 г на прием или экстракт семян (1 часть на 6 частей спирта). На прием ⅓ или 1/6 г экстракта.

Лекарственные формы применяются при лечении новообразований: раке яичников, молочной железы, прямой кишки, кожи. При этом используют кору, ветви, хвою.

Из семян готовят вытяжку, которую также применяют при учащенном сердцебиении. Пьют ее по ½ столовой ложки 4 раза в день способ приготовления: очищенные от плодовой оболочки семена высушивают на воздухе, растирают в ступке, заливают водой (1:1) и кипятят на легком огне до половинного объема жидкости, процеживают; полученную жидкость на медленном огне упаривают до густоты меда.

На Кавказе листья употребляли при болезнях сердца; древесину при водянке, концы ветвей в качестве абортивного средства [196].

Семена по действию близки к препаратам наперстянки. Их применяли при сердечных болезнях. Однако, в больших дозах они могут привести к рвоте, головокружению, расширению зрачков и даже к конвульсиям. Сироп из сока коробочек женских цветков применяют при кашле, коликах, геморроидальных болях, а также при болях и камнях в мочевом пузыре [115]. При асците и лихорадках используются древесина и кровельки. При диспепсии, ревматизме, запорах, диарее, рахите, анемии, цинге – хвоя.

В гомеопатии тисс используют для лечения подагры, ревматизма, болезней сердца, при дрожании век, желудочных и печеночных болях, болезнях почек и мочевого пузыря [51].

ТОЛОКНЯНКА ОБЫКНОВЕННАЯ

Acrostaphylos uva-ursi (L.) Spreng.

Семейство вересковые – *Ericaceae*

Известно под названиями: медвежье ушко, медвежья ягода, костянка, толокнянка, толоконка, толокница.

Вечнозеленый кустарничек со стелющимися побегами длиной до 2 м. внешне напоминает бруснику. Листья очередные, кожистые, толстые, продолговато-обратно-яйцевидные, темно-зеленые, длиной до 2,5 см и шириной 2,7 см. Цветки мелкие, длиной до 6 мм, розовые, сидят в коротких кистях на концах побегов. Плоды – ягодообразные костянки красного цвета, до 8 мм в диаметре.

Цветет в мае – июле; плоды созревают в июле – сентябре. Листья заготавливают в период цветения. Срок годности сырья 5 лет. Размножается вегетативно (отрезками корневищ), реже семенами.

Распространено в европейской части России, в Западной и Восточной Сибири, на Дальнем Востоке, в Западном Закавказье, в Предкавказье, в Карпатах, в Крыму. Растет в хвойных и лиственничных лесах, на открытых песчаных, щебенчатых и каменистых осыпях, на гарях и вырубках иногда образует сплошные массивы.

Используют листья (в период цветения), содержащие дубильные вещества пирогалловой группы (30-41,6 %); галловую кислоту (до 6 %); эллаготанин; метилабутин (1,17-1,22 %); хинную, муравьиную, яблочную и урсоловую (0,4-0,75 %) кислоты; иридоиды; витамин С; флавоноиды (0,33-1,85 %) – уваол, гиперозид, кверцетин, изокверцитрин, мирицитрин, кверцитин,гидрохинон; фенолы; гликозиды (арбутин до 17,4 %); эфирное масло (0,01 %). Концентрирует цинк.

В официальной медицине применяют отвар листьев *(Decoctum folii Uvae ursi),* настой *(Infusum folii Uvae ursi*) в качестве дезинфицирующих и мочегонных средств при воспалительных заболеваниях мочевого пузыря и мочевыводящих путей, мочекаменной болезни, для очищения мочевыводящих путей от бактериальной флоры.

Листья входят в состав мочегонного чая; сбора “Бруснивер-Т“, сбора “Гербафоль“, сбора мочегонного №1 вместе с цветками василька и солодковым корнем; сбора мочегонного №2 с плодами можжевельника и солодковым корнем.

На Руси с древних времен использовали препараты из листьев (*Folia Uvae ursi*), экстракт из листьев густой *(Extractum Uvae ursi spirituosum spissum)*, экстракт жидкий *(Extractum fluidum Uvae ursi*) и гликозид (*Arbutinum)* [21]. Применяли их в качестве вяжущего, противовоспалительного и мочегонного средства при воспалениях мочевого пузыря и кровотечениях из почек.

При этом рекомендовали давать толокнянку в виде отвара. Однако большие дозы вызывали тошноту и рвоту. Отвар готовили из расчета 8,5 г листьев на 400 мл воды. Принимали и просто порошок из листьев толокнянки по 2,1 г 2, 3, 4 раза в день [110].

В традиционной медицине толокнянку назначают при поносах, при холецистите и подагре. При этом 1 столовую ложку сырья заливают 200 мл кипятка, настаивают и пьют в течение дня.

Однако применять толокнянку следует с мерами предосторожности. Противопоказана она при беременности. При гломерулонефритах толокнянка может раздражать почечную паренхиму [109].

По данным народных корреспондентов, толокнянку принимают при атонии желудочно-кишечного тракта по 2 стакана в день. Для этого готовят отвар из 25 г листьев на 3 стакана воды (кипятят, пока не останется ⅔ объема). При воспалении мочевого пузыря (цистит) принимают по полстакана 3 раза в день отвар из 30 г листьев на 0,5 л воды. Кипятят 15 минут на малом огне и еще 20 минут настаивают, тепло укутав [116].

При желтухе и желчнокаменной болезни пользуются следующей смесью: берут поровну листья толокнянки, траву спорыша, кукурузные рыльца, стручки фасоли и траву грыжника голого; 15 г смеси настаивают в стакане кипятка. Принимают теплым по полстакана 3 раза в день [116].

В гомеопатии применяются: *Uva-ursi – Injeel (forte) (D4), D12, D30, D200.*

Корни и надземную часть можно использовать для дубления и окраски кожи в темно-зеленый цвет и другие цвета (красный, фиолетовый, оранжевый, коричневый). Плоды можно добавлять при выпечке хлеба. Рекомендуется использовать толокнянку для укрепления склонов. Она является и кормовым растением.

ТУЯ ЗАПАДНАЯ

Thuja occidentalis L.

Семейство кипарисовые – *Cupressaceae*

Встречается под названиями: железное дерево, душистое дерево, душнянка, негниючка.

Многолетний кустарник или дерево до 8 м высоты с короткими (до 4 мм) трехгранными листьями зеленого цвета. Перистопарные листья чешуевидные, тупые, с бугорчатой железкой на верхней стороне. Шипики на концах коротких олиственных веточек отогнуты книзу, длиной 7-13 мм,

гладкие, зеленые, затем буреющие. Шишки состоят из пары бесплодных (верхних) и 2-4 плодущих чешуй. Семена плоские, продолговато-овальные, длиной 3-4 мм, желто-коричневые.

Родина – Северная Америка (Вирджиния, Канада). Культивируется в Европе, в т.ч. на большей части территории России, за исключением крайнего северо-востока европейской части лесной зоны Сибири. Широко используется в озеленении городов.

Чаще всего используются свежие, собранные перед или вначале цветением, молодые ветки с листьями, реже все растение. Порошок из веточек применяют в гомеопатии при острых кондиломах [40]. Настойку – при нервных болезнях [59]. Настойку и отвар применяют в качестве мочегонного средства.

В традиционной медицине мазь, отвар, настойка из молодых побегов с листьями применялись при суставном и мышечном ревматизме [52]. Эфирное масло применяли как противоглистное средство. Отвар и настойку применяли при лечении венерических болезней – сифилиса, триппера, гонореи, воспалении яичников [44]. Имеются сведения о лечении настойкой из всего растения геморроя, полипов, воспаления желез [59].

Следует помнить, что повышенные дозы настойки или отвара туи могут быть токсичны и приводить к отравлению со смертельным исходом.

Применяют это растение при болезнях печени и почек, аллергических реакциях, обменных и других заболеваниях, в т.ч. при артритах, остеохондрозе, гепатохолецистите, желчнокаменной болезни, цистите, уретрите, хроническом простатите и аденоме предстательной железы.

Отвар листьев и древесины туи рекомендован при простудном кашле, ревматизме, водянке, лихорадке, при метеоризме.

Листья употребляют в виде порошка по 1,8-3,7 г два раза в день. Для отвара берут 90 г листьев или стружек древесины, заливают 1200 мл воды, кипятят и принимают по чайной чашке несколько раз в день.

Древесина обладает потогонным действием [201].

Применяют тую как диуретик, а также при круглых глистах в качестве глистогонного средства.

В традиционной медицине тую издавна используют в качестве рассасывающего средства при новообразованиях, для расасывания рубцов и спаек.

Местно, в виде настойки, тую используют при лечении даже красной волчанки.

Следует использовать этот вид с мерами предосторожности. Растение слабо ядовито, принимать его следует под наблюдением врача. Не рекомендуют принимать лекарственные формы туи при беременности.

Настой готовят из 1 столовой ложки травы, которую настаивают с 200 мл кипятка (суточная доза). Принимают в 3 приема за 30 минут до еды.

Спиртовую настойку готовят из расчета 1 часть травы на 10 частей 40°-ного спирта. Принимают внутрь по 10-15 капель 3-4 раза в день, а также используют в качестве наружного средства.

В гомеопатии применяется при заболеваниях мочевыводящих путей, опухолях, рубцах, спайках и аллергических реакциях [47]. Применяются: *Thuja – Injeel (forte) S (D4), D12, D30, D200, D1000.*

ТЫСЯЧЕЛИСТНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

Achillea millefolium L.

Семейство астровые – *Asteraceae*

Встречается под названиями: дервей, белая кашка, маточник, белоголовник, порезник, кровавник, порезная трава, бедренец, змеиная трава, пахучая трава, порезница.

Многолетнее травянистое растение высотой до 120 см с тонким ползучим корневищем. Стебли прямостоячие, опушенные, не ветвистые. Листья очередные, ланцетные или линейные, длиной до 15 см и шириной 3 см, дважды или трижды перисто-рассеченные. Цветки белые, реже розовые,

мелкие, собраны в соцветия корзинки. Плоды – плоские продолговатые семянки длиной до 2 мм.

Цветет с июня по октябрь; плоды созревают в июле – сентябре. Траву собирают в первой половине августа .срок хранения сырья 3 года.

Распространен в Азии, Северной Америке, в Европе, в т.ч. в европейской части России почти повсеместно, кроме северных районов Сибири, Нижнего Поволжья, Дальнего Востока, а также пустынных районов Средней Азии и Казахстана. Распространен в лесной, лесостепной и степной зонах, часто встречается по окраинам полей, у дорог.

В культуре размножается семенами и отрезками корневищ. Для культивирования наиболее приемлем вегетативный способ размножения. Корневища закладывают с осени, в октябре-ноябре (на юге) или в марте в посадочные борозды на глубину 10-15 см на расстоянии 30 см друг от друга. Междурядья 70 см. Под основную перекопку (вспашку) вносят суперфосфат в дозе 30-40 г/м² и 15-20 калийной соли. Ежегодно в начале массового отрастания растений вносят аммиачную селитру в дозе 15-20. Рассадный способ культуры предусматривает выгонку рассады путем посева семян на глубину 0,5-1,0 см рядовым способом на коллекционном участке размножения. После посева семена мульчируют тонким (0,5 см) слоем. При 3-4 парах настоящих листочков рассада готова к пересадке на постоянное место, при расстоянии между растениями в ряду 25-30 см и междурядьями 60-70 см. После 5 лет пребывания на одном месте, урожайность растения снижается; целесообразно плантацию заложить заново.

В листьях содержится витамин К (до 0,05 %), алкалоидоподобное вещество ахилеин, метилбетаин (до 0,05 %); в соцветиях содержатся сесквитерпеновые лактоны; в траве сапонины (до 8,9 %); в листьях и соцветиях эфирное масло (до 3,7 %), камфора, сложные эфиры и спирты; муравьиная, уксусная, изовалериановая кислоты; витамин С, каротин; дубильные вещества (до 3,8 %), смолы и горечи.

В официальной медицине используют траву тысячелистника *(Herba Millefolii)*, собранную в период цветения, входит она в состав аппетитного сбора. Настой травы (15 г на 200 мл) применяют по 1 столовой ложке 3 раза в день. Экстракт тысячелистника жидкий принимают по 40-50 капель 3 раза в день за полчаса до еды. Соцветия используют при злокачественных новообразованиях и болезнях иммунной системы.

В традиционной медицине этот вид в основном известен как хорошее кровоостанавливающее и ранозаживляющее средство (соцветия, трава). Назначали его при болезнях печени, подагре, ревматизме, туберкулезе лимфатических желез, бесплодии, а также в качестве глистогонного средства; при болезненных менструациях; патологическом климаксе; гипертензии; анемии и туберкулезе легких

Не рекомендовали применять тысячелистник при беременности. Растение ядовито. Длительное употребление его лекарственных форм и передозировки вызывают головокружение и кожные сыпи. Следует точно соблюдать дозировку [16].

Из других видов тысячелистника представляют интерес тысячелистник благородный *(A.nobiles L.*) и чахоточная трава – тысячелистник птармика *(A. ptarmica L.*). Первый вид значительно уступает в своем развитии второму. Имеет высоту 30-60 см. цветет с июня до глубокой осени; плоды созревают с августа. Распространен в европейской части России, в Крыму и на Кавказе, в Сибири. Второй вид высотой 30-150 см с ползучим корневищем. Цветет с июля до половины августа.

Использовались эти виды как составная часть пластыря, накладываемого на артерии рук и ног при лихорадке. Упоминание о них находили в травниках XVII века. В дневниках И.Лепехина [94] упоминают о тысячелистнике как о средстве, применяемом при затрудненном дыхании. Настой травы рекомендовали при грудных болезнях и кровохаркании [195] . Водный и спиртовой настой употребляли при геморрое [13].

В Пермской губернии тысячелистник применяли для лечения ран и в виде чая при болях в спине, головных болях, при маточных кровотечениях [62]. Истолченный порошок травы применялся для лечения ран у кавказских племен [131]. Свежий сок использовали при носовых кровотечениях. Трава рекомендовалась и для лечения поноса.

При бронхите, особенно остром, рекомендуется принимать 4 раза в день по 2 столовые ложки сок свежей травы или настойку (30 г травы на 100 мл спирта или стакан водки) по 40-60 капель 4 раза в день [159].

С древних времен использовали лекарственные формы: цветки тысячелистника *(Flores Millefolii*), листья (*Folia Millefolii*), трава *(Herba Millefolii),* экстракт травы (*Ext. Millefolii*) и эфирное масло (*Oleum Millefolii*).

Для приема внутрь брали 1 столовую ложку сырья и настаивали с 1,5 стаканами кипятка (суточная доза). Для наружного употребления брали 3 столовые ложки на 1,5-2 стакана кипятка.

Тысячелистник кроме кровоостанавливающего действия, применялся при туберкулезе, а выжатый сок растения реко-мендовали применять при ночных поллюциях, застарелых белях, гонорее, при почечнокаменной болезни. Настои травы при этом применяли длительное время вместо чая.

Толченая трава использовалась как наружное средство для заживления ран и язв.

На Руси настои готовили из расчета 7,5-11 г травы с цветками на 400 мл горячей воды. Лучшим оказался более крепкий настой из 60 г сухой травы с верхушками на 480 мл кипяченой воды, которые настаивали 15 минут в закрытом сосуде и принимали по чайной чашке 3 раза в день. Этот настой использовали и в качестве наружного средства для примочек и промываний.

В аптеках на Руси продавались “Травные противоцинготные сборы“, в которых присутствовала трава тысячелистника. а также “Гнанное масло тысячелистника“, близкое к маслу ромашки. Использовали его в качестве хорошего болеутоляющего, противосудорожного и ветрогонного средства.

На прием давали по 3-6 капель масла, которые капали на сахар или принимали с холодным водным настоем.

Корень тысячелистника применялся как профилактическое средство от чумы.

Ранозаживляющие свойства тысячелистника использовались в различных лекарственных формах. Выжатый сок растения кипятили с воском и салом, получая домашний ранозаживляющий пластырь. Такого же свойства получали бальзам из цветочных верхушек, настоянных с водкой.

Использовали и для дубления кож.

Это растение пользовалось огромной популярностью в народе.

Отвар из 10 г травы с цветками на стакан воды кипятили 10 минут и принимали по полстакана 3 раза в день при хроническом гастрите. Настойку из 30 г травы на 100 мл спирта рекомендовали по 50 капель 3 раза в день при геморрое. Считалось, что при этом заболевании лучше принимать свежий сок травы по 2 столовые ложки в день, желательно с медом.

Для наружного применения готовили мазь из 1 части вышеуказанной настойки на 4 части вазелина. Летом такую мазь можно готовить из свежих цветков, которые растирают со свежим нутряным свиным салом (1:1). Отвар, настой, настойку или сок принимали также при желудочно-кишечных заболеваниях, желчнокаменной болезни, гнойничковых поражениях кожи, угрях, прыщах. Тысячелистник пьют как чай, без нормы, или пользуются настойкой, соком при появлении крови в моче (гематурия). При лишаях, чесотке, золотухе (скрофулез) принимают ванны (50 г травы на ведро воды) и одновременно принимают внутрь лекарственные формы. Помогает он и при ночном недержании мочи, плохом аппетите, спазмах желудка и кишечника, поллюциях. Принимают тысячелистник и при бессоннице, язвенной болезни. В быту это растение считается универсальным средством лечения [116].

При увеличении селезенки берут 50 г травы с цветками на стакан кипятка, добавляют 50 г цветков календулы (ноготков) и заливают смесь 0.5 л кипятка. Принимают по 1 стакану 2 раза в день.

Обычно врачи с большим трудом лечат различные виды экземы; в то же время, есть сведения, что болезнь быстро излечивается, если крепким настоем тысячелистника парить больные места и принимать настой растения внутрь [116].

В косметике тысячелистник используется как биостимулятор для укрепления волос; ароматизатор в парфюмерии. Следует иметь в виду, что если лицо умывать отваром травы тысячелистника, коры крушины или листьев подорожника с молоком в равных соотношениях, кожа становится матовой, бархатистой. В кулинарии используется как пряность.

Является кормовым растением для крупного рогатого скота, лошадей, промысловых животных.

В гомеопатии применяются: *Millefolium – Injeel (forte) (D4), D12, D30, D200.* Применяется также вместе с донником для лечения и профилактики кровотечений [89].

УНАБИ

Ziziphus jujube Mill.

Семейство крушиновые – *Rhamnaceae*

Встречается под названиями: китайский финик, юююба китайская.

Крупный, высотой 3-8 м, листопадный ветвистый кустарник, реже деревце до 9 м высотой с ветвями красно-коричневого цвета, покрытыми острыми шипами до 3 см длиной. Листья очередные, продолговато-яйцевидные, почти сидячие, расположены двурядно на тонких побегах. Цветки небольшие, зеленоватые, расположены клубочками в пазухах листьев. Плод – шаровидная съедобная костянка длиной до 4 см и 2,5 см в диаметре, весом до 45 г. Сверху плод покрыт красно-коричневой или желтой глянцевой кожицей. Мясистая мякоть составляет 74-97 % веса плода.

Цветет в июне – июле; плоды созревают в августе – октябре.

Распространена в Закавказье, в Азербайджане, в Средней Азии. Разводится на приусадебных участках, имеются небольшие плантации. С растения можно собрать до 60 кг плодов.

В плодах углеводы (до 40 %); протеин (5 %); яблочная (свыше 1,55 %) и янтарная кислоты; пектиновые вещества (до 5,85 %); смолы (свыше 2 %); дубильные вещества (1,2 %). В плодах много витамина С (до 1100 мг%) и Р (до 100 мг%). Плоды вялят, сушат, консервируют, едят в свежем виде, добавляют в лепешки, используют для приготовления напитков и кондитерских изделий [66].

Листья обладают фитонцидным действием.

Плоды в сухом виде в традиционной медицине издавна применяли в виде отвара как обволакивающее, слизистое вещество при кашле, бронхите, коклюше [103].

Имеются сведения о применении плодов при лечении гипертонической болезни, как мягчительное, отхаркивающее, тонизирующее. мочегонное средство [66].

В “Каноне медицины“ Ибн-Сина рекомендовал плоды для лечения грудных болезней, болезней печени и мочевого пузыря.

Отвар плодов применяли внутрь при кровотечениях из горла и наружно – как средство от чесотки [1]. Ходило поверие, что если болит голова, необходимо спать под кроной унаби.

Отвар плодов использовали в Средней Азии при малокровии, болях в груди, при астме, одышке, болезнях печени, почек, при поносе и оспе [44].

УНГЕРНИЯ ВИКТОРА

Ungernia victoris Vved.

Семейство амариллисовые – *Amaryllidaceae*

Встречается под названием амонкора.

Многолетнее луковичное растение. Развивающее луковицу до 12 см в диаметре и придаточные корни длиной до 60 см и 0.4 см толщиной. В

феврале развиваются от 7 до 15 листьев длиной до 40 см и шириной 4 см. Листья двухрядные, сочные, гладкие, линейные, туповатые. Полностью развиваются в середине апреля. В конце мая – начале июня засыхают. Цветоносы до 30 см высотой. Цветки желтовато-розовые, длиной до 7 см. собраны от 2 до 7 в зонтиковидные соцветия. Плоды – трехлопастные вздутые коробочки до 3 см в диаметре. Семена от 10 до 30 в коробочке, темно-коричневые, плоские.

Цветет в конце июля – начале августа; плоды созревают в сентябре. Размножается семенами и вегетативно (отпочковыванием дочерних луковиц).

Распространена в Средней Азии: в западной части Памиро-Алая на высоте от 800 до 2700 м н.у.м. Интродуцирована в южные районы России.

Используют листья, содержащие алкалоиды (до 1 %), в т.ч. галантамин (до 0.2 %) и ликорин (до 0,073 %), горденин (до 0,039 %), тацеттин (до 0,1 %), панкратин (до 0,15 %).

Препарат Галантамина гидробромид – антихолинэстеразное средство при миастении, миопатии, чувствительных и двигательных нарушениях, вызванных полиневритами; при остаточных явлениях после полиомиелита; психогенной и спинальной импотенции.

Препарат Ликорина гидрохлорид *(Lycorini hydrochloridum*) оказывает бронхолитическое действие, повышает секрецию бронхиальных желез и разжижает мокроту. Показан при заболеваниях легких и бронхов.

ФИАЛКА ТРЕХЦВЕТНАЯ

Viola tricolor L.

Семейство фиалковые –*Violaceae*

Известно под названиями: анютины глазки, Иван-да-Марья, братики, троецветка, полевые братчики, полуцвет, топорчики. Русское название “Иван-да-Марья “- “брат и сестра“связаны с легендой о парне и девушке, горячо полюбивших друг-друга, но поженившись, они узнали, что являются братом и сестрой и, с горя, превратились в цветок, оставаясь вместе на

протяжении жизни. Для людей они всегда являются символом любви и верности.

Однолетнее или двулетнее растение высотой до 80 см с тонким стержневым корнем. Стебли прямостоячие или стелющиеся, простые или ветвистые. Листья очередные, длиной до 7 см и шириной до 2 см, широкояйцевидные. Цветки одиночные, сине- или бледно-фиолетовые, 2-3 см в диаметре, на длинных (до 13 см) цветоножках. Плоды – коробочки, растрескивающиеся на 3 створки. Семена мелкие, буроватые, блестящие.

Цветет с апреля до поздней осени; плодоносит с июня.. собирают траву в фазе цветения. Срок хранения сырья 3 года. Размножается семенами, путем поверхностного посева, а на легких почвах посевом на 0,5-1,0 см с междурядьями 45-60 см. При основной подготовке почвы под перекопку (перепашку) вносят 3-4 кг/м² органических удобрений, а после появления всходов проводят подкормку нитроаммофоской в дозе 15-20 г/м². рассаду выращивают также, как и близких к ней садовых видов, форм. Используют холодные парники. В июне-июле в них рядами или вразброс высевают семена фиалки, слегка заделывая их граблями в почву. Затем сеянцы с развитыми первыми листочками пикируют в ящички, парники с площадью питания 8х8 см. В августе готовую рассаду высаживают на постоянное место с площадью питания 25-30 см в ряду и 60 см в междурядьях. Растения хорошо зимуют.

Распространено в Евразии до Скандинавии и Исландии. В России в европейской части, реже в Западной и Восточной Сибири, а также в Средней Азии. Растет на открытых местах, лесных полянах в смешанных и хвойных лесах. Среди кустарников, по краям торфяников.

Целебные свойства ее были известны еще в древности.

Используют надземную часть, содержащую рутин (в листьях до 0,13 %, в стеблях до 0,08 %, в корнях до 0,05 %); алкалоиды (до 2,1 %); полисахариды; кверцетин; эфирное масло (до 0,01 %); каротиноиды – β-каротин (до 40 мг%), виолаксантин, зеоксантин, ауроксантин, флавоксантин;

салициловую кислоту; кумарины; витамин С; терпеноиды; сапонины, танин, флавоноиды (до 10 %), слизистые полисахариды; концентрирует барий, бор, железо, молибден, селен, цинк. В листьях – витамин С, Р, каротин, рутин (0,13 %). В цветках – антоциановые гликозиды: виоланин, 3-гликозид дельфинидина и 3-гликозид пеонидина. В семенах эфирное масло (38,2 %).

Настой травы (*Infusum herbae Violae tricolori*) 1:200 используют в качестве отхаркивающего средства при острых респираторных заболеваниях, хроническом бронхите; способствует усилению секреции бронхиальных желез, разжижению и легкому выделению мокроты; входит в состав других отхаркивающих средств (сборов, чаев). Как мочегонное средство используется при цистите. При передозировке приводит к рвоте, поносу, зудящей сыпи [16].

В официальной медицине наряду с травой фиалки трехцветной используют траву фиалки полевой *(V. arvensis Murr).*

В традиционной медицине применяют при кожных заболеваниях, золотухе и как мочегонное средство, а также при злокачественных новообразованиях.

В XI веке в одном из лечебных трактатов [90] указывалось:

“Тертыми если наложишь, местам воспаленным помогут;

Выпьешь – и выгонит хмель, а тяжелую голову лечат

Лишь ароматом цветка, иль венком из фиалок венчая;

Если в воде их размочишь и выпьешь, - излечатся десны

Тертые корни ее в сочетании с уксусом сушат

И селезенку: их пьют иль на область ее налагают;

Этим путем, говорят, и горячую лечат подагру

Так у детей унимает и кашель она, и одышку.

Свойство лакрицы она, сообщает Плиний, имеет “.

На Руси фиалку трехцветную применяют в стоматологии: пьют при шатаниях зубов в виде водного настоя из 8,5 г свежей травы или 4,3 г сухой с

480 мл кипятка. Можно принимать в виде порошка от 0,6 г до 4,3 г с сахаром 2 раза в день.

Трава фиалки обладает слабительным, рвотным, мочегонным и кровоочистительными свойствами [140].

Употребляют ее при неврозах, сердцебиении, бессоннице. Трава фиалки трехцветной один из необходимых компонентов в сборах, используемых для лечения заболеваний мочевыводящих путей. Обладает она мочегонным и противовоспалительным действием. В традиционной медицине траву считали потогонным и “кровоочистительным“ средством. Назначали ее при заболеваниях суставов, различных кожных заболеваниях, при фурункулезе, диатезе, экземе. Наружно широко применяется для ванн при лечении суставов и кожных заболеваний.

Для лечения этих заболеваний берут 1-2 столовые ложки травы и заваривают в 500 мл кипятка (суточная доза). Настой (10:200) применяют по 1 столовой ложке 3 раза в день. Противопоказана при гломерунонефрите, гепатите [89]. Длительное применение настоя фиалки иногда приводит к рвоте, сыпи.

Применяли фиалку (траву) при лечении золотухи. Она входит в состав известного “аверина чая“ . Для этого берут 4 части травы фиалки, 4 части травы череды, 1 часть травы паслена сладко-горького; смешивают и 1 столовую ложку этого сбора заваривают стаканом кипятка. Детям дают в охлажденном виде по 1 столовой ложке 3 раза в день. Используют этот чай для ванночек и обмываний золотушных детей .

При угрях и для лечения лишаев применяли траву фиалки трехцветной в виде настоя из 8,5 г свежей травы или 4,3 г сухой с 180 мл кипятка. Можно использовать просто порошок от 0,6 г до 4,3 г с сахаром 2 раза в день [110].

В 1902 году в России применяли лекарственные формы: корни фиалки *(Radix Violae)*, цветки *(Flores Violae odoratae*) и сироп (*Sirupus Violarum*), приготавливаемый из свежих цветков [21].

В гомеопатии применяется: *Viola tricolor – Injeel (forte) (D4), D12, D30, D200.*

В ветеринарии настой травы используется для усиления секреции бронхиальных желез, разжижения мокроты, обладает противовоспалительным действием. на прием дают крупному рогатому скоту 20-25 г, овцам 5-10 г, собакам 2-5 г, курам 1 г.

ФИРМИАНА ПРОСТАЯ

Firmiana platanifolia (L.f.) A. Schott et Endl.

Семейство стеркулиевые – *Sterculiaceae*

Встречается под названиями: стеркулия платанолистная, китайское зонтичное дерево, японское лаковое дерево.

Быстрорастущее листопадное дерево высотой до 30 м с зонтиковидной кроной и стержневой корневой системой. Ствол прямой с серовато-зеленой гладкой корой. Листья очередные, крупные, длиной до 35 см и шириной 45 см, глубоко 3-5- лопастные, на длинных черешках; напоминают листья платана. Цветки мелкие, желтовато-зеленые, собраны в соцветие – конечную метелку длиной до 25 см. Плод – пятичленная сборная кожистая листовка длиной до 10 см. Семена шаровидные, до 1 см в диаметре, серо-желтого цвета.

Цветет в июле – августе; плоды созревают в сентябре – октябре. Размножается семенами, путем посева в горшочки, ящики на глубину 2-3 см в питательный субстрат, состоящий из 1 части земли, 1 части торфа, 0,5 части песка. Температура прорастания семян 20-25°С. Посев производят свежесобранными семенами. Развившиеся к маю сеянцы высаживают в коллекционный питомник размножения с площадью питания 20-30 см в ряду и 45 см в междурядьях. Через 1-2 года сеянцы можно высаживать на постоянное место с расстоянием между растениями 3-4 м. Для удобства заготовки листьев необходимо формировать крону путем регулярной прищипки верхушечных точек роста. Растения предпочитают открытое

местоположение, кислые почвы, не требовательны к уходу. Хорошо реагирует на минеральные подкормки нитроаммофоской в дозе 15-20 г/м² и мульчирование слоем торфа 10-15 см.

Распространена в субтропиках Китая, Японии и Индокитая. В России интродуцирована в субтропики Закавказья; встречается на Украине (в Крыму), в Туркмении, Узбекистане и Таджикистане в качестве декоративного растения.

Используют листья, содержащие следы гликозидов, алкалоидов; органические кислоты; смолистые и дубильные вещества (до 4 %); эфирное масло. В листьях содержаться макроэлементы (мг/г): калий -28,5. кальций – 28,4, магний – 7,4, железо – 0,3; микроэлементы: марганец, медь, цинк, кобальт, хром, алюминий, никель, свинец, йод. Являются концентраторами стронция, селена, бария, бора. Особенно бария [96].

В официальной медицине настойка стеркулии (*Tinctura Sterculiae)* применяется в качестве стимулирующего и тонизирующего средства при гипотонии, астении, физическом и умственном переутомлении, понижении мышечного тонуса.

В традиционной медицине плоды применяют как средство, уничтожающее седину волос.

ХВОЩ ПОЛЕВОЙ

Equsetum arvense L.

Семейство хвощовые – *Equisetaceae*

Встречается под названиями: ельник болотный, хвост конский, хвощик, елка полевая, столбец болотный.

Многолетнее споровое травянистое растение с тонким горизонтальным корневищем и клубеньками до 7 мм в диаметре. Весной появляются красноватые спороносные побеги высотой до 20 см. Летом развиваются вегетативные зеленые побеги высотой до 60 см. Споролистники

щитковидные, с внутренней стороны несут спорангии. Споры шаровидные, зеленые.

Созревают споры в апреле – мае. Сбор сырья (травы) производят в июне – августе. Срок хранения 4 года.

Распространено в России почти повсеместно, кроме арктических зон Крайнего Севера. Растет в степной и лесной зонах, по берегам рек.

Используют надземную часть, содержащую значительное количество кремниевой кислоты (до 25 %); сапонин эквизетонин (до 5 %); алкалоиды – никотин, палюстрин (эквизетин); 3-метокси-пиридин; диметилсульфон; флавоноиды – эквицетрин, изокверцитрин, лютеолин, 7-гликозидлютеолин; каротин (до 4,7 мг%), витамин С (до 190 мг%); яблочную, аконитовую и щавелевую кислоты; белки (до 16 %), ситостерин; флавоновые гликозиды; жирное масло (до 3,5 %); дубильные вещества; следы алкалоидов; горечи; смолы; минеральные соли. Концентрирует молибден, селен [10].

Хвощ полевой – ядовитое растение. Противопоказан при остром воспалении почек, требует точной дозировки.

В официальной медицине траву хвоща полевого в виде чая, настоя *(Infusum Equiseti arvensis*) (20:200), отвара (*Decoctum herbae Equiseti arvensis*), жидкого экстракта (*Extractum Equiseti arvensis fluidi),* брикетов применяют в качестве мочегонного средства при сердечных и других заболеваниях, сопровождающихся застойными явлениями. Обладает хвощ кровоостанавливающими свойствами, поэтому назначают его при геморроидальных и маточных кровотечениях, при остром и хроническом отравлении свинцом.

Сухой экстракт хвоща входит в состав комплексного препарата Марелин, применяемого при фосфорном и оксалатном нефроуролитиазе, в т.ч. нефролитиазе, осложненным калькулезным пиелонефритом, при солевом диатезе.

В традиционной медицине применяют при заболеваниях печени, почек, мочевого пузыря, женских болезнях, маточных, геморроидальных, легочных,

носовых кровотечениях и как сердечное средство. Противопоказанием к применению является нефрит, нефрозы.

При влажном плеврите принимали его по ⅓ стакана 3 раза в день, делая отвар из 30 г травы, залитой стаканом воды. При водянке принимали по 3 столовых ложки 3-4 раз в день отвар из 50 г травы на стакан воды.

При воспалении почек, мочевого пузыря (цистит) принимали отвар по ⅓ стакана 3 раза в день. При желтухе также принимали отвар из 50 г травы по 3 столовых ложки 3-4 раз в день. В домашних условиях экстракт, продаваемый в аптеке, заменяли настойкой из 30 г травы на 100 мл 40 %-ного спирта. При “костоеде” – остеомиелите, воспалении костного мозга рекомендовалось прикладывать к больным местам компресс из отвара полевого хвоща. Используют отвар и настой хвоща для полосканий при болезнях десен и зубов (2 столовые ложки травы парят всю ночь в стакане воды). Хвощевые компрессы и примочки применяют при лечении нарывов, фурункулов, стригущего лишая, кожного зуда. При застарелых ранах и язвах рекомендовали мазь следующего состава: на 1 часть аптечного экстракта полевого хвоща брали 4 части коровьего масла или вазелина [116].

Трава хвоща применяется также при ревматизме, желчнокаменной и почечнокаменной болезни, при заболеваниях глаз, при новообразованиях желудка и кишечника в качестве хорошего кровоостанавливающего средства при различных внутренних и наружных кровотечениях и при гиперменорее.

Препараты из растения применяются и в качестве наружного средства: для лечения хронических язв и свищей, вялозаживающих ран; спринцеваний при белях, для ножных ран при потливости ног и для мытья головы при себорее [89]. Для косметических целей применяется настой хвоща полевого: 15 г сухой травы заливают 200 мл кипятка, настаивают 30 минут, процеживают и протирают жирную кожу. Крем “Аленушка“ (водные настои хвоща полевого, тысячелистника, ромашки и Витар) – питает, смягчает, придает коже эластичность, снимает раздражение. Крем “Тюльпан“ (настой хвоща полевого, белокопытника, полиненасыщенные жирные кислоты) –

весьма эффективное средство для ухода за жирной кожей, уменьшает жирность лица, освежает, питает, улучшает кровообращение.

Хвощ входит в состав мочегонных чаев. В ветеринарии траву применяют как мочегонное средство, дезинфицирующее мочевыводящие пути, а также при сердечной недостаточности, сопровождающейся застойными явлениями и отеками. Дают животным в виде отвара или настоя (1:10). Дозировки внутрь: лошадям и крупному рогатому скоту15-30 г; овцам и свиньям 5-10 г; собакам 1-2 г

На Руси при отсутствии родовых потуг принимали отвар (15 г сухой травы вываривали в 200-300 мл воды). Пили его по чайной ложке каждые 15 минут. Можно принимать и по ½ столовой ложки каждые полчаса. В качестве абортивного средства также использовали отвар из 30 г травы в 360 мл воды, который уваривали наполовину и принимали по 1 столовой ложке через 1-2 часа. Однако, следует знать, что это может вызвать появление крови в моче и заболевание почек (нефрит) [125]. Иногда этот вид хвоща применяли при диатезе, подагре, ревматизме [81]. Имеются сведения, что трава используется при упадке сил, а также при эпилепсии [58].

Интересен рецепт лечения хвощом гипертонической болезни. Готовят смесь: по 10 частей плодов боярышника и травы омелы и 40 частей травы хвоща; столовую ложку сбора заваривают в стакане крутого кипятка и пьют в течении дня в три приема.

Хвощ обладает широким спектром фармакологической активности: противовоспалительным, дезинфицирующим, мочегонным, кровоостанавливающим, кардиотоническим, общеукрепляющим, ранозаживляющим и вяжущим действием; способствует нормализации водно-солевого обмена, выведению холестерина, различных токсических веществ и шлаков из организма.

Его добавляют в сборы при лечении атеросклероза, подагры. Наиболее известен хвощ в народной и научной медицине как мочегонное и противовоспалительное средство при заболеваниях почек и мочевого пузыря,

отеках различной этиологии. А также экссудативных плевритах [89], при отеках конечностей, болезнях крови, неврозах; он способствует выведению радионуклеидов из организма.

В гомеопатии хвощ использовали в качестве противосудорожного средства у беременных [70].

Весенние сочные молодые побеги можно употреблять в пищу в свежем виде, в виде запеканок, отваривая из и используя их в качестве начинки для пирогов. Можно готовить супы и окрошку.

ХМЕЛЬ ОБЫКНОВЕННЫЙ

Humulus lupulus L.

Семейство коноплевые – *Cannabaceae*

Встречается под названиями: хмель, хмелица, цвиль, горкач, кошлак, сербет и другие.

Многолетнее травянистое растение – лиана, развивающее побеги 3-6 (18) м длиной и ползучее корневище. Листья цельные или трех-пятилопастные, супротивные, на длинных черешках. Цветки расположены в пазухах листьев. Мужские – желтовато-зеленые; собраны в метельчатые соцветия. Женские собраны в шишковидные светло-зеленые повислые сережки, которые, разрастаясь, образуют соплодия в виде шишек, расположенных одиночно или кистями. Плод – сплющенный односемянный орешек.

Цветет в июне – июле; плоды созревают в июле – сентябре. Шишки убирают осенью. Срок хранения 2 года. Размножается вегетативно – отрезками корневищ и черенками. В первый год черенки укореняют в грядках. Через год их можно высаживать на постоянное место. растение очень отзывчиво к условиям питания. В посадочные ямки вносят 3-4 кг перепревшего навоза в смеси с фосфорными (25 г) и калийными (15 г) удобрениями. Расстояние между растениями в ряду 1 м, междурядья 2,0-2,5 м. Быстрому развитию растений способствуют органические подкормки

навозной жижей в период активной вегетации. Хмель – опорная культура, поэтому как только побеги достигнут длины 60-90 см, их напускают на направляющие шнуры, шпагат, проволоку (тросики), другие прочные нити. Опоры под культурой должны быть прочными. “Шишки” хмеля появляются уже в первый год. На зиму нижнюю часть растений окучивают.

Распространен в Евразии, в т.ч. по всей европейской части России, в Западной Сибири, на Кавказе, в горных районах Казахстана и в Средней Азии. Растет по долинам рек, в сырых широколиственных лесах, среди кустарников. Широко культивируется в США, Англии, Германии, Чехословакии, Югославии. В России – в Поволжье, на Алтае, в Восточной и Западной Сибири, в Черноземных областях, на Дальнем Востоке; в Средней Азии.

Используют соплодия (“шишки“) хмеля, содержащие смолистые вещества (до 26 %); смесь хмелевых кислот: гумулона, люпулона, когумулона, колюпулона; лупулин, хумулин; эфирное масло (0,4 %); хмеледубильную и валериановую кислоты; дубильные вещества (3,4 %); холин; витамины – рутин, B_1, B_2, B_3, B_6, C; следы алкалоидов и другие вещества.

В официальной медицине хумулин и эфирное масло используют в качестве успокаивающих и болеутоляющих средств. Они входят в состав препарата Уролесан. Применяемый при почечных коликах и в состав препаратов Валокардин (*Valocordin*), Валоседан и другие.

На Руси хмель известен с древних времен; применяли лекарственные формы: железки хмеля (*Glandulae Lupuli*), соплодия входят в состав сбора (*Species ad Tomentum resolvens*). Из хмелевых железок готовили спиртовую настойку (*Tinctura Lupulini*) [21].

В традиционной медицине при водянке и сильной слабости рекомендуют отвар шишек (0,5-1,5 г хмеля на 80-240 мл воды), применяют его 2-5 раз в день [60]. Чай и экстракт из шишек применяют как болеутоляющее и снотворное средство [88]. Мазь из шишек применяют

против язв и нарывов. Лупулин считается легким успокаивающим и возбуждающим пищеварение средством. Рекомендовали его при золотухе, изнурении, плохом пищеварении, как противолихорадочное и болеутоляющее средство . Кроме того, использовали лупулин (железки) при водянке, цинге, хронических кожных сыпях, пятнах на коже, при запорах, одышке, судорогах, хроническом ревматизме [160]. Давали его в дозе 0,1-0,2 г 2-3 раза в день. Передозировка лупулина может вызвать рвоту, боли в желудке, чувство усталости, разбитости, головные боли [17].

В Пермской губернии от шума в голове шишки привязывали ко лбу и вискам [81]. В других источниках указывалось о случаях лечения хмелем золотухи, лишаев, опухолей печени и селезенки; в больших дозах шишки очищали организм от глистов [76].

Ванны и подушки, набитые шишками, способствовали сну, обладали болеутоляющим действием [60]. Отвар шишек на Кавказе использовали для полоскания рта при цинге, а горла при потере голоса. В Абхазии отвар всего растения применяли при сифилисе [196].

В Сибири теплые припарки из хмеля широко используются при лечении нарывов, ушибов, угрей, абсцессов .

Хмель обладает выраженным успокаивающим действием, применяют его при неврозах, истерии, климактерических расстройствах.

Относят его к горечам и применяют при астении и гастритах в качестве общеукрепляющего, улучшающего аппетит и пищеварение средства. Шишки часто добавляют в сборы, применяемые при лечении заболеваний печени, почек, мочевого пузыря, нарушения обмена веществ.

Лекарственные формы из растения оказывают болеутоляющее, противовоспалительное и спазмолитическое действие, поэтому они эффективны при циститах и уретритах.

В традиционной медицине хмель издавна применяют и в качестве наружного средства: в виде мази или припарок для снятия боли и воспаления при подагре, ревматизме, ушибах. При себорее волосистой части кожи

головы моют голову настоем шишек. Подушка, наполненная свежими шишками хмеля, помогает от бессонницы. Хмель надо принимать с мерами предосторожности, т.к. это растение ядовито. При передозировке его возможно появление общего недомогания, головной боли, тошноты, рвоты, болей в области сердца и одышки.

При приеме внутрь берут 2 чайные ложки шишек и настаивают в 1 стакане кипятка; принимают в 3 приема (суточная доза). Для наружного применения делали настой из 2-х столовых ложек с 1½ стаканами кипятка. Порошок из шишек принимают по ½ чайной ложки 3 раза в день за 20-40 минут до еды, запивая водой [149].

По данным народных корреспондентов, можно лечить холецистит и другие заболевания желчного пузыря и печени отваром 10 г шишек хмеля на стакан воды) по столовой ложке 3 раза в день или настойкой (25 г шишек, настоянных на 100 мл 40 %-ного спирта) по 40 капель 3 раза в день [116]. Также лечили водянку, нефрит, воспаление почек и мочевого пузыря (цистит), желтуху. Крепкий отвар, получаемый упариванием шишек хмеля, использовали для изготовления мази (1 часть отвара на 4 части вазелина). Ее применяли для лечения лишая, пятен на коже, других кожных болезней.

Отвар или настойку хмеля принимали при невралгии, нарушениях обмена веществ. При радикулите использовали наружно для растирания настойку или мазь хмеля. При бессоннице отвар хмеля пили в теплом виде по стакану перед сном, свежими шишками набивали подушку. Как успокаивающее нервы средство, принимали в виде отвара по столовой ложке 3 раза в день. Мазь из хмеля успокаивает боль от ушибов и синяков [116].

Шишки хмеля использовали в косметике. При выпадении волос рекомендовали мыть голову 2 раза в неделю отваром из смеси растений: шишек хмеля и корней лопуха по 20 г, цветков календулы 10 г. экстракты из шишек используются в косметике и дерматологии для изготовления лечебных кремов и растворов, которые устраняю перхоть, укрепляют волосы,

показаны при дерматитах [201]. В наши дни хмель входит в состав ряда шампуней, например, аиро-хмелевого “Таро“ [139].

Дегенеративные изменения кожи обусловлены снижением с возрастом количества эстрогенов. Поэтому пациентам с преждевременным увяданием кожи рекомендуют настой из шишек хмеля внутрь (1 чайная ложка на стакан кипятка, на ночь). Можно применять и порошок шишек по 1-2 г 3 раза в день или настойку (1 часть хмеля и 5 частей 40 %-ного спирта) по 40 капель 3 раза в день. Увядающую кожу целесообразно умывать настоем из шишек хмеля и листьев шалфея (в равных частях). В наше время имеются несколько косметических кремов, например, питательный крем для сухой и нормальной кожи “Грезы“. В него входит экстракт хмеля, содержащий растительные эстрогены. Этот биокрем хорошо питает кожу, задерживает увядание, улучшает кровообращение, цвет лица, омолаживает, тонизирует, снимает дряблость, сухость кожи. Крем “Флора“ (экстракт хмеля) омолаживает, тонизирует кожу лица, стимулирует функцию сальных желез.

Шишки используются в гомеопатии*: Lupulus – Injeel (forte) (D3), D10, D30, D200.*

В ветеринарии отвар шишек хмеля добавляют в корм свиньям с целью подавления полового инстинкта и при гельминтозе. Дозы приема внутрь для крупных животных 25-50 г, мелких 3-5 г.

Имеет хмель и пищевое значение. Весной молодые подземные побеги используют вместо спаржи и цветной капусты. Молодые листья с успехом заменяют капусту при приготовлении щей. Хмель входит в пищевые добавки, используется для изготовления заквасок в хлебопечении, приготовлении безалкогольных напитков, в пивоварении; является консервантом для плодов и овощей. Съедобен для крупного рогатого скота.

ЦЕТРАРИЯ ИСЛАНДСКАЯ

Cetraria islandica (L.) Ach.

Семейство пармелиевые - *Parmeliaceae*

Класс *Ascolichenes* – сумчатые лишайники

Встречается под названиями: исландский лишайник и исландский “мох”.

Цетрария образует кустистое прямостоячее, реже беспорядочно распростертое слоевище, состоящее из компактных вертикальных лопастей. Лопасти неправильно-лентовидной формы, кожисто-хрящеватые, узкие, плоские, высотой до 10 см, шириной 0.3-5.0 см с короткими темными ресничками. Нижняя сторона лопастей усеяна белыми пятнышками различной формы. В сухом виде цетрария имеет темно-коричневую окраску. Плодовые тела развиваются на концах сильно расширенных лопастей. Они имеют блюдцеобразную форму с плоским диском до 1,5 см в диаметре. В них развиваются видимые только под микроскопом сумки, наполненные спорами.

Широко распространена в Северном полушарии, в т.ч. в европейской части России. Произрастает в горах Кавказа, Алтая, Саян и Дальнего Востока, на Украине. Растет в лесной и тундровой зонах, в высокогорных районах, на дюнах и торфяниках; часто встречается в сосновых и смешанных лесах и лесостепи в Полесье.

Используется все растение – слоевище, содержащее много углеводов (от 30 до 70 %); горькое вещество цетрарин (2-3 %); органические кислоты (лихестериновая, протолихестериновая, фумарпротоцетраровая, аскорбиновая, фолиевая); камедь (3,6 %); жиры (1-2 %); витамины группы В.

Цетрария представляет интерес как продукт питания для больных диабетом в виде студня, муки, которую следует прибавлять к обычной ржаной муке [14].

В Словаре болезней (“О сохранении здравия и жизни”, 1859) хорошо описано действие исландского мха: “Врачи употребляют с отличною пользой для людей, изнуренных чахоткой, сухоткою, поносом, глистами и другими болезнями, и даже тогда, когда уже желудок не только чернаго, но и белого хлеба и другой легчайшей пищи варить не может. Даже горечь его,

неприятна для вкуса, не только не вредна, но всегда весьма полезна для подкрепления желудка и всего тела: что подтверждает многолетнее употребление врачами слизи, приготовляемой из сего мха без всякого отделения от него горечи, для лечения больных“.

В этом же источнике указывалось, что исландский мох употребляется при кашле, лечении чахотки, кровохаркании, при длительном насморке, изнурительных поносах, безмерном мочеиспражнении, импотенции, кровавом поносе.

Имелись случаи полного излечения людей, истощенных чахоткой (туберкулезом) путем ежедневного приема молочной каши из исландского мха. Для этого брали 30 г мха и варили в 600 мл воды, пока останется 400 мл. принимали эту кашу по чайной чашке каждые 3 часа. В случае появления поноса от приема каши рекомендовали принимать по 10 г корня ревеня.

Исландский мох принимали и при избыточном пото-отделении, в виде отвара (из 30 г мха с 480 мл воды, упаренной до 360 мл) через каждые 2 часа. При хроническом насморке также принимали отвар (из 30 г мха с 480 мл воды) по стакану каждые 2 часа .

На Руси из исландского мха готовили целебное желе, которое рекомендовалось в случаях истощения организма. Для улучшения пищеварения, при кровохаркании, в качестве общеукрепляющего средства. Готовили его следующим образом: 75 г исландского мха обливали кипятком и давали постоять полчаса. Затем воду сливали сквозь сито, отжимали воду из мха и заливали его тремя бутылками холодной воды. Варили до получения крепкого клейковатого отвара, в который потом, после процеживания и отжатия мха, прибавляли истолченный в порошок корень корицы или корень имбиря 7,5 г, полную ложку порошка салепа, посыпая его с ладони понемногу в горячий отвар, беспрестанно мешая ложкой. Добавляли и мелкого сахара и белого меда, каждого по 2 столовых ложки. Все это варили на небольшом огне, мешая беспрестанно до тех пор, пока весь отвар не сделается густым. Принимали это желе от двух до четырех раз в сутки по 1

столовой ложке. Для лучшего усвоения желе, каждый раз больной может запивать чайной чашкой ароматной воды, например, мятной, мелиссной, укропной или померанцевой.

На Руси использовали обычно исландский мох трехлетнего возраста. При отваривании его выделяется большое количество слизи. Достаточно 30 г сухого мха отварить в 480 мл воды, чтобы получить 210 мл густой слизи.

Отмечалась польза исландского мха для больных с раздражительной слабостью, астенией, золотухой, изнурительной лихорадкой, анемией. Существовало несколько рецептов использования мха. Применяли мох при указанных заболеваниях в виде порошка от 1,8 до 3,7 г с сахаром или корнем солодки. Чаще всего употребляли в виде отвара из 30 г крупно истертого мха в 480 мл воды, упариваемого до 360 мл. отвар процеживали и пили с медом или с молоком по чайной чашке каждые 2 часа. Питательный отвар варили из 30-60 г вымоченного в течение 25 минут мха. Варили его в 800 мл молока, уваривая до половины и пили ежедневно с добавлением сахара. Доводили дозу до 800 мл в день. Чтобы снять слабительный эффект мха, его перед приготовлением отвара вымачивали сутки в воде.

Собирали мох 1 раз в 3 года в сырую погоду осенью. Добавляли в него небольшое количество муки и пекли вкусный хлеб, не уступающий пшеничному. Как кормовое, пользовалось успехом при откорме истощенных свиней лошадей [141].

В гомеопатии используется: *Cetraria islandica – Injeel (forte) (D4), D10, D30, D200.*

ЦИТРУС БИГАРДИЯ

Citrus bigaradia Risso

Семейство рутовые – *Rutaceae*

Встречается под названием померанец горький.

Небольшое вечнозеленое дерево высотой 2-4 (10) м. Ветви с длинными, тонкими, острыми колючками, достигающими в длину 10 см. Листья

очередные, черешковые, кожистые, яйцевидно-продолговатые, заостренные. Пластинка листа волнистая по краю, с ширококрылым черешком, снизу светло-зеленого цвета, имеет многочисленные просвечивающие вместилища эфирного масла. Цветки белого цвета, крупные, душистые, одиночные, собраны в пучки в пазухах листьев. Плод – “померанец”, шаровидный, 6-7 см в диаметре, немного вдавленный на обоих концах. Кожура толстая (до 1 см), неровнобугристая, ярко-оранжевого цвета, легко отделяется от мякоти. Семена светло-желтого цвета, с несколькими зародышами.

Цветет в апреле – мае; плоды созревают в ноябре – январе.

Родина – Юго-Восточная Азия. В России культивируется во влажных субтропиках Закавказья.

В кожуре плодов (померанцевой корке), опадающих незрелых плодах (“померанцевых орешках“) и цветках содержаться ценные биологически активные вещества. В кожуре плодов содержится эфирное масло (1-1,8 %), в составе которого мирцен, оцимен, терпинолен, α-пинен, α-камфен, α-лимонен, α-линахоол, α-терпинеол, нерол, фарнизол, бизаболол, фенилуксусная и бензойная кислота. В плодах – органические кислоты (лимонная, яблочная, галловая, салициловая), флавоноиды (гесперидин, неогесперидин, β-цетраурин и меранзин). В семенах – жирное масло (до 18 %). Листья и цветки содержат эфирное масло.

Кожура померанца входит в состав горькой настойки, применяемой для возбуждения аппетита.

На Руси использовали и законсервированные цветки померанца. Готовили их из расчета: 15 г сухого порошка цветков на 200 г сахарного порошка, воды. Использовали при головных болях, для укрепления нервов и желудка. Принимали ее по 7,4 г 2 раза в день.

При эпилепсии используют листья, истертые в порошок и принимают их в день по 2,1 г. Делают и отвар из 120 листочков померанца на 600 мл воды, уваривают до половины, прибавляют красного вина и сахара и все это выпивают в течение дня [166].

ЧАГА

Inonotus obliquus (Pers.) Pil.f.sterilis (Van.) Nikol.

Семейство гименохетовые – *Hymenochaetaceae*

Известно под названиями березовый гриб и трутовик скошенный.

Многолетний паразитарный гриб, развивающийся на стволах березы (реже ольхи, рябины, вяза, клена, бука). Образует желвакообразные наросты неправильной формы черного цвета (наружная часть) с неровной, сильно изрытой и надтреснутой поверхностью. Достигает веса 5 кг. Размножается спорами, которые распространяются по воздуху, попадают на поврежденные участки коры деревьев, прорастают, образуя разрастающийся нарост до 1,5 м длиной. Средняя часть гриба очень плотная, бурого цвета. Период роста 10-15 лет.

Распространен в зоне произрастания перечисленных пород деревьев, как в европейской, так и в азиатской части России.

Используют плодовое тело гриба, собираемое в течение всего лета только с берез. Химическое изучение гриба впервые проводилось в 1864 году профессором Г.Драгендорфом в Юрьевском университете (г. Тарту). Научное признание чага получила в 1955 году после химических и клинических исследований, проведенных профессором П.А.Якимовым и профессором П.К.Булатовым.

Наросты чаги содержат биологически активные вещества – водорастворимые, интенсивно окрашенные хромогены, полученные за счет комплекса активных фенольных альдегидов, полифенолов, оксифенолкарбоновых кислот и их хинонов. В состав гриба входит тритерпеноид инотодиол; стерины; птерины; полисахарид; лигнин; агарициновая, муравьиная, уксусная, масляная, щавелевая, ванилиновая и другие кислоты; алкалоиды; смолы.

В официальной медицине настой березового гриба – чаги (*Infusum fungus Betulinus*) применяют в качестве симтматического средства при

хронических анацидных гастритах, злокачественных образованиях различной локализации (неоперабельные случаи), как общеукрепляющее средство.

Полугустой экстракт из грибных наростов с добавлением 1 %-ного кобальта хлорида или 1,5 %-ного кобальта сульфата – препарат Бефунгин (*Befunginum)* – применяют при хронических гастритах, дискенезиях желудочно-кишечного тракта с преобладанием атонии, при язве желудка, злокачественных новообразованиях. Одну столовую ложку экстракта разводят в 200 мл теплой воды. Принимают по 1 столовой ложке 3-4 раза в день за 20-30 минут до еды [119].

В традиционной медицине издавна применяли березовый гриб. Одну столовую ложку порошка чаги заливают стаканом теплой воды (температура не выше 40-50°С) и настаивают в течение 6 часов. Весь настой выпивают глотками в 3 приема за 30 минут до еды. Настой чаги обладает и послабляющим действием. Курс лечения продолжается обычно 5-6 месяцев.

В домашних условиях настой чаги готовят следующим образом. Высушенный гриб заливают для размягчения холодной кипяченой водой, выдерживают в течение 4 часов, после чего пропускают через мясорубку или натирают на терке. На 1 часть измельченного гриба прибавляют 5 частей кипяченой воды (температура около 50°С) и настаивают в течение 48 часов. Затем жидкость сливают, остаток отжимают и к полученной жидкости добавляют воду, в которой замачивали гриб. Приготовленный настой может храниться 4 дня. Принимают по ½ - 1 стакану 3-4 раза в сутки за 30 минут до еды [74].

Лекарственные формы из чаги абсолютно безвредны и в то же время оказывают благоприятное действие даже на тяжело больных, уменьшают боль, улучшают их самочувствие. При лечении чагой следует соблюдать диету. Не рекомендуется в период лечения вводить внутривенно глюкозу, применять пенициллин. Они являются антагонистами гриба [23].

ЧАЙНЫЙ КУСТ КИТАЙСКИЙ

Thea sinensis L.

Семейство чайные – *Theaceae*

Встречается под названиями чай и чай китайский.

Вечнозеленый кустарник, реже дерево высотой до 10 м со стержневой корневой системой. Листья очередные, короткочерешковые, кожистые, блестящие, продолговато-эллиптические, по краю остро зубчатые, длиной до 7 см и шириной 4 см. Цветки расположены в пазухах листьев на коротких цветоножках; белые, с желтовато-розовым оттенком, до 5 см в диаметре, с приятным запахом. Плоды – трех-четырехгнездные, деревянистые, растрескивающиеся коробочки. Семена округлые, темно-коричневые, слегка блестящие, до 13 мм в диаметре.

Цветет с августа до поздней осени; плоды созревают в октябре – декабре.

Размножается семенами, путем посева на глубину 4-5 см, на гряды питомника размножения. Норма высева 150-170 кг/га. На плантацию высаживают 1-2 летние сеянцы. При вегетативном размножении используют полуодревесневшие черенки.В России культивируют сорта отечественной селекции. Урожайность около 4 т/га сырого чайного листа.

Распространен в Юго-Восточной Азии (Индия. Индокитай). Широко культивируется в Китае, Индии, Японии, Индонезии, в Шри-Ланке, в ряде районов Африки, в Южной Америке и Западной Европе, в Грузии. В Азербайджане, в России (в Краснодарском крае). Первая плантация чая появилась в Чакве в Западной Грузии, откуда это растение распространилось в другие районы страны.

Используют листья, содержащие танин (до 18 %); алкалоиды (до 5 %) – кофеин, теофиллин, теобромин; катехины; следы эфирных масел; витамины с (до 230 мг%), В, К и другие вещества.

Целебные свойства чая были известны за 2500 лет до нашей эры в Китае. Широко применяют чай как напиток, обладающий тонизирующим

действием; вяжущими свойствами при желудочно-кишечных заболеваниях. Кофеин относится к числу ценнейших лекарственных средств. Обладает возбуждающим и тонизирующим действием на центральную нервную систему, повышает умственную и физическую работоспособность; хорошее средство при головных болях, помогает при мигрени; мочегонное средство.

ЧЕМЕРИЦА БЕЛАЯ

Veratrum album L.

Семейство лилейные – *Liliaceae*

Многолетнее травянистое растение высотой 20-170 см с мясистым корневищем и мощным прямостоячим стеблем, густоопушенным в нижней части. Листья очередные, глубоко вдоль складчатые, верхние – ланцетные, нижние от эллиптических до широко эллиптических. Цветки от белого до желтовато-зеленого цвета, 0,8-1,5 см в диаметре, собраны в метельчатое соцветие длиной 30-60 см. Плод – коробочка. Семена по краю крылатые.

Цветет с июня до начала августа; семена созревают в сентябре – октябре.

Распространена в Европе, в Карпатах.

Используется высушенное корневище с корнями. В корнях содержатся (до 2,5 %) алкалоиды (иервин, изоиервин, псевдоиервин, рубинервин, изорубинервин и др.); флавоноиды; каротиноиды; фенольные кислоты; полисахариды. Выделено эфирное масло из семян (35,1 %).

С давних пор на Руси применялись лекарственные формы: сухое корневище (*Rhizoma Viratri albi)* и приготавливаемая из него спиртная настойка (*Tinctura Veratri albi*) [21].

В глубокой древности широко использовали этот вид при лечении нервно-психических заболеваний. Со времен Гиппократа порошок чемерицы употребляли при лечении умственного расстройства [202], при эпилепсии, параличах, против меланхолии [2], при сумасшествии, обмороках, нервном возбуждении. При нервных заболеваниях (меланхолии) принимали порошок

корня чемерицы белой в дозе 0,12-0,36 г на прием или настой воды 180 мл с 1,2 г порошка [110].

В одной из известных древних поэм “О свойствах трав“ [120] отмечалось:

“ Втянутый носом, чиханье ее порошок вызывает,

А от чиханья затем головы исчезают недуги;

К средствам его добавляют, что зрение делают ясным,

И, говорят, хорошо при глазных он поможет болезнях“.

Свойства этого вида чемерицы могут быть полезны и в быту. Вот что об этом писал Одо из Мена:

“Смешанный с кашей из полбы, мышей порошок убивает,

А с молоком в сочетанье он мухам готовит погибель“ [120].

Гомеопаты рекомендовали 1-2 капли настойки с водой при нервном истощении, нервном сердцебиении [66]. В гомеопатии применяются: *Veratrum – Injeel (forte) S (D4), D12, D30, D200.*

ЧЕМЕРИЦА ЛОБЕЛЯ

Veratrum lobelianum Bernh.

Семейство лилейные – *Liliaceae*

Встречается под названиями: волчок, кадило, трава белая, кукольник, чемеричный корень, черемис, черемига, чихотка и другие.

Многолетнее травянистое растение высотой 70-170 см с мясистым, вертикальным корневищем длиной 5-8 см и многочисленными сочными шнуровидными корнями толщиной 2-4 мм, светлого цвета. Стебель прямой, у основания утолщенный. Листья очередные, цельнокрайние, продольно-складчатые; нижние – широкоэллиптические, средние – яйцевидно-ланцетные. Цветки желтовато-зеленые, собраны в верхушечное метельчатое соцветие длиной 20-60 см. Плод – многосемянная коробочка длиной 2,5 см. Семена желтовато-бурые, плоские, длиной 6-10 мм.

Цветет с июля до начала августа; семена созревают в сентябре.

Распространена в европейской части России, в Западной Сибири, в горах Кавказа и восточного Тянь-Шаня, в Забайкалье, в Казахстане, в Киргизии. Встречается на сырых лесных полянах, опушках, заливных и высокотравных субальпийских лугах; иногда образует чистые заросли.

Наряду с чемерицей Лобеля в народе применяли близкие виды: чемерицу чашецветную *(V.calycinum Kom.),* распространенную в Приморском крае; чемерицу остродольную (*V.oxyseralum Turcs*.), произрастающая в Восточной Сибири и на Дальнем Востоке; чемерицу арктическую *(V. misae/ Sirj./ Loes.).*

Используют корневище с корнями этого вида, реже траву и листья.

Все органы содержат алкалоиды: в корнях (до 2,42 %), в корневищах (до 1,3 %), в траве (до 0,55 %). Наибольшее количество алкалоидов накапливается в фазе бутонизации. Алкалоиды мало изучены. Выделены иервин, вератраидин. В корнях содержаться также камедь, дубильные вещества, смолы, красящие вещества.

Применяют лекарственные формы в виде настоек, мазей, воды чемеричной (*Aqua Veratrii*) при ревматизме; в ветеринарии против чесотки, кожного овода, власоедов, вшей и других паразитов.

Растение ядовито.

В Российской фармакопее рекомендовали применять по 2-6 г на прием или 0,3 г сухого порошка корня [170]. Применяли чемерицу и в виде мази, отвара.

Настойка из корневищ в основном применялась в ветеринарной практике. Почти повсеместно чемерицу в России употребляли для лечения скота от червей (личинок мух), появляющихся летом на ранах. Раны промывали отваром корневищ и посыпали порошком из корневищ и листьев. использовали ее и как рвотное средство для свиней и собак [58]. Мазь из порошка корневища применяли при опухолях и ревматизме [202]. Кроме того, корневища улучшали пищеварение и усиливали аппетит жвачных животных . На Кавказе отвар чемерицы давали лошадям при кашле [196]. В

Пермской губернии сушеное корневище прикладывали в виде припарки при затвердении вымени у коров [202]. На Урале чемерицу применяли наружно для лечения мокреца у лошадей. там же чемерицей лечили зудящие сыпи [141].

В Российской Фармакопее (1802) это растение в виде отвара корневищ или мази применялось при золотухе и коросте.

В Казанской губернии корни использовали при лечении чесотки. Для этих же целей отвар сухих корневищ или мазь в Армении применяют 3 дня подряд. Мелким порошком, перемешанным со свиным салом, успешно лечили паршу головы, смазывая пораженные места 2 раза в день. Можно для этих же целей использовать отвар корней, обливая голову 2 раза в день [2]. Отваром лечили разъедающие злокачественные лишаи.

Чемерицу широко применяли и в косметике. Приготовливали настойку из 1 части корней и 4 частей 40 %-ного спирта и втирали ее 2 раза в день при веснушках и желтых пятнах [20,196]. На Алтае корнями лечили и ногтеед [238]. В Российской Фармакопее (1802) чемерицу применяли внутрь при нервных болезнях: меланхолии, сумасшествии, эпилепсии, ипохондрии и других. Имеются сведения, что этот вид чемерицы используется при эпилепсии, болезнях нервной системы, при параличе, радикулите, дерматите.

Мелкий порошок из корневищ с корнями – средство, вызывающее сильное чихание . Для этого готовили такую смесь: 1 часть чемерицы на 4-6 частей крахмала, муки и фиалкового корня (в равных количествах) [85]. Интересны свойства чемерицы и для решения социальной проблемы в наши дни – лечения хронического алкоголизма [81]. При этом корни высушивали и измельчали в порошок; затем брали щепоть этого порошка (чайную ложку) и настаивали в чашке воды. этот рецепт применяли в Пермской и Казанской губерниях. В Енисейской губернии делали настойку на водке и давали так пить, чтобы пьющий не знал, что он пьет [101]. В Томской губернии от запоя брали 1 горсть корневищ с корнями и настаивали в бутылке белого вина. Пили по 1 рюмке 2-3 раза в день. При этом нельзя было есть и больные

оберегались от простуды [38]. Настойка порошка и сам порошок применялись при воспалении легких, остром ревматизме, тифе, перемежающейся лихорадке [8]. Интересны и другие свойства этого растения. Так, в Томской и Пермской губерниях, на Урале, кусочки свежего корня клали на зуб, чем снимали зубную боль [146]. В Сибири настойкой корня натирают десны при зубной боли [43]. При ревматизме рекомендовали втирать спиртовую настойку в больные места, а отвар применяли внутрь [58].

В Российской Фармакопее (1802) имеются сведения о применении отвара, порошка и мази из чемерицы в качестве инсектицидного средства против блох, вшей, тараканов [141]. В Забайкалье и в Иркутской губернии местное население водные экстракты из травы чемерицы использовали для борьбы с вредителями сельскохозяйственных культур [168].

Стоит и в наши дни применять следующий народный рецепт для борьбы с тараканами, описанный А.Т.Болотовым еще в 1782 году:

“Накопав кореньев, оскобля и чисто выскоблив,

Положить наперед в свежую сметану или патоку на неделю,

Чтобы они напитались, а потом уже потчевать оною тараканов“.

Чемерица обладает и слабительным действием.

В XIX веке употребляли это растение против водянки, при болезнях сердца [157]. Лечили им и венерические заболевания [90]. Имеются сведения, что настой и отвар листьев дают детям при грыже [138]. На Алтае и в Пермской губернии корень употребляли при глистах. В Нижегородской губернии свежий корень по 2 г применяли при круглых и ленточных глистах [70]. Есть сведения, что на Алтае брали корень на бутылку воды и варили до образования сусла; пили его по 2-3 капли при параличе . В русских травниках отмечалось, что корень чемерицы обладает раздражающим, противотуберкулезным, рвотным, слабительным и глистогонным действием . В целом, растение ядовито и применять его следует с мерами предосторожности и лишь с разрешения лечащего врача.

То же следует иметь в виду при применении чемерицы и в ветеринарии. Имеются сведения, что 200 г сухой травы достаточно для гибели лошади. Вначале она обладает возбуждающим действием, в последующем парализует нервную систему – приводит к рвоте, поносу и даже к смертельному исходу .

В гомеопатии настойка корневища применяется от крапивной сыпи и от зубной боли .

ЧЕМЕРИЦА ЧЕРНАЯ

Veratrum nigrum L.

Семейство лилейные – *Liliaceae*

Встречается под названиями: черемишник, чемерика, кукольник, душной корень, злая трава.

Многолетнее травянистое растение высотой 60-100 (130) см с коротким, толстым, вертикальным корневищем и многочисленными шнуровидными, мочковатыми корешками. В верхней части густо окружено черно-бурыми волосками. Стебель прямой, в верхней части мягко-волосистый. Листья складчатые, голые; нижние – широко-эллиптические, коротко заостренные, длиной до 39 см и шириной до 20 см, верхние – ланцетные. Цветки беловойлочные, собраны в ветвистое метельчатое соцветие длиной 25-65 см. Плод – трехгранная коробочка длиной 1,5-2 мм и шириной 0,8-1 мм. Семена у этого вида сплющенные, крылатые.

Цветет в июне – августе; плоды созревают в августе – сентябре.

Распространена на юге европейской части России, в Западной и Восточной Сибири, на Дальнем Востоке на сухих лесных и пойменных лугах, горных склонах, среди кустарников, реже в лиственных лесах.

Химический состав растения близок к составу чемерицы Лобеля. В корнях из алкалоидов выделены иервин, рубинервин, веразин, в листьях – иервин [109].

В некоторых европейских странах (Франция) вот что о ней писали:

“Древние также ее предписали варить в чечевице

Или в похлебке; и так, говорят они, взятая лечит

Тех, кто безумьем страдает, и помощь дает при подагре.

Прочь лихорадку изгнав, говорят, при водянке поможет;

Чувствует дивную помощь, принявший ее паралитик;

Выпить ее, - и она облегчает болезни суставов“ [120].

В традиционной медицине на Руси применяется этот вид наряду с чемерицей Лобеля. Рекомендуют использовать ее при лечении кожных болезней [54]. На Алтае применяют ее от чесотки, обмывая настоем пораженные места. В этом же регионе настои листьев и травы пьют понемногу при лихорадке, при холере, от поноса и колик желудка .

В Красноярской губернии настой, отвар листьев использовали при грыже у детей [138].

В Енисейской губернии настойку на водке из травы пили при желудочных заболеваниях [133] и как рвотное средство. Применяли чемерицу и при эпилепсии, меланхолии, помешательстве и других нервных заболеваниях [55], при ревматизме, венерических заболеваниях [133]; в гомеопатии в качестве мочегонного средства при водянке [55].

Обычно корень чемерицы черной в виде водного настоя принимали 2 раза в день в теплом виде по чайной ложке. Для приготовления настоя брали 8,5-13 г корня и настаивали в 240 мл воды [152].

Интересно, что этот вид также использовался и как инсектицидное средство. Крепким отваром поливали овощные культуры от червей и других вредителей.

ЧЕРЕДА ТРЕХРАЗДЕЛЬНАЯ

Bidens tripartita L.

Семейство астровые – *Asteraceae*

Известно под названиями: череда, чернобривец болотный, причепа, козьи рожки, собачьи репяхи, золотушная трава, стрелка, собачки.

Однолетнее травянистое растение высотой до 100 см с разветвленным стержневым корнем. Стебель прямостоячий, почти от основания ветвящийся. Листья глубоко трехраздельные, верхние цельные. Цветки мелкие, желтые, трубчатые, собраны в корзинки до 2 см в диаметре на концах ветвей. Плоды – зеленовато-бурые семянки.

Цветет с конца июня до сентября; плоды созревают в августе – октябре. Траву заготавливают в фазе бутонизации или в начале цветения. Срок хранения сырья 3 года.

Размножается семенами, путем посева в грунт осенью или весной на глубину 2,5-3,5 см (при подзимнем посеве) и 2-3 см (при весеннем посеве) с шириной междурядий 45-60 см. Расход семян 0,6-1,2 г/м². Семена прорастают при 3-4°С; оптимальная температура для прорастания 15-20°С. Всходы появляются в течение 15-20 дней. Основные удобрения вносят осенью под перекопку (перепашку) в дозе 3-4 кг/м² вместе с нитроаммофоской в дозе 3 г/м². Одновременно с посевом в борозды вносят суперфосфат в дозе 0,5-0,7 г/м². В фазе стеблевания растения подкармливают аммофоской в дозе 10-15 г/м². Подзимний посев производят за 10-15 дней до наступления устойчивого похолодания. Он наиболее эффективен. При весеннем посеве семена требуют стратификации в течение 1,0-1,5 месяцев.

Распространено в европейской части России, кроме Крайнего Севера, на Кавказе, в Западной и Восточной Сибири, на юге Дальнего Востока, реже в Средней Азии. Введено в культуру в середине 80-х годов.

Используют надземную часть, содержащую каротин (свыше 50 мг%), аскорбиновую кислоту (60-70 мг%); следы эфирного масла (до 1,3 %); полиацетилены; дубильные вещества (4,5-5,8 %); флавоноиды (1,2-2,8 %); кумарины; тритерпиноиды, стероиды (1,1 % в траве); органические кислоты (до 6,2 % в траве); горечи; слизь. Концентрирует цинк, стронций, селен [96].

В официальной медицине настой травы череды (*Infusum herbae Bidentis)* применяют в детской практике для ванн в качестве противовоспалительного и противоаллергического средства при различных

диатезах и гнойничковых заболеваниях кожи; при простудных заболеваниях как потогонное и мочегонное средство, которое принимают внутрь по 1 столовой ложке. Выпускается в виде брикетов (*Bricetum herbae Bidentis*), травы в пачках *(Herba Bidentis tripartitae*).

В традиционной медицине череда известна как хорошее кровоочистительное и антиаллергическое средство. Ее назначают для приема внутрь взрослым и детям при хронических кожных заболеваниях, экземе, диатезе, крапивнице, скрофулезе.

Траву череды широко применяют в качестве наружного средства, особенно в детской практике. Для обмываний и ванн череду используют при диатезе с кожными проявлениями, рахите, для ускорения заживления ссадин и ран, при чесотке и экземе.

Растертые листья череды накладывают на ранки при укусах ядовитых змей и насекомых.

В одном из источников [119] приводится проверенная пропись смеси, употребляемой при кожных заболеваниях, а также при золотухе и рахите. Берут череды-10 г, листьев грецкого ореха-5 г, травы фиалки трехцветной-20 г, корня лопуха-15 г, цветков глухой белой крапивы-10 г, цветков тысячелистника-10 г, листьев черной смородины-10 г и листьев земляники-15 г. Все смешивают. Затем 20 г смеси заливают 1 л сырой воды и кипятят на слабом огне. Пьют ежечасно по 30 г, детям дают по 1 столовой ложке.

Эту же смесь, с добавлением листьев толокнянки 30 г и березовых почек 15 г, таким же способом приготовленную и применяемую, употребляют при хронических болезнях почек [162].

По данным народных корреспондентов, череду используют при подагре, артритах, кожных болезнях. принимают по 20 минут ванны из отвара травы череды (50-100 г на ведро воды), который предварительно кипятят в закрытой посуде полчаса. Температура ванны 38°С. При этом очень полезно принимать внутрь без нормы чай из череды. Полезно свежей травой или настоем (4 столовых ложки травы на 5 стаканов воды) натирать

воспалившиеся суставы при ревматизме, артрите, подагре. Делают и компрессы. При различных грибковых заболеваниях рекомендуется пить чай следующего состава: по 10 г травы череды, фиалки трехцветной и травы водяники. Обычно 8 г смеси заваривают стаканом кипятка. Принимают по 2 столовые ложки 3-4 раза в день. При крапивнице принимают 3-4 раза в день по полстакана настоя из 50 г череды на 1 л кипятка, настаивают всю ночь. Полезно пить чай из череды при нарушении обмена веществ, при себорее [161].

Трава череды входит в известный противозолотушный сбор, в популярный “аверин чай“. Отвар череды применяется для уничтожения угрей, прыщей, для смягчения кожи.

Готовят отвар из расчета: 3 столовые ложки травы заливают 2 стаканами воды и кипятят 20 минут. Для детских ванночек при золотухе готовят настой из 10 г череды, вливают его в ванночку и добавляют 100 г поваренной морской соли [23].

В косметике настой череды применяют при себорейных поражениях кожи головы, для лечения угревой сыпи [199].

Рекомендуют применять траву череды при веснушках и пигментных пятнах. При этом делают сбор: травы череды 3 столовые ложки на 200 мл кипятка настаивать 3 часа без кипячения, процедить, добавить сок смоковницы обыкновенной 2 столовые ложки, сок травы одуванчика лекарственного 2 столовые ложки и делать примочки. При псориазе готовят настой: 20 г свежей измельченной травы на 100 мл 70 %-ного спирта, настаивают 7 дней, процеживают и пьют по 20 капель 3 раза в день до еды.

В традиционной медицине настой череды применяют при бронхите, цинге, болезнях печени и желудочно-кишечного тракта; кожных болезнях – золотухе, экземе, псориазе, лишаях; в качестве кровоочистительного средства, при диабете, подагре, ревматизме, радикулите, воспалении суставов. корни – для лечения водянки. Используют траву череды и для лечения новообразований, при опухолях селезенки и артритах [23].

Настой: 10 г травы заливают стаканом кипятка и 0,5 часа настаивают в закрытой посуде, процеживают и доливают до 200 мл, принимают по полстакана 2-3 раза в день после еды. Для ванн 1 стакан настоя разводят в 10 л воды. Хранят не более 2-х суток.

В ветеринарии отвар из травы применяют при болезнях печени, потере аппетита, кашле и как мочегонное средство. Наружно для очищения ран от гноя [141].

Хороший медонос и краситель. Окрашивает ткани в желтый и коричневый цвет. Кормовое растение для крупного рогатого скота.

ЧЕРЕМУХА ОБЫКНОВЕННАЯ

Padus avium Mill.

Семейство розоцветные – *Rosaceae*

Встречается под названиями: черемуха азиатская, глотиха, колоколуша, черемшина.

Дерево (реже кустарник) высотой 2-10 (15) м с густой кроной и голыми ветвями. Листья очередные, короткочерешковые, эллиптические, 3-10 (15) см длиной и 2-6 см шириной, по краям остропильчатые, сверху матовые, несколько морщинистые. Цветки белые, ароматные, до 7 мм в диаметре, собраны в густые, многоцветковые поникающие кисти длиной 8-12 см. Плоды – шаровидные костянки черного цвета до 10 мм в диаметре, со сладкой вяжущей мякотью. Косточка округло-яйцевидная, извилисто-выемчатая. Спелые ягоды собирают после схода росы. Срок хранения 3 года.

Цветет в апреле – июне; плоды созревают в июле – сентябре.

Размножается семенами и вегетативно (пневой поросльюю и стеблевыми черенками). Наиболее эффективно размножается поросльюю. В посадочные ямки вносят 2-3 кг перегноя и 20-30 г нитроаммофоски. Растения хорошо развиваются на открытом месте при близком залегании грунтовых вод. Посев производят на глубину 3-4 см. со второго года саженцы высаживают на постоянное место. Весной, вначале отрастания и после завязывания плодов

проводят подкормки нитроаммофоской из расчета 60-80 г под каждое растение.

Распространена почти повсеместно в европейской части России, в Западной и Восточной Сибири. Встречается в Северном Казахстане, на Кавказе, в горах Средней Азии. Произрастает в основном в лесной зоне, достигая на севере границы лесотундры. Поднимается в горы до 1800 м н.у.м.

Заменителем этого вида является черемуха азиатская.

Используют плоды, содержащие дубильные вещества (до 15 %); яблочную и лимонную кислоты; фруктозу (до 6,4 %), глюкозу (до 6,3 %), сахарозу (до 0,62 %); пектин (1,1 %); флавоноиды (20 %); эфирное масло; придающее плодам горько-миндальный вкус и запах, витамин С, каротин, фитонциды; гликозиды пруназин и амигдонитрилгликозид. В семенах гликозид амигдалин (1,5 %), жирное масло.

Очень ядовитое растение. Следует осторожно использовать кору, плоды и листья.

Все органы (плоды, листья, цветки, кора, почки) обладают бактерицидными, фунгицидными, протистоцидными и инсектицидными свойствами.

В официальной медицине настой или отвар плодов применяется в качестве вяжущего средства при поносах. Заменяют плоды черники. Плоды черемухи входят в желудочный чай. приведенные лекарственные формы показаны и при диарее, туберкулезе легких, болезнях кожи и глаз.

При изготовлении настоя 1 часть плодов заливают 3 частями крутого кипятка. Закрывают крышкой и ставят на водяную баню или в печь на 15-20 минут, не доводя смесь до кипения. Не дожидаясь охлаждения настоя, его процеживают через 3-4 слоя марли или льняную ткань. После охлаждения настой готов к употреблению. Принимают его по 0,5 стакана в день за 30 минут до еды.

Отвар из плодов черемухи делают также в соотношении 1:10. смесь ставят на легкий огонь или в кипящую водяную баню и кипятят 20-30 минут. Фильтруют в горячем виде и употребляют после охлаждения. Хранят настои отвары не более 3-х суток в темном прохладном месте (холодильник, погреб). В летний период их лучше готовить ежедневно. Аналогичным образом используют черемуху в ветеринарии.

Для приготовления лекарственных форм необходимо использовать только стеклянную, фарфоровую или эмалированную посуду. Костянки должны быть целыми, чтобы не извлекался из них ядовитый амигдалин.

В традиционной медицине целебные свойства листьев рекомендуют использовать при бронхитах и как полоскание при воспалениях слизистой оболочки рта.

Настои цветков применяют в виде примочек при воспалении слизистой оболочки глаз. Для этого чайную ложку свежих цветков настаивают 8 часов в стакане холодной кипяченой воды.

Отвар коры (1:10) применяют при ревматизме, малярии, спазмах в желудке. Плоды и кора молодых веток используются в виде настоя и отвара в качестве потогонного и мочегонного средства. Порошок из коры используется и в ветеринарии.

Плоды черемухи используют для приготовления целебного чая. В виде муки черемуха является ценной добавкой в варенья и кисели. Стоит из черемуховой муки делать начинку к тесту, из которого приготавливают вкусные пироги, ватрушки, печенье. В кулинарии черемуха с шиповником (1:1) используется для приготовления компота, а из плодов готовят квас.

Древесина пригодна для мебельного производства. Растение хорошо укрепляет почву на склонах, обладает ценными декоративными свойствами, широко используется в садово-парковом строительстве, является медоносом. Фитонцидные свойства растения способны благоприятно влиять на воздушную среду и экологию [141].

ЧЕРНИКА ОБЫКНОВЕННАЯ

Vaccinium myrtillus L.

Семейство брусничные - *Vacciniaceae*

Известно под названиями: черника, черница, чернижник, черничник, чернега.

Ветвистый листопадный кустарничек высотой до 15 см с горизонтальным корневищем. Стебли прямостоячие, цилиндрические. Листья очередные, короткочерешковые, яйцевидные, длиной до 28 мм. Цветки небольшие (до 4,5 мм), зеленовато-розовые, одиночные, на коротких цветоножках. Плоды – шаровидные ягоды до 8 мм в диаметре, черного цвета. Семена мелкие, длиной до 1 мм, яйцевидные, светло-бурые.

Цветет в мае – июне; плоды созревают в июне – сентябре. Листья собирают в мае – июне. Ягоды хранят до 2-х лет, листья – 1 год.

Распространена в европейской части России, в Западной и Восточной Сибири, на Кавказе. Растет в еловых, сосновых и смешанных лесах, часто образуя сплошные заросли.

Используют плоды и листья, содержащие дубильные вещества (до 12 %); гликозиды миртиллин, неомиртиллин; галактозиды дельфинидин-хлорида; алкалоиды; кумарины; антоцианы; лимонную, яблочную, янтарную, хинную, молочную и щавелевую кислоты (до 7 %); витамины В, РР, С (до 250 мг%), каротин (до 1,6 мг%), витамин B_2 (до 0,04 мг%); сахара (до 30 %); спирты; пектиновые вещества (0,6 %). В семенах – жирное масло (до 31 %), протеин (до 18 %). В листьях неомиртиллин (до 2 %), миртиллин и арбутин (до 1,6 %); флавоноиды; органические кислоты. Концентрирует барий, марганец, свинец, селен [96]..

Наряду с черникой обыкновенной можно использовать чернику кавказскую (*V.arctostaphylos L.)*.

В официальной медицине настой плодов черники (*Infusum fructus Myrtilli*) применяют в качестве вяжущего средства при поносах. Употребляют

плоды и в виде киселя. На Руси применяли лекарственную форму из ягод черники – *Fructus Myrtilli.*

Установлено, что неомиртиллин понижает содержание сахара в крови, обладает инсулиноподобным действием, входит в состав противодиабетического сбора Афрозитин и Мирфазин.

Применяют побеги в качестве кардиотонического, жаропонижающего, нормализующего обмен веществ и общеукрепляющего средства, при болезнях эндокринной системы, ротовой полости, при новообразованиях (опухолях желудка), плоды – при раке кожи; ангинах; фарингите [23].

Чернику на Руси издавна применяли при поносе в виде отвара из 30 г сухих плодов с 240 мл воды, упаривали до 120 мл [152]. Свежие ягоды черники эффективное лечебное средство при хроническом энтероколите. Даже при тяжелом течении заболевания (II и III степени) наступает заметное улучшение в самочувствии больных, если в течение всего летнего сезона ежедневно съедать по 2-3 стакана черники – по ½ стакана ягод 4-6 раз в день за 20-30 минут до еды. Курс лечения 1-1,5 месяца.

В целом, ягоды и листья черники оказывают общеукрепляющее действие, нормализуют солевой обмен; обладают вяжущим, противовоспалительным, мочегонным, желчегонным, кровоостанавливающим действием; являются слабым спазмолитическим средством.

Ягоды (свежие и сушеные) успешно применяются для лечения острых и хронических поносов у детей и взрослых, а также при гастритах (особенно гипацидных), язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, неспецифическом язвенном колите, анемии, цистите, почечнокаменной болезни и псориазе.

Имеются сведения, что присутствующие в чернике окси-кумарины способны понижать свертываемость крови. Употребление ягод предупредит образование тромбозов, возникновение инфаркта миокарда.

Листья черники понижают содержание сахара в крови и оказывают эффективное действие при легких формах сахарного диабета.

В традиционной медицине ягоды черники рекомендуют применять при снижении остроты зрения. Черника нормализует деятельность желудка и кишечника. В быту на Руси из листьев черники готовили чай, который пили при воспалении и слабой сократительной способности мочевого пузыря. Питье применяют при коликах в желудке, хронических энтеритах, желчекаменной и мочекаменной болезнях [34].

Наружно ягоды черники применяют в виде компрессов при геморрое. Настои ягод и листьев используют в стоматологии при воспалении слизистой оболочки полости рта, при ангине, кожных заболеваниях. Ягоды (бланшированные) толстым слоем наносят на участки, пораженные экземой, обкладывают марлей и оставляют на сутки (повязку ежедневно меняют). Лучше менять повязку каждые 5 часов.

Настой из сушеных ягод и листьев готовят из расчета 2-3 столовые ложки сырья на 2 стакана кипятка. Настой для наружного употребления готовят из расчета 5-6 ложек на 2 стакана воды [119].

Наружно при ожогах, экземе, чешуйчатом лишае , как болеутоляющее средство при ревматизме, подагре, невритах готовят мазь из свежих или сваренных ягод черники. Их протирают или толкут в ступке, накладывают толстым слоем на пораженные места. Мазь меняется ежедневно, остатки смываются сывороткой.

При диабете рекомендуют сбор: корень лопуха – 15, лист крапивы – 20, корень одуванчика – 10, стебли овса – 20, лист черники – 20, плоды шиповника – 20 (частей). Две чайные ложки смеси залить 1,5 стаканом кипятка, настоять под крышкой 30 минут, процедить и пить 3 раза в день по 0,5 стакана за полчаса до еды.

Готовят и вкусные, целебные кисели из плодов черники. Варят их из расчета: 1 столовая ложка ягод на полстакана воды, добавляют чайную ложку крахмала и сахар по вкусу. Пьют его по 0,5 стакана 3 раза в день [24].

Является хорошим медоносом. Из плодов получают вкусное, нежное варенье, используют в пищевой и алкогольной промышленности (вино, квас, мармелад, пастила).

ЧЕРНОКОРЕНЬ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

Cynoglossum officinale L.

Семейство бурачниковые – *Boraginaceae*

Двулетнее травянистое растение со стержневым, верти-кальным, маловетвистым корнем буро-красного цвета, 1,0-2,5 см в диаметре. Стебель одиночный, реже 2-3, высотой 40-100 см, в верхней части сильно ветвистый, мягковолосистый. Все растение серо-опушенное. Листья продолговато-ланцетные, снизу почти войлочные, заостренные, черешковые, до 20 см длиной. Прикорневые листья засыхают к началу цветения. Соцветие почти безлистное, метельчатое. Цветки грязно-темно-красные (редко белые), 5-7 мм в диаметре, на цветоножках. Плод состоит из 4-х орешков 5-7 мм длиной; орешки покрыты якоревидными шипиками и заключены в остающуюся чашечку. Все растение имеет неприятный мышиный запах.

Цветет в мае – июне, на севере в июле – августе; плоды созревают в сентябре.

Распространен по всей европейской части России, на Кавказе, реже в Сибири (до Байкала), в Восточном Тянь-Шане. Произрастает на полях, выгонах, пустырях, вдоль дорог.

В корнях и семенах содержатся алкалоиды (0,7 %): циноглоссин (0,12 % в свежем растении), циноглоссеин, циноглоссоидин; гликоалкалоид консолидин (0,00054 % в свежем растении); гелиосупин; терпиноиды; кумарины; флавоноиды; горечь. В корнях – красящее вещество; в траве – эфирное масло (0,1 %), холин, смолы, гумми (фенольные и высшие жирные кислоты); в семенах жирного масла (40 %). В плодах фосфолипиды (до 1,1 %), полисахариды. Накапливающийся в семенах алкалоид циноглоссин (0,0002 %), обладает кураreподобным действием. В корнях содержатся:

инулин, жир, смола, дубильные вещества (в траве их 8,1-9,6 %, в корнях 11,2 %) , горечь [101].

Чернокорень лекарственный – ядовитое растение. Прием внутрь лекарственных форм требует большой осторожности, особенно в дозировке [16].

Лекарственные формы чернокорня показаны в качестве мягчительного и вяжущего (трава), жаропонижающего (плоды), седативного (корни) средства. Траву принимают при кашле и болезнях пищеварительной системы; корни при новообразованиях, в т.ч. злокачественных (липома, кандилома ануса), при судорогах, укусах змей [18б].

В традиционной медицине на Руси этот вид чернокорня применяется как успокаивающее средство при болях, судорогах, кашле. Примочки из него рекомендовали при фурункулезе, ожогах, укусах змей [12].

По данным народных корреспондентов, чернокорень лекарственный применялся как болеутоляющее средство при спазмах и боли в желудке по ½ чайной ложки 3 раза в день в виде отвара из 5 г корня и листьев на стакан воды. Можно готовить настойку из 15 г корня или листьев на 100 мл спирта или стакан водки и принимать по 15-20 капель 3 раза в день. Можно использовать сок свежего растения по 5-10 капель 3 раза в день. Сок консервируют спиртом, водкой и заготавливают впрок [161].

По данным других авторов чернокорень лекарственный широко применяли в традиционной медицине как наружное средство, притупляющее боль при переломах и способствующее быстрому срастанию костей.

Этот же автор упоминает о лечении этим растением щитовидной железы, аллергии, ревматизма.

Имеются сведения, что чернокорнем можно излечить радикулит, ревматизм, ожоги, язвы, раны на коже. Применяется это растение и в качестве болеутоляющего, противосудорожного средства, а также при диспепсии, кашле. в виде примочек используется как мягчительное средство при ожогах, фурункулезе, укусах змей и бешеных собак. Чернокорень лечит

щитовидную железу, аллергию, применяется при болях в желудке и кишечнике, золотухе. В престарелом возрасте боли в суставах рук и ног можно хорошо и быстро снять с помощью примочек из листьев чернокорня.

Там же приводятся рецепты:

- 4 столовые ложки корней чернокорня кипятить 15 минут в 1 л воды, настаивать 12 часов и процедить; применяется как наружное средство для ванн, обмываний, примочек;

- листья обварить кипятком, измельчить, завернуть в марлю; подушечки применять как обезболивающее средство при артрических и ревматических болях;

- сливочное масло, гусиный или другой несоленый жир топят и дают остыть, после чего растирают с мелко нарезанными свежими корнями; мазь используют как ранозаживляющее средство при ожогах и язвах, золотухе;

Использовался в традиционной медицине и другой вид: чернокорень растопыренный (*C.divaricatum Steph.)*. Растение, близкое к чернокорню лекарственному, его монгольско-забайкальская раса. Отличается сильно разветвленным в верхней части стеблем. Длина ветвей до 30 см; соцветие более крупное, пирамидально-метельчатое, с 3-4 прицветными листьями. Имеет более длинные цветоножки (до 3 см длиной). Цветки фиолетовые, мельче, чем у ч.лекарственного, до 4-5 мм в диаметре. Зрелые орешки с выпуклой спинкой, без утолщенного края, равномерно усеяны шипами. Как и ч.лекарственный, имеет сильный мышиный запах.

Ареал этого вида простирается от Восточного Алтая до реки Уссури. Встречается по краям дорог, на лессовых обрывах, у ручьев, на галечниках по берегам рек.

Цветет в июне – июле; плоды созревают в августе – сентябре.

Одно из популярных растений в средние века, применяемое в качестве противосудорожного, успокаивающего боли средства, а также применяемое при мокроте с кровью и кровавых поносах. Наружно в виде примочек применяли этот вид при заболевании щитовидной железы, опухолях, ожогах.

Используется все растение. В гомеопатии используют эссенцию из свежих корней осеннего сбора [36]. Следует знать, что это растение при наличии в сене, вызывает отравление у скота (овец). Кроме того, это один из лучших ратифугов. Веники из его травы в сухом виде изгоняют крыс и мышей [131]. Имеются сведения, что от запаха свежего растения крысы и мыши прыгают с пароходов в море .

ЧЕРНУШКА ДАМАССКАЯ

Nigella damascena L.

Семейство лютиковые – *Ranunculaceae*

Встречается под названием “девица в зелени “.

Однолетнее растение высотой до 50 см с ветвящимися облиственными побегами и слабо развитой корневой системой. Листья жесткие, дважды или трижды перисто-рассеченные, с завернутыми вниз краями. Листовки длиной 1-1,5 см. Цветки простые или махровые, с лепестковидными чашелистиками синего, голубого или белого цвета. Семена трехгранные, поперечно-морщинистые.

Цветет с конца мая по август; плоды созревают в сентябре. Размножается семенами, путем посева на глубину 2-3 см с шириной междурядий 45-60 см.

Распространено в Средиземноморье, в Малой и Передней Азии, на Балканах, в Крыму, в России – на Кавказе. В культуре с 1542 года как ценное декоративное растение. Имеются великолепные сорта, в основном зарубежной селекции.

Используют семена, содержащие жирное масло (до 44,2 %); эфирное масло (0,37-0,5 %); алкалоиды – демасцинан (0,1-0,3 %); сесквитерпеновые углеводороды; флавоноиды; хиноны и фермент липазу; стероиды; витамины С, Е.

Препарат из семян Нигедаза в таблетках содержит липолитический фермент, показанный при хроническом панкреатите, холецистите,

заболеваниях желудочно-кишечного тракта, гастритах, энтероколитах, хронических гепатитах, а также при возрастном снижении липолитической активности дуоденального сока.

Лекарственные формы применяются при хронических заболеваниях печени, желчного пузыря и желчных протоков, болезнях кожи, кожных сыпях; болезнях сердечно-сосудистой системы; при новообразованиях, в т.ч. злокачественных; психических заболеваниях, бессоннице [23].

Эфирное масло может использоваться в парфюмерии. Экстракт стимулирует прорастание семян других видов растений. Является медоносом и декоративным растением.

ЧЕРНУШКА ПОСЕВНАЯ

Nigella sativa L.

Семейство лютиковые – *Ranunculaceae*

Встречается под названиями: чернушка, черный тмин, черный или римский кориандр, мацок.

Однолетнее травянистое растение высотой до 40 см с дважды или трижды перисто-рассеченными листьями длиной 2-3 см. Цветки правильные, одиночные, с продолговатыми чашелистиками длиной 1,0-1,5 см. Плоды – вздутые листовки, сросшиеся почти до вершин, по спинке округлые. Семена трехгранные, морщинисто-бугорчатые.

Цветет с мая все лето; плоды созревают в сентябре – октябре.

Распространена в европейской части России, на Кавказе и в Средней Азии как сорное растение на огородах, в садах, в посевах.

В семенах содержится жирное масло (31-44 %), пригодное в пищу [66], эфирное масло (0,5-1,4 %), в составе которого терпен. Жирное масло состоит из смеси глицеридов, ряда кислот (миристиновая, пальмитиновая, тельфапровая, стеариновая), свободного глицерина (до 9 %), гликозида толантин (до 1,4 %), горечи (нигеллин). В траве – мелантин [24,170].

Настой травы замедляет сердечную деятельность [35]. В традиционной медицине семена употребляют как мочегонное средство, а также при женских болезнях [196]; применяли их и от глистов [70]; при шуме в ушах и головной боли как у взрослых так и у детей [108]. Трава с уксусом рассасывает опухоли, применяется при насморке, от хронической головной боли, при параличе лицевого нерва [2], аменорее, бессоннице.

Наряду с этим видом можно использовать близкий вид – чернушку дамасскую *(N.damascena L.).* В семенах ее содержится алкалоид дамасценин, эфирное масло голубого цвета (0,5 %), в нем дамасценина (0,9 %) и меланин [52]. Семена этого вида также применяют в качестве мочегонного средства.

ЧЕСНОЧНИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

Alliaria petiolata (Bieb.) Cavara et Grande

Семейство капустные – *Brassicaceae*

Встречается под названием: чесночная трава, гулявник чесночный, подчайник, свирейка, свирина, сурепица, чесночка, чесночник.

Двулетнее травянистое растение высотой 12-100 см с прямым стеблем, в нижней части волосистым. Листья прикорневые, почковидные; верхние сердцевидно-овальные, острозубчатые. Цветки с лепестками длиной 6-8 мм собраны в безлистную кисть. Плод – стручок длиной 2-8 см и шириной 2-2,3 см, иногда волосистый. Семена плоские, длиной 3-4 мм.

Распространен в европейской части России, на Кавказе и в Средней Азии. Растет в лесах и зарослях кустарников.

В траве и корнях содержится чесночное эфирное масло и горчичное эфирное масло (до 1 %). В семенах – мирозин, тиогликозиды. В траве и корнях содержится гликозид синегрин, из которого образуется аллиливое масло (0,03-0,09 %), обладающее чесночным запахом. В семенах жирное масло (до 30 %) [159], витамин С.

В традиционной медицине листья и семена применяют при цинге, астме, глистах, поносе, злокачественных опухолях [23]. Трава и семена –

антигельментное, диуретическое, отхаркивающее, потогонное, тонизирующее средство.

Лекарственные формы показаны при ранах, ушибах, ожогах, порезах. Надземная часть и семена применяются при болезнях дыхательных систем, при бронхиальной астме, болезнях кожи, при фурункулах, язвах, а листья при новообразованиях, в т.ч. злокачественных.

Является приправой, вместо горчицы и хрена. Корни используются как суррогат чеснока.

ЧИСТЕЦ БОЛОТНЫЙ

Stachys palustris L.

Семейство яснотковые - *Lamiaceae*

Встречается под названиями: куриная слепота, земляная смородина, луговой жабрейник, зябра полевая, сыропутник, крапива волчья, блошница раменная, душица и другие.

Многолетнее травянистое растение высотой 50-120 см с простыми, реже ветвистыми стеблями и ланцетными острыми листьями длиной 6-15 см и шириной 1,5-3,5 см. Цветки сидячие, по 6-8 в мутовках, образуют негустое колосовидное соцветие. Венчик пурпурный или пурпурно-лиловый. Плод при созревании распадается на 4 односемянных орешка черно-коричневого цвета.

Распространен повсеместно в европейской части России, в Сибири, в северной части Средней Азии и на Кавказе на влажных лугах, берегах рек и озер, встречается по парам и огородам.

В семенах содержится жирное высыхающее масло (38-44 %), небольшое количество алкалоидов. В корневищах много крахмала [64]. В надземной части содержатся монотерпиноиды, в т.ч. иридоиды, флавоноиды (до 8,5 %); стероиды (до 0,1 %); алкалоиды; кумарины. В листьях эфирное масло (до 0,4 %), в цветках дубильные вещества (до 10 %). В плодах жирное масло (до 44,3 %); в листьях органические кислоты (до 2 %).

Ядовитое растение. Применять внутрь необходимо с осторожностью [16].

В традиционной медицине отвар травы применяли при боли в горле и от золотухи. настоянную на вине сухую траву смешивали с горячей водой и пили при остановке менструации, при истерии, обмороках, от ударов; наружно в виде припарок прикладывали к затвердевшим болезненным опухолям [58]. Издавна широко применяли его при болях в области матки и яичников. Для этого использовали жидкий экстракт листьев 20 г с мятным сиропом; 90 мл и 300 мл дистиллированной воды. больным давали по 1 столовой ложке 3 раза в день. Через 3-4 дня боли успокаивались. В Сибири настой травы и корня принимали от “урчания” в животе. Используются листья и цветки при болезнях пищеварительной системы, сердечной недостаточности, инсульте, при гриппе, респираторных инфекциях, головной боли.

Кроме лекарственного значения утолщенные подземные побеги употребляют в пищу как картофель или спаржу . Корневища собирают зимой и используют для хлебопечения [64].

В Волгоградской области использовали для борьбы с лишаем. Больные места смазывали крепким отваром чистеца или парили в этом отваре, при этом быстро излечивались [161].

Является пряностью при обработке рыбы. Кормовое для крупного рогатого скота.

ЧИСТОТЕЛ БОЛЬШОЙ

Chelidonium majus L.

Семейство маковые – *Papaveraceae*

Встречается под названиями: бородавник, частуха, ласточкина трава, желтомолочник, глечкопар, чистоплот, подтынник, адамова голова, собачье мыло.

Многолетнее травянистое растение высотой до 1 м со стержневым, маловетвистым корнем и коротким многоглавым корневищем. Стебель прямостоячий, ребристый, ветвистый, покрыт редкими волосками. Листья очередные, сверху зеленые, снизу сизоватые, длиной до 20 см, шириной 9 см. Цветки ярко-желтые, до 20 мм в диаметре, на длинных цветоножках. Растение содержит млечный сок оранжевого цвета. Плод – стручковидная коробочка длиной до 6 см и шириной 3 мм. Семена мелкие, длиной до 2 мм, яйцевидные, черные, блестящие.

Цветет с мая до осени; плоды созревают в июле – сентябре. Траву собирают в мае – июле, в период цветения. Хранят не более 3-х лет.

Размножается семенами, посевом под зиму (в ноябре) без заделки или весной (апрель) при поверностной заделке на глубину 0,5 см. иногда подзимние посевы в рядках посыпают тонким слоем земли или торфокрошкой. Ширина междурядий 40-60 см. расход семян 0,3-0,35 г/м². Нежные всходы появляются через 20 дней и развиваются очень медленно. Поэтому в этот период чистотел требует тщательного ухода: рыхление междурядий, прополка растений в рядках, полив в засушливый период. Хорошо развиваются растения на плодородных почвах и открытых местоположениях. В фазе 4-5 настоящих листьев проводят подкормку азотным удобрением в дозе 5-10 г/м².

Распространен в России по всей европейской части, в Сибири, на Кавказе и на Дальнем Востоке. Растет по берегам рек и ручьев, на выгонах, лесосеках, по краям болот, на светлых влажных и тенистых местах, близ жилья, в огородах и садах. Как правило, не образует чистых зарослей и произрастает лишь небольшими группами или одиночно.

Используют надземную часть, собранную во время цветения, содержащую во всех органах алкалоиды (до 2,0 %): хелидонин , гомохелидонин, хелеритрин, метоксихелилонин, оксихелидонин, сангвинарин, протопин, α-аллокриптонин, β-аллокриптонин, спартеин, берберин, хелидамин, d,l-стилопин, коптизин, оксисангвинарин, хелирубин,

хелилютин, горькое вещество хелидоксантин. Хелидонин обладает наркотическим действием, подобно морфию и местно вызывает лишь слабую анестезию. Кроме того, в траве – эфирное масло (0,01 %); каротин (до 14,9 мг%); витамин С (до 170 мг%); хелидоновая, яблочная, лимонная и янтарная кислоты; флавоноиды (3,8 %); сапонины. В семенах жирное масло (до 60 %). Концентрирует барий, бром, железо, медь, молибден, селен, серебро, цинк [96].

Растение ядовито. При передозировке появляются признаки отравления: жжение во рту, пузыри на слизистой оболочке рта, острое воспаление кишечника, кровавые испражнения, кровотечения из носа. Чистотел следует принимать внутрь только по назначению врача. Неумеренное и длительное применение вызывает рвоту, тошноту, понос, угнетение дыхательного центра [16].

В официальной медицине настой травы чистотела большого *(Infusum herbae Chelidonii majoris*), трава чистотела (*Herba Chelidonii majoris),* сок чистотела, экстракт и настойка применяются в качестве диуретического, желчегонного, слабительного, болеутоляющего средства. Входит в состав пасты Бременера, препарата Витон. Лекарственные формы из травы чистотела применяют также в качестве наружного средства в косметике (крем чистотела).

В традиционной медицине применяют как мочегонное, слабительное, потогонное средство. Используют для лечения экзем, лишаев, рака кожи, золотухи, трахомы, желтухи, гнойных ран и язв, для удаления бородавок.

На Руси в простонародье для прекращения лихорадки прикладывали истолченную свежую траву чистотела к подошвам ног в виде горчичника. Свежим соком травы удаляли бородавки. При мастопатии 1 чайную ложку сухих листьев разводят в 2-х чайных ложках топленого масла . этой мазью смазывают больные места. Облегчение при радикулите дает мазь из свежего сока чистотела с вазелином (1:4).

Сок травы чистотела обладает обезболивающим действием. он быстро излечивает ожоги, вызванные огнем, паром, горячей водой, солнечными лучами, химическими веществами, в т.ч. серной кислотой, каустической содой и др.Для этого нужно больное место обильно смазать соком травы. Больному становится легче. Смазывать нужно постоянно, давая соку впитаться в течение 3-5 минут. Повязку на смазанное соком место накладывать не рекомендуется. При солнечных ожогах тело смазывается соком чистотела с промежутками в 3-5 минут. Процедуру повторить 3-4 раза. Затем надеть белье и лечь. Ожог пройдет и кожа не слезет.

При обморожении рук, носа, ушей и других частей тела, вместо традиционного гусиного жира рекомендуется тело смазать соком травы чистотела. Когда сок впитается, повторить смазывание 3-4 раза. С каждым разом боль утихает. Перед выходом на улицу на пораженное место наложить повязку.

Для успешного лечения грибка, экземы, лишая, подагры, ревматизма нужно применять два способа лечения одновременно. Пить настой заварки чистотела и соком чистотела обильно смазывать больные участки кожи. После смазывания начинается сильный зуд. Расчесывать нельзя. Через 3-5 минут зуд начнет утихать и станет легче. Тогда смазать соком больное место 3-4 раза с промежутком в 3-5 минут.

Подагренные и ревматические места необходимо также обильно смазывать снаружи. Сок будет проходить внутрь больного места, при этом зуда не будет. Хорошо помогает он и при отложении солей.

Сок травы быстро излечивает носоглотку (аденоиды, полипы, гланды, гайморит, лобные пазухи). Для этого сок чистотела закапывают через нос пипеткой по 1-2 капли. Почувствуется легкое пощипывание.

В ветеринарии сок чистотела используют для смазывания у животных застарелых язв, ран. Отвар травы применяют при горячках. Им же лечат мелкие язвы, чесотку, стригущий лишай у собак. Хранят порошок чистотела

в закрытых банках, коробках и при необходимости посыпают инфицированные раны. Пересыпанной солью травой лечат тимпанию овец.

Жирное масло семян чистотела предохраняет металл от коррозии. Сок чистотела применяют в металлургии при травлении и чернении металлов. Является красителем, окрашивает ткани (шерсть) в желтый цвет. Можно использовать траву в качестве инсектицидного средства.

ШАНДРА ОБЫКНОВЕННАЯ

Marrubium vulgare L.

Семейство яснотковые – *Lamiaceae*

Многолетнее травянистое растение с крепким, деревянистым, стержневым, ветвистым корнем белого цвета. Стебель почти прямостоячий, высотой 30-60 (100) см, травянистый, ветвистый, вверху четырехгранный, беловато-шерстистый. Листья супротивные, черешчатые, округло-яйцевидные, суженые в черешок, морщинистые, сверху темно-зеленые, снизу серо- или бело-войлочные. Цветки мелкие, грязно-белого цвета, расположены по 20-30 в пазухах верхних листьев. Плод – односемянный орешек.

Цветет с июня до осени; плоды созревают в сентябре – октябре.

Распространена по всей Европе, Северной Африке, Западной Азии. В России – в южных областях, на Кавказе, а также в Туркестане. Произрастает на сорных местах, около заборов, домов.

Используют надземную часть и верхушки надземных побегов. Химический состав изучен недостаточно. В траве содержится эфирное масло (0,2 %); жирное масло; дубильные вещества (6.5 %); горькое вещество маррубиин; минеральные соли; обнаружены алкалоиды; иридоиды; кумарины; сапонины.

Известна в традиционной медицине Франции, Бельгии, Швейцарии, США. Например, во Франции применялась как стимулирующее и противолихорадочное средство.

В Западной Европе довольно распространенное средство при лечении хронических катаров дыхательных путей.

В XI веке в медицинской поэме Одо из Мена писалось:

“Сок из нее, если смешан он будет с вином или медом

Помощь дарует глазам, обессиленным темной завесой;

… отвар из растения или

Только из семени лечит в питье превосходно чахотку;

Это питье от различных недугов груди применяют,

Взятое так, помогает астматикам, гонит и кашель.

Может ускорить и роды, а также послед изгоняет”[120] .

На Руси сведения о ее применении относятся к 1867 году, например, “Многоцелебный русский лечебный травник или описание всех целебных трав без помощи доктора и аптеки”. В нем указывалось, что трава шандры принималась при истерии в виде настоя из 8,5 г травы с 240 мл воды или пили по ложке свежего сока.. при желтухе использовали настой травы шандры из расчета 9 г травы на 240 мл воды или сок травы по 1 ложке.

Значительно позже, в 1901 году, в аптеках Руси продавалась трава шандры. Из нее готовили густой экстракт. С тех времен были известны лекарственные формы: трава (*Herba Marrubii)* и изготовляемый из нее густой экстракт *(Extr. Marrebii spissum*) [22].

В гомеопатии используются лекарственные формы *Marrubium album Injeel (forte) (D3), D10, D30, D200.*

ШАФРАН ПОСЕВНОЙ

Crocus sativus L.

Семейство касатиковые – *Iridaceae*

Многолетнее клубнелуковичное растение высотой 8-20 (30) см. Клубнелуковица шарообразная, снизу немного сплюснутая, диаметром до 2,5 см. от нижней части клубнелуковицы отходят мочковатые корни. Листьев 3-9, линейные, длиной 15-20 см и около 3 мм шириной, прямостоячие. Цветки

светло-фиолетовые, с темными, параллельными, часто ветвистыми жилками, на короткой цветоножке длиной около 2 см. рыльца яркие, оранжево-красные, длиной 3-3,5 см.

Цветет в сентябре – октябре; семена обычно не образуются. Размножается клубнями. Глубина посадки 15 см, расстояние растений в ряду 10 см, междурядья 60 см.

Распространен на Балканском полуострове. Возделывается во многих странах Европы и Азии; в России культивируется в Дагестане.

Используются рыльца, содержащие эфирное масло (0,34 – 1,0 %), в составе которого пинен, цинеол; гликозиды кроцин и пикрокроцин; жирное масло (до 6,8 %) ; витамины – тиамин и рибофламин; флавоноиды – изорамнетин и кемпферол. В рыльцах также содержатся каротиноиды: ликопин, β- и γ- каротины и зеоксантин [12].

Применяется в медицине с древних времен, как средство, укрепляющее сердце, дыхательные органы, желудок, печень, зрение, снижающее аппетит, возбуждающее похоть, гонящее мочу, помогающее от злокачественных язв в матке; с медом дробит камни в почках.

В традиционной медицине используют шафран как противосудорожное и болеутоляющее средство. В ряде стран применяется при аменорее, дисменорее, коклюше, судорожном кашле и как потогонное. Шафран укрепляет нервной систему, обладает противовоспалительным, мочегонным действием, способствует маточным кровотечениям [152].

Входил в состав опийно-шафранной настойки и сложной настойки сабура, аммиачно-опийной настойки, шафранно-опийной настойки, сиропа шафрана [21].

В салернском кодексе здоровья указывается:

“Мнение есть, что шафран придает и отраду, и бодрость;

В члены вливает он силу и печень у нас обновляет “.

В России широко возделывался еще 100 лет назад в Бакинской губернии, в 1500 “дворах“ получали до 200 пудов сухих рылец. Часть сырья

сбывали в Тифлис, но больше всего в Персию. Для получения 1 кг сухого шафрана (рылец) надо было высушить 220 тысяч цветков [22].

Шафран является и пряно-ароматическим растением.

Как краситель используется в ликеро-водочном и кондитерском производстве.

В гомеопатии используются: *Crocus – Injeel (forte) (D4), D12, D30, D200.*

ШИКША ЧЕРНАЯ

Empetrum nigrum L. f. japonicum

Семейство шикшеевые – *Empetraceae*

Встречается под названиями: водяника, воронтика, багновка, батовка, верес ягодный, водяница, голубинец, ерник обыкновенный, ерник ягодный, сикша, сцыха, шишки.

Кустарничек с длинными стелющимися стеблями длиной до 1 м и приподнимающимися густо облиственными ветвями. Листья у него вечнозеленые, кожистые, узко-эллиптические, мелкие, длиной 4-6 мм. Цветки невзрачные, темно-красного, реже розового цвета. Плод – черная ягода, реже с сизым налетом, кисловато-водянистого вкуса.

Широко распространена по всей Арктике в горной тундре. Реже встречается в лесной зоне европейской части, в Сибири и на Дальнем Востоке иногда встречается на равнинах по торфяникам, сосновым борам, в расщелинах скал.

В траве содержатся алкалоиды, фитостерины, сапонины, моно- и тритерпеноиды, флавоноиды (до 0.1 %), дубильные вещества (до 4,5 %), витамин С.

Надземная часть используется как вяжущее общеукрепляющее средство. показана при гиповитаминозах, при цинге, болезнях почек и мочевыводящих путей, нервных болезнях, при бессоннице. Проявляет противораковую активность.

В Сибири трава использовалась при головной боли [122]. Трава обладает вяжущими свойствами. Используют ее для натирания кровоточащих цинготных десен [58]. Имеются сведения, что трава используется для приема внутрь и для ванн при параличах, а отвар из нее пьют при различных внутренних болезнях.

Плоды съедобны в свежем и переработанном виде. Является кормовым растением для медведей, соболей, песцов, оленей, белых куропаток.

ШИПОВНИК МАЙСКИЙ

Rosa majalis Herrm.

Семейство розоцветные – *Rosaceae*

Известно под названиями: шиповник коричный, роза коричная.

Листопадный кустарник, реже двулетнее травянистое растение высотой до 3 м с развитой корневой системой. Тонкие прутьевидные ветки покрыты блестящей буровато-красной корой с крючковато изогнутыми парными шипами. Листья очередные, продолговато-яйцевидные, длиной до 5,5 см. Цветки одиночные, реже по 2-3, розовые, до 7 см в диаметре. Плоды ягодообразные, шарообразные или эллиптические, до 1,5 см в диаметре, оранжевые или ярко-красные. Плодики желтоватые, эллиптические, длиной до 5 мм.

Цветет в мае – июле; плоды созревают в августе – сентябре и остаются на ветвях до зимы. Заготавливают плоды с конца августа до наступления зимы. Хранят в течение 2-х лет (сушеные).

Светолюбивое и зимостойкое растение, способное нормально плодоносить в течение 20-25 лет. Осенний посев семян производят в августе – сентябре на глубину 2-3 см. междурядья 70 см. расход семян 5-7 г/м². Высадку рассады и маточников производят с площадью питания для каждого растения 3х3 м, 3х2,5 м. При основной подготовке почвы вносят с осени 4-5 кг/м² навоза, торфокомпоста и суперфосфат 30-40 г/м², калийную соль 15-20 г/м². ежегодно на переходящих плодоносящих плантациях под перекопку

междурядий с осени вносят 2-3 кг/м² органическое удобрение вместе с суперфосфатом 50-60 г/м², калийной солью 20-30 г/м². Весной в начале вегетации вносят 20-40 г/м² сульфат аммония. При посадке взрослых растений в посадочные ямы 40х40 см вносят 7-8 кг перегноя, 200 г суперфосфата и 50 г калийной соли.

При размножении зелеными черенками срезают верхушечные и средние части однолетних неодревесневших побегов. Перед высадкой их в парники в течение 16 часов выдерживают в водном растворе с индолилмасляной кислотой в концентрации 2,5 мг/100 см³. Затем их отмывают и высаживают с площадью питания 10х3 см. Для укоренения необходима высокая влажность и температура воздуха 25-30°С; субстрата на глубине укоренения 20-25°С. Лучшее укоренение происходит в парниках с туманообразующей установкой. После укоренения черенки осенью высаживают в гряды для доращивания с площадью питания 20-30х8 см. За 2 года получают стандартные саженцы.

Ежегодно следует проводить подрезку кустов, подрезая весной вначале основные побеги на 4-6 почек. Затем при подрезке удаляют слабые, поврежденные и больные побеги. Старые 6-7 летние побеги омолаживают, обрезая их до более молодых боковых побегов. Обычно на кусте оставляют до 10 основных побегов разного возраста. При сильном засорении участка сорняками, можно применить гербициды.

Распространен в европейской части России, в Западной и Восточной Сибири (до Байкала); в Средней Азии. Встречается на опушках и полянах разреженных лесов, по оврагам, среди зарослей кустарников, чаще на лугах и в долинах рек.

Используют плоды, содержащие аскорбиновую кислоту (до 6 %), что в 40-50 раз больше, чем у черной смородины и в 100 раз больше, чем в плодах лимона. Мякоть плодов содержит каротин (9,75 мг%); пектиновые вещества (14,1 %); органические кислоты – лимонную, яблочную (до 1,8 %), олеиновую, линолевую, линоленовую; рибофлавин (витамин B_2 – 0.03 мг% ,

α- и b-каротин (провитамин А – до 18 мг%), витамины К и Р; сахара (до 18 %); пектиновые вещества (до 4 %); фитостерины; фенолы; флавоноиды (кверцетин, изокверцитин, кемпферол, рубиксантин, ликопин и другие); дубильные вещества (4-5 %); соли железа, марганца, фосфора, магния, кальция. В семенах – жирное масло, богатое каротином (до 40 мг%), токоферолы (витамин Е).

Плоды шиповника издавна применялись на Руси для лечения кровоточивости десен. В XVI – XVII вв. специальные экспедиции занимались заготовкой плодов “свороборынника” (шиповника). Приготовленные из плодов шиповника настои, экстракты, сиропы, пилюли, конфеты, драже применяют как поливитаминное средство при гипо- и авитаминозах.

После приема внутрь настоя шиповника следует ополоснуть рот теплой водой, т.к. кислоты плодов разъедают зубную эмаль [16].

Лекарственные формы: Драже экстракта, Сироп из плодов шиповника витаминизированный *(Sirupus fructus Rosae vitaminisatus*), Сироп из плодов шиповника (*Sirupus ex fructibus Rosae*), Таблетки витаминов Р и С из плодов шиповника (*Tabuletta Vitamini P et C ex fructibus Rosae*), Чай витаминный №1 – с плодами шиповника и черной смородины, №2 – с плодами шиповника и рябины (1:1), настой плодов (*Infusum fructus Rosae)*.

Препарат Каротолин (*Cjrotolinum*), содержащий каротиноиды, витамин Е, линолевую кислоту, показан в качестве наружного средства для лечения трофических язв, экзем, атрофии слизистых оболочек, эритродермии. Препарат Холосас (*Cholosas)* – сгущенный экстракт плодов применяют при холецистите, гепатите. Масло шиповника (*Oleum Rosae pinque*) – наружное средство при лечении ссадин, трещин сосков у кормящих матерей, при пролежнях, дерматозах, трофических язвах голени.

Является составной частью комплексных препаратов Витон и Анкир-Б.

Плоды входят в состав комплексной биологически активной добавки Виларин, предназначенной для снижения риска развития заболеваний

воспалительного характера, повышает также работоспособность и выносливость.

Кроме плодов шиповника майского (коричного) в медицинской практике разрешено использовать плоды других видов, содержащие не менее 1 % аскорбиновой кислоты: шиповника иглистого (*R. acicularis Lindl.),* шиповника даурского (*R. davurica Pall*.), шиповника морщинистого *(R.rugosa Thunb*.), шиповника Беггера *(R.beggerana Schrenk*), шиповника Федченко (*R.fedtshen-koana Regel),* шиповника Уэбба *(R. webbiana Wall. ex Royle)* и другие.

В традиционной медицине для лечения и профилактики атеросклероза берут спелые плоды, толкут их, заполняют на ⅔ полулитровую бутылку, заливают водкой; настаивают в теплом месте 2 недели, ежедневно взбалтывая. Принимают по 20 капель на кусочке сахара.

Для улучшения зрения готовят чай из расчета 1 столовая ложка сухих измельченных плодов на 400 мл кипятка, настаивают всю ночь в термосе, процеживают и пьют по 50-100 мл 3-4 раза в день.

На Руси применяли шиповник при лечении многих заболеваний. Обладает он успокаивающим, антимикробным, вяжущим, противовоспалительным, кровоостанавливающим, мочегонным и регулирующим работу желудочно-кишечного тракта свойствами.

Использовали его при лечении неврозов, астении, малокровия, болезней обмена веществ, гипертонической болезни и атеросклероза. Он повышает сопротивляемость организма к инфекционным и простудным заболеваниям, ускоряет заживление ран и переломов. Шиповник добавляли в некоторые лекарственные сборы.

Настой готовят из 2 столовых ложек плодов; с вечера высыпают их в термос, заливают 2 стаканами кипятка. На следующий день принимают настой в 3 приема за 20-40 минут до еды [119].

Заслуживают внимания и малоизученные в химическом и фармакологическом отношении корни шиповника. По данным народных

корреспондентов, при воспалении печени очень полезно пить густой отвар корней шиповника. Принимают его 3 раза в день по 0,5-1 стакана. Курс лечения заканчивают, когда наступает полное улучшение [161].

Применяли корни и при суставном ревматизме. Полтора стакана корней шиповника настаивали на 0,5 л водки. Первые 3 дня принимали по 1 столовой ложке 3 раза в день, потом по рюмке. Быстро наступало стойкое улучшение [161].

Отвар из корней шиповника считается средством, растворяющим камни в организме или расщепляющим их на отдельные песчинки, а также губительно действующим на малярийные плазмодии.

Берут 2 столовые ложки мелко нарезанных корней на 200 мл воды и кипятят 15 минут, после чего настаивают, пока не остынет. Пьют этот отвар 3 раза в день по 1 стакану ежедневно в течение недели и больше [162].

Применяют плоды шиповника при новообразованиях – при раке желудка, лейкозах.

ШИПОВНИК СОБАЧИЙ

Rosa canina L.

Семейство розоцветные – *Rosaceae*

Известно под названием роза собачья.

Кустарник высотой до 3 м . Молодые побеги с зеленоватой или красно-бурой корой без сизого налета, сильно изогнуты. Листья очередные, с 5-7 парами продолговато-яйцевидных листочков длиной до 5,5 см. Цветки одиночные, бледно-розовые или белые, до 7 см в диаметре. Плод крупный, длиной 15-25 мм, широко-овальный, реже почти шаровидный, гладкий, ярко- или светло-красный. Стенки цветоложа усеяны многочисленными щетинистыми волосками. Среди них располагаются многочисленные твердые, каменистые плодики – орешки.

Цветет в мае – июне; плоды созревают в августе – октябре.

Размножается семенами, черенками, делением куста, корнеотпрысками. Посев производят стратифицированными семенами осенью на грядку на глубину 1-2 см. в мае рассаду высаживают на постоянное место. Хорошо растет на черноземах. Посадка рядовая на расстоянии 1,5 м друг от друга с междурядьями 3 м. Посадочные ямы 40 см глубиной и 40-60 см в диаметре. Питательную смесь составляют из 10-15 кг перегноя (компоста) и 300 г нитрофоски. Корневую систему перед посадкой замачивают в глиняной болтушке с гетероауксином или другими ростовыми веществами (100 мг на 10 л воды).

Распространен на Кавказе и юге европейской части России. Растет по берегам рек, на пустырях, безлесных кустарниковых и травянистых склонах, на лесных опушках. В горах доходит до высоты 2200 м н.у.м.

Используют плоды, содержащие каротиноиды: β- и γ-каротиноиды, ангераксантин, виолаксантин, зеаксантин, рубиксантин и другие; стероиды – ситостерин, стигмастерин, кампестерин, ситостерилолеат; витамины С, Е, Р; флавоноиды: изокверцитрин, кемпферол, кверцетин, тилирозид и другие; пектиновые вещества. В семенах жирное масло (9,27 %).

Достаточно съесть 5-8 плодов шиповника и это обеспечит дневную потребность организма в витамине С. В плодах шиповника его в 40-50 раз больше, чем в черной смородине и в 100 раз больше, чем в лимоне.

Плоды шиповника собачьего используют для производства препарата Холосас *(Cholosasum*) – сиропа из сгущенного экстракта плодов и сахара, который принимают внутрь при лечении холецистита, гепатита. Входит в состав микстуры Траскова. При горячей экстракции мякоти плодов плодов растительным маслом получают препарат Каротолин *(Carotolinum*), обладающий ранозаживляющим действием.

Шиповник собачий часто служит подвоем для культурных сортов роз. Является медоносом. Выращивается повсеместно как декоративное растение.

В медицине более широко используют шиповник майский.

ШИРОКОКОЛОКОЛЬЧИК КРУПНОЦВЕТКОВЫЙ

Platycodon grandiflorus (Jacq.) A.DC.

Семейство колокольчиковые – *Campanulaceae*

Встречается под названием стаканчики.

Многолетнее травянистое растение высотой до 50 см с белым мясистым редьковидным корнем до 20 см длины 2,5 см ширины, из которого при рассечении обильно выделяется млечный сок. Стебель прямой, гладкий. Листья яйцевидно-ланцетные, зубчатые, очередные или почти супротивные, длиной 2,5-3,4 см и шириной 2-3 см, цветки крупные, синего цвета, по одному или два, обычно на концах побегов. Плод – яйцевидная коробочка. Семена плоские, яйцевидные, черного цвета.

Распространен в Восточной Сибири, в Южной и Северо-Западной части Приморского края на щебнистых и скалистых местах, склонах, сухих лугах..

Растение ядовито. Содержит следы алкалоидов, гликозиды, инулин.

На Руси издавна используют корни в качестве отхаркивающего средства в виде отвара, микстуры, пилюль, порошков [21]. Более активен в смеси с аиром и орехом при кашле, скоплениях мокроты [6].

Имеются сведения о применении ширококолокольчика при лечении дизентерии, холеры, в качестве болеутоляющего, успокаивающего, противосудорожного, глистогонного и как поглощающего газы в кишечнике средства. Корни входят в состав пилюль от ветряной оспы [41].

Трава показана при лечении скарлатины, дифтерии, болезнях уха, горла, носа, болезнях сердечно-сосудистой системы, болезнях глаз.

Обладает декоративными свойствами.

ШЛЕМНИК БАЙКАЛЬСКИЙ

Scutellaria baicalensis Georgi

Семейство яснотковые – *Lamiaceae*

Многолетнее травянистое растение высотой 50 (100) см с коротким корневищем, переходящим в толстый стержневой корень, длиной до 50 см. Окраска корня внутри лимонно-желтая. Стебли прямостоячие, ветвистые, четырехгранные, слегка опушенные. Листья супротивные, узколанцетные, короткочерешковые, длиной до 4 см, шириной до 1,3 см. Цветки синие, длиной до 2,5 см, одиночные, расположены в пазухах верхних листьев. Плоды мелкие, состоят из 4 черных яйцевидных орешков с мелкими шипиками по всей поверхности.

Цветет в июне – августе; плоды созревают в июле – сентябре. Корни заготавливают в возрасте 3-5 лет со второй половины августа до поздней осени. Размножается семенами, путем посева на глубину 2-3 см.

Распространен в России в Восточном Забайкалье, Восточной Сибири, среднем Приамурье и в юго-западном Приморье. Ареал его заходит в Северный Китай, Японию и Монголию.

Используют корни с корневищами, содержащие флавоноиды (до 10 %): байкалин (2 %), вогонин и его 7-глюкоронид; гликозид скутелларин; монотерпеноиды; дубильные вещества (до 3,5 %) и смолы; эфирное масло; алкалоиды; сапонины; кумарины. В корнях содержатся макроэлементы (мг/г): калий – 10,6, кальций – 4,4, магний – 8,4, железо – 0,6. Является концентратором железа и микроэлементов меди, молибдена, селена [96].

В официальной медицине настойка шлемника байкальского (*Tinctura Scutellariae baicalensis)* рекомендована в качестве гипотензивного и седативного средства при гипертонической болезни I и II стадии. При регулярном употреблении существенно снижает артериальное давление. При тяжелых случаях настойку можно применять в качестве дополнительного средства, а также при функциональных расстройствах нервной системы с повышенной возбудимостью, в т.ч. при сердечно-сосудистых неврозах. У больных восстанавливается или улучшается сон, исчезают болевые ощущения в области сердца, значительно уменьшаются головные боли. В

последнем случае корень отстаивают в воде, сушат на солнце и растирают в порошок. Разовая доза 3,75 г. Принимают ее с чаем.

Флавоноид байкалин в комплексе с другими флавоноидами шлемника обеспечивает антиаллергическую, антиастматическую, антибиотическую, антисклеротическую, антиокислительную, гепатозащитную, противоопухолевую и другие виды активности. Применяют его и при лечении малярии, туберкулеза легких, гепатита, при перемежающейся лихорадке и респираторных инфекциях.

ЩАВЕЛЬ КОНСКИЙ

Rumex confertus Willd.

Семейство гречишные – *Polygonaceae*

Встречается под названиями: щавель густой, грыжная трава, кислица конская, злосчастная трава, котовник.

Многолетнее травянистое растение высотой до 2 м с коротким многоглавым корневищем и слабо разветвленным стержневым корнем. Стебель прямостоячий, ветвистый в верхней части. Листья очередные, нижние крупные, длиной до 30 см и шириной до 15 см. Цветки мелкие, зеленоватые, собраны в густое соцветие метелку. Плод – яйцевидно-трехгранный орешек светло-коричневого цвета длиной до 7 мм.

Цветет в мае – июле; плодоносит в июле – сентябре. Размножается семенами и вегетативно (делением корневищ).

Распространен в европейской части России, на Кавказе, в Западной Сибири, на Дальнем Востоке. Растет на лугах, полянах, по берегам рек и озер в лесной и лесостепной зонах, группами или одиночно; как сорное – вдоль канав, на огородах.

Используют корневища с корнями, содержащие производные антрохинона (до 6 %), в составе которых хризофановая, щавелевая, яблочная и лимонная кислоты; эмодин, арабинозид эмодина, хризафанол, алоэ-эмодин; дубильные вещества (до 15 %); алкалоиды; флавоноид неподин; антоцианы

(5 %) и лейкоантоцианы; катехины; фенолкарбоновые кислоты; кофейная кислота; смолы; эфирное масло (0,29 %); сапонины; железо (в виде органических соединений); витамины B_1, B_2, С, Е, К, РР; щавелевокислый кальций (до 9 %); рутин; фенолы. В листьях свободная щавелевая кислота (до 12 %). Корни концентрируют железо, стронций, барий, селен.

Щавель не рекомендуется употреблять при нарушенном солевом обмене (ревматизм, подагра), при воспалениях кишечника и туберкулезе [16].

В официальной медицине экстракт корневищ с корнями (*Extractum radicis Rumex conferti fluidi*) применяют в качестве слабительного и гипотензивного средства. Отвар корневищ с корнями (*Decoctum radicis Rumex conferti)* обладает вяжущим, слабительным, противоглистным, кровоостанавливающим свойствами при колитах, энтероколитах, геморрое.

В традиционной медицине применяют как вяжущее средство при легочных, маточных и геморроидальных кровотечениях, кровавом поносе, дизентерии, при различных кожных болезнях, ранах, язвах, ожогах. При ревматизме, болях в пояснице 1 столовую ложку свежих корней заливают 300 мл воды, кипятят 15 минут, настаивают, укутав, 2 часа, процеживают и принимают по 2 столовые ложки 3 раза в день до еды.

В старинных травниках отмечалось:

“Гложущий зуд и чесотка, несущая коже разрывы,-
Все отступают, омыты его подогретым отваром;
Вспухший уймет язычок и зубную боль успокоит.
Дизентерийных в питье и больных животом исцеляет;
Боль изгоняет ушей, омывая их теплым отваром “.

На Руси с давних пор используют корни и цветущие олиственные верхушки. Корни обладают вяжущим действием в малых дозах, а в больших – послабляющим. Послабляющее действие наступает через 8-12 часов после приема за счет усиления перистальтики толстой кишки. Щавель конский издавна использовали как средство для лечения желудочно-кишечных заболеваний.

Применяется при поносах различного происхождения, в том числе дизентерийного, у детей и взрослых, с целью получения противовоспалительного и вяжущего эффекта. Используют его и как кровоостанавливающее средство при лечении геморроя. маточных кровотечениях. Это растение применяли при хронических энтероколитах, колитах.

По сообщениям народных корреспондентов, можно успешно использовать цветки и семена конского щавеля. Их заваривают как чай и, хорошо настояв, пьют утром натощак вместо чая с сахаром. Это простое средство лечит даже самые тяжелые желудочно-кишечные расстройства, в т.ч. и холеру, дизентерию [116] .

В быту щавель применяли и как наружное средство. назначают его в виде примочек при кожных болезнях, особенно сопровождающихся зудом.

Имеются сведения, что корень щавеля обладает гипотензивным действием (снижает кровяное давление) и применяют его при лечении гипертонической болезни, атеросклероза.

ЩИТОВНИК МУЖСКОЙ

Dryopteris filix-mas (L.) Schott

Семейство щитовниковые – *Aspidiaceae*

Известно под названием папоротник мужской.

Многолетнее травянистое растение высотой до 1,5 м с мощным корневищем. Листья продолговатые, длиной до 1 м и шириной до 25 см, дважды перисто-рассеченные, с длинными черешками.

Спороносит с конца июня до сентября; споры созревают в июле – сентябре. Заготавливают корни и корневища в возрасте 3-5 лет со второй половины августа до поздней осени. Размножается и вегетативно – путем отделения столоновидных ответвлений корневища, развивающихся из почек на черешках листьев.

Распространено в европейской части России. В горах Кавказа, на Урале, Алтае, Саянах, в Средней Азии. Высшее споровое растение. Растет в сырых тенистых местах хвойных, широколиственных и смешанных лесов.

Используют корневища, содержащие аспидинол, папоротниковую и флавоспидоновую кислоты (3-4 %), фильмарон-производные филициновой кислоты (3,4 %); эфирное масло (до 0,3 %); флавоноиды; дубильные вещества (до 10,3 %); горечи; тритерпеноиды; крахмал; витамины группы В, С. Концентрирует железо, цинк, селен, барий, алюминий.

В официальной медицине Экстракт папоротника мужского густой *(Extractum Filicis maris spissum*), таблетки Филиксан (*Filixanum*) используют в качестве антигельминтных средств (против ленточных глистов) при тениидозах, дифиллоботриозе, гименолепидозе. Эффективное средство борьбы с такими ленточными червями, как свиной, бычий и карликовый солитеры. Паразиты гибнут в результате паралича их мускулатуры, при этом они теряют способность присасываться к стенке кишок.

Все органы растения ядовиты.

Корневища используются при болезнях почек, нефрите, астении, тромбофлебите, при лихорадках.

Противопоказания: болезни печени, почек, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, недостаточность кровообращения, туберкулез, беременность, эндокринные заболевания, истощение, возраст до 1 года.

Прием лекарственных форм необходимо осуществлять под наблюдением врача и после приема необходимо назначать такие слабительные, как глауберова соль или английская соль, не назначая касторовое масло, которое усиливает всасывание ядов, что приводит к отравлению организма.

Из щитовника на Руси с давних времен использовали: сухое корневище *(Rhizoma Filicis*) и его эфирный экстракт (*Extr. Filicis maris*); филициновую кислоту (*Acidum filicicum amorphum*) и ее калиевую соль (*Kalium filicicum*);

аспидин (*Aspidinum)* и эфирное масло корневищ (*Oleum Filicis maris ae thereum*) [22].

В ветеринарии корневища назначают в чистом виде и в виде препаратов при цестоидозах и других гельминтозах крупному рогатому скоту 100-250 г, лошадям 50-150 г, мелкому рогатому скоту 20-60 г, свиньям 20-50 г, собакам 5-15 г, кошкам 2-5 г, гусям 3-6 г, уткам 2-5 г, курам 1-4 г [141].

В гомеопатии применяются: *Filix – Injeel (forte) (D4), D12, D30, D200.*

Является кормовым растением и красителем для кож.

ЭВКАЛИПТ ПЕПЕЛЬНЫЙ

Eucalyptus cinerea F.Muell.ex Benth.

Семейство миртовые – *Myrtaceae*

Вечнозеленое дерево высотой до 25 м. Кора на стволе красновато-коричневая, у молодых побегов красновато-беловатая. Молодые листья короткочерешковые, сидячие, от округлых до сердцевидно-ланцетных, длиной до 4,5 см и шириной до 5,5 см, покрытых сизым восковым налетом. Старые листья такой же формы, как и молодые, длиной до 13 см, шириной до 5 см, супротивные, очередные, серо-зеленого цвета с голубым оттенком. Цветки в пазушных зонтиках. Плоды шаровидные или широко-грушевидные, длиной до 7 мм и диаметром до 10 мм.

Цветет и плодоносит так же, как эвкалипт прутовидный.

Медицинское использование, заготовка, сушка и применение аналогично описанным видам э.прутовидного и э.шаровидного.

В листьях этого вида до 1,5 % эфирного масла.

Препараты всех трех видов применяются в качестве антисептических, противовоспалительных и успокаивающих средств при лечении заболеваний верхних дыхательных путей, ларингита, трахеита, свежих инфицированных ран, воспалительных заболеваний женских половых органов.

Из эвкалиптов создано много лекарственных препаратов и форм:

- сухие измельченные листья эвкалипта (в коробках по 100 г) и брикеты, разделенные на 10 равных долек по 10 г, для домашнего приготовления отвара;

- отвар листа эвкалипта *(Decoctum folii Eucalypti*): 10 г (2 столовые ложки) сырья помещают в эмалированную посуду, заливают 200 мл горячей воды, закрывают крышкой и нагревают на водяной бане 30 минут, охлаждают, процеживают, оставшееся сырье отжимают; объем полученного отвара доводят кипяченой водой до 200 мл, хранят в прохладном месте не более 2 суток; применяют внутрь по ¼ стакана теплого отвара 3 раза в день после еды как антисептическое и противовоспалительное средство; для ингаляций и полосканий горла 1 столовую ложку отвара разводят 1 стаканом воды;

- настойка эвкалипта (*Tinctura Eucalypti*) 1:5 на 70 %-ном спирте; прозрачная жидкость зеленовато-бурого цвета со своеобразным запахом; выпускается во флаконах по 25 мл;

- масло эвкалиптовое (*Oleum Eucalypti)* содержит не менее 60 % цинеола, выпускается во флаконах по 10-15 мл и входит в состав комплексных препаратов Ингалипт (*Inhalyptum*) и др.;

- препарат хлорофиллипт (*Chlorophylliptum*) из хлорофиллов А и В листьев эвкалипта шаровидного, 1 %-ный спиртовой раствор по 100 или 200 мл во флаконах оранжевого стекла, применяемый местно и внутрь; 2 %-ный раствор в масле (во флаконах) применяемый местно; 0,25 %-ный раствор (в ампулах по 2 мл), применяемый внутривенно; при первых признаках диареи 10 капель хлорофиллипта на полстакана воды помогает не хуже специальных средств; при ангине или стоматите дети спокойно полощут горло или полость рта раствором хлорофиллипта (10 капель на полстакана воды), раствор имеет нейтральный вкус и слабый запах; при зубной боли этот же раствор помогает снять воспаление и боль; прием раствора с водой внутрь помогает при простуде и кашле;

- таблетки Пектусин (*Tabulettae "Pectusinum"*) от кашля;

- капли Эвкатол (*Guttae "Eucatolum"*), в состав которых входит настойка эвкалипта.

Ингалипт (*Inhalyptum*) – комбинированный препарат в аэрозольной упаковке, содержащий в 100 мл: стрептоцида растворимого и норсульфазол-натрия по 2,5 г, тимола, эвкалиптового и мятного масла по 0,05 г, спирта 6 г, глицерина 7 г, твина-80 7 г; применяют путем распыления из специального флакона, содержащего препарат под давлением сжатого азота; орошения проводят 3-4 раза в сутки; препарат удерживают в полости рта в течение 5-7 минут; выпускается в стеклянных аэрозольных баллонах вместимостью 80 мл, содержащих 30 мл ингалипта.

Аэрозоль "Камфомен" (*Aerosolum "Camphomenum*") содержит: ментола 0,06 г, масла эвкалиптового, камфорного и касторового по 0,61 г, раствор фурацилина спиртового 0,1 %-ного 2 мл, масла оливкового до 10 г; выпускается в аэрозольных баллонах вместимостью 40 мл (с содержанием 20 г пропеллента хладона-12); применяется для лечения воспалительных заболеваний верхних дыхательных путей, острых ринитов и фарингитов; ингаляции проводят 3-4 раза в сутки после еды по 1-3 распыления, вводя распылитель в полость носа на глубину 0,5 см; не назначают детям до 5 лет и людям, работающим в условиях запыленности воздуха;

Смесь для ингаляций *(Mixtio pro inhalationibus*) содержит ментола 0,71 г, настойки эвкалипта и глицерина по 35,7 мл, спирта этилового 96 %-ного до 100 мл; применяют для ингаляций (по 10 капель на стакан теплой воды) при воспалительных заболеваниях верхних дыхательных путей; выпускается в склянках по 40 мл.

Ингакамф (*Inhacamf*) – карманный ингалятор, содержащий кусочек ткани, пропитанной смесью следующего состава: камфоры 0,3 г, ментола 0,17 г, метилового эфира салициловой кислоты 0,08 г, эвкалиптового масла 0,1 г; применяют для ингаляций при острых ринитах.

Мазь Эфкамон (*Unguentum "Efcamonum"*) содержит: камфоры 10 г, масел гвоздичного и эфирного горчичного по 3 г, эвкалиптового 7 г, ментола

14 г, метил-салицилата 8 г, настойки стручкового перца 4 г, тимола и хлорат-гидрата по 3 г, спирта коричного 1 г, парафина 4,4 г, спермацета и вазелина до 100 г. Мазь светло-желтого цвета с резким специфическим запахом. Втирание мази в кожу вызывает расширение поверхностных сосудов, гиперемию, ощущение теплоты и улучшение кровообращения в коже и подкожной клетчатке. Применяют при артритах, миозитах, невралгиях и т.п. Втирают в кожу по 2-3 г 2-3 раза в день, покрывают теплой повязкой. При сильном раздражении кожи втирания прекращают. Мазь не следует наносить на поврежденную кожу. Выпускается в алюминиевых тубах по 10 г. Хранят в прохладном месте.

Препарат Эвкалимин обладает широким спектром антибактериального действия: подавляет развитие стафилококков, стрептококков (в том числе энтерококков и пневмококков), возбудителей дифтерии, спорообразующих бактерий, туберкулезных микобактерий, кандиды и др., включая устойчивые к действию антибиотиков формы микроорганизмов; оказывает противовоспалительное и противоотечное действие; не вызывает развития устойчивочти у патогенных микроорганизмов; обладает иммунности-мулирующими свойствами (стимулирует Т-клеточный иммунитет и индукцию интерферона); не токсичен и не вызывает аллергии. Показания к применению: заболевания верхних дыхательных путей и ЛОР-органов (ларингит, фарингит, ангина); санация носоглотки и придаточных пазух носа (гайморит, ринит); болезни пародонта (пародонтит, гингивит, стоматит); воспаления и зуд при ссадинах, расчесах, пиодермиях); острые и хронические гнойно-воспалительные заболевания и раны кожи, слизистых оболочек и мягких тканей. Применяют в виде полосканий, промываний, капель в нос, ингаляций и компрессов.

Для приема внутрь настаивают 1 столовую ложку листьев с 0,5 л кипятка (в термосе), что является суточной дозой. Настой для наружного применения готовят из расчета 2 столовые ложки листьев на 0,5 л кипятка.

ЭВКАЛИПТ ПРУТОВИДНЫЙ

Eucalyptus viminalis Labill

Семейство миртовые – *Myrtaceae*

Вечнозеленое дерево достигающее в возрасте 50 лет 50 м высоты и 1.7 м в диаметре. Ствол прямой, сжелтовато-белой гладкой корой, опадающей в виде длинных лент. Молодые листья сидячие, короткочерешковые, удлиненно-ланцетные с округлым основанием, длиной 3,5-11 см и шириной 0,7-4 см. Старые листья черешковые, остроконечные, длиной 4-27 см и шириной 0,5-5 см, серовато-зеленые, реже с фиолетовым оттенком, ланцетные или серповидные, со слабым сизоватым налетом. Цветки мелкие, расположены по 3 в пазушных зонтиках, сидячие, иногда на коротких цветоножках. Плод – коробочка бурого цвета, шаровидная, диаметром 0,8 см. Семена мелкие, угловатые.

Впервые эвкалипты описал ботаник Лабилльярдьер в 1792 году на Тасмании. В Европе эвкалипт был введен в культуру в Южной Франции в 1856 году.

Цветет в конце лета с 4-5 года жизни; плоды созревают через год. Размножается семенами, путем посева в горшочки с питательной смесью, что обеспечивает гарантированную пересадку на постоянное место с площадью питания 2х1 м. Зимостойкий вид.

Листья и побеги заготавливают поздней осенью и зимой. Повторные заготовки на одних и тех же растениях можно проводить через 3-4 года. Сушат и хранят сырье аналогично другим видам эвкалиптов.

Родина – Австралия и остров Тасмания, встречается также в Малайзии. Распространен во многих странах с тропическим и субтропическим климатом. В СССР культивировался в Западной Грузии, в Крыму и Талыше (Азербайджан). Встречается на юге Молдавии.

Используют листья, содержащие эфирное масло (до 2,5 %), органические кислоты, дубильные вещества, сложные эфиры.

Лекарственным сырьем для получения эфирного масла являются свежие, одно-трехлетние олиственные побеги.

Лекарственные формы и препараты производят из сырья этого и других видов эвкалиптов (сухие измельченные листья эвкалипта, отвар листа эвкалипта, Настойка эвкалипта, Масло эвкалиптовое. Хлорофиллипт, Таблетки Пектусин, Капли Эвкатол, Ингалипт, Ингакамф, мазь Эфкамон). Из хлорофиллов А и В листьев эвкалипта производят препарат хлорофиллипт (*Chlorophylliptum)*, обладающий антибактериальной активностью в отношении антибиотикоустойчивых стафилококков. Применяют его при стафилококковом сепсисе, перитоните, плеврите, пневмонии, ожогах, флегмонах, трофических язвах, эрозии шейки матки, фаринго- и ларинготрахеитах и других заболеваниях.

Применяют масло эвкалиптов и в парфюмерии.

Древесина эвкалиптов обладает антисептическими свойствами и используется в вагоно- и кораблестроении, для отделки домов, изготовления свай и шпал, столбов. Из древесины получают уксусную кислоту и древесный спирт. В коре эвкалиптов около 40 % дубильных веществ. Эвкалипт – декоративное растение, украшающее сады и парки. Высаживают их для осушения заболоченных земель.

ЭВКАЛИПТ ШАРИКОВЫЙ

Eucalyptus globules Labill.

Семейство миртовые – *Myrtaceae*

Встречается под названиями: эвкалипт шариковый, бесстыдница.

Вечнозеленое быстрорастущее дерево высотой до 70 и более метров с мощной корневой системой. Кора ствола и ветвей беловато-серая, гладкая, с отслаивающимся наружным слоем. Он как-бы раздевается – отсюда название бесстыдница. Молодые побеги четырехгранные. Листья молодых растений и

порослевых побегов супротивные, сидячие, стеблеобъемлющие, яйцевидные, сердцевидным основанием, длиной до 16 см и шириной 9 см. Стебли и листья покрыты восковым налетом ярко-сизого цвета. Листья взрослых растений длиной до 30 см и шириной до 4 см. ланцетные, серповидно изогнутые, короткочерешковые. Цветки одиночные, пазушные, сидячие, реже на коротких цветоножках; цветочные почки длиной до 3 см и шириной до 2 см. Чашечка трубчатая, сросшаяся с завязью, зеленовото-сизая; имеет крышечку, которая при распускании цветков сбрасывается. Плоды состоят из коробочек длиной до 1,5 см, сросшихся с чашечкой. Семена угловато-округлые, слегка сплюснутые, коричневато-черные, длиной до 5 мм.

Цветет на 3-5 году жизни с октября по март; плоды созревают через 1,5-2 года после начала цветения.

Размножается семенами, путем посева семян весной в парники на глубину 1-1,5 см. норма высева семян 40-60 г/м², расстояние между бороздками 5 см. Сеянцы высотой 15-20 см высаживают на постоянное место с площадью питания 1х2 м. Целесообразно выращивать по типу порослевой культуры. Хорошо отзывается на частые поливы и подкормки нитроаммофоской в течение вегетационного периода.

Произрастает в Австралии и на острове Тасмания. Культивируется в Африке, Испании, Индии, Индонезии, в Америке и Новой Зеландии. В России и Грузии выращивается во влажных субтропиках Закавказья. В Австралии эвкалипт является основной древесной породой, представленной 600 видами. Отдельные виды, например, эвкалипт гигантский *(E.gigantea)* достигает высоты более 100 м.

19 апреля 1770 года капитан Кук на корабле “Эндевор“ на 37°5' южной широты и 150°21' восточной долготы увидел землю, простирающуюся с северо-востока на юго-запад. Это была Австралия. Через некоторое время, двигаясь на север, Кук обнаружил удобную бухту. Изобилие необычных растений и большое количество птиц исключительной красоты побудило Кука дать этому заливу название “Ботани-Бей“, т.е. ботанический залив.

“Деревья, - писал Кук, - по величине не уступают дубам Англии; я видел одно похожее на них и по виду. Это то самое дерево, из которого сочится красная смола, напоминающая “змеиную кровь“ (смолу драконова дерева) “. Это была, без сомнения, одна из разновидностей эвкалиптов. Позднее знаменитый французский писатель Жюль Верн, никогда не бывавший в Австралии, устами своего героя ученого Паганеля из романа “Дети капитана Гранта“ описывал эвкалиптовый австралийский лес: “В этой стране, где воздух сух, где дожди редки, почва иссушена, эти узкие листья, защищаясь от солнца и чрезмерных испарений, обращают к солнцу не свою лицевую сторону, а ребро. Нет ничего умнее листа“. Он имел в виду, что эвкалиптовый лес не скрывает от солнца и не дает привычной лесной прохлады, т.к. лучи солнца проникают сквозь листву, словно через щели решетчатых жалюзи. Эвкалиптовые леса, состоящие из огромных деревьев с густой кроной, практически не дают тени.

В СССР растение приобрело лекарственное значение в 50-х годах. Выращивается во влажных субтропиках Закавказья. Урожайность листьев 8-15 т/га.

Используют листья, содержащие эфирное масло (до 4,5 %), в котором основную часть составляет цинеол (до 80 %); дубильные вещества (до 10 %); изовалериановый, куминовый, капроновый, каприловый альдегиды; органические кислоты и другие вещества.

Кроме эвкалипта шаровидного в России используют эвкалипт пепельный *(Eucalyptus cinerea F.Muell.ex Benth.*), наиболее зимостойким и распространенным видом является эвкалипт прутовидный (*Eucalyptus viminalis Labill.).*

Препараты всех трех видов применяются в качестве антисептических, противовоспалительных и успокаивающих средств при лечении заболеваний верхних дыхательных путей, ларингита, трахеита, свежих инфицированных ран, воспалительных заболеваний женских половых органов.

Лекарственные формы: лист эвкалипта, брикет листа, настойка эвкалипта (*Tinctura Eucalypti*), масло эвкалиптовое (*Oleum Eucalypti*), капли в нос. Масло эвкалиптов входит в состав комплексных препаратов Ингалипт (*Inhalyptum)*, Пектусин (*Pectusinum*); настойка эвкалипта входит в состав капель Эвкатол. Из хлорофиллов А и В листьев эвкалипта шаровидного производят препарат хлорофиллипт (*Chlorophylliptum*), обладающий антибактериальной активностью в отношении антибио-тикоустойчивых стафилококков. Применяют его при стафилококковом сепсисе, перитоните, плеврите, пневмонии, ожогах, флегмонах, трофических язвах, эрозии шейки матки и других заболеваниях.

Мазь Эфкамон (*Unguentum Efcamonum*) рекомендована при артритах и невралгиях.

Листья оказывают отхаркивающее, болеутоляющее, ранозаживляющее, антисептическое действие. В научной и традиционной медицине лекарственные формы эвкалипта (настой, отвар, настойка и эфирное масло) применяют при лечении трахеита, бронхита, бронхиальной астмы, плеврита, абсцесса легких, бронхоэктаза, острых и хронических желудочно-кишечных заболеваний.

Целебные свойства эвкалипта показаны при лечении гнойных ран, фурункулов; в гинекологической практике при эрозии шейки матки и кольпите; в офтальмологической практике при лечении блефарита и коньюктивита. Эвкалиптовое масло применяют для ингаляций при заболеваниях легких и верхних дыхательных путей, при ангине и стоматите. Наружно используют эвкалипт при артритах, радикулите и миозите.

В народе считают, что это растение обладает противоопухолевой активностью.

Для приема внутрь настаивают 1 столовую ложку листьев с 0,5 л кипятка (в термосе), что является суточной дозой. Настой для наружного применения готовят из расчета 2 столовые ложки листьев на 0,5 л кипятка.

По данным народных корреспондентов, листья эвкалипта применяют при лечении многих заболеваний. Настой или отвар из 10 г листьев на стакан воды чаще всего используют в виде примочек, полосканий и спринцеваний как антисептическое средство. этот же настой можно принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день как болеутоляющее при спазмах и боли в желудке.

В быту примочками из листьев эвкалипта шарикового (100 г листьев на 1 л кипятка) лечат раны; полосканиями 4-5 раз в день этим же настоем – ангину; теплым настоем эвкалипта делают припарки при геморрое; при ревматизме и радикулите рекомендуют втирание (100 г листьев на 0,5 л водки); при язве желудка и двенадцатиперстной кишки принимают по 50 мл 6 раз в день настой (20 г листьев на 1 л кипятка); при поносах принимают по 20 мл 4 раза в день настой (15 г листьев на 1 л кипятка); при экземе (мокнущей и сухой) делают примочки из настоя (50 г листьев на 1 л кипятка); при женских болезнях практикуют спринцевания настоем (200 г листьев на 6 л кипятка).

Действующие вещества ценных видов эвкалиптов обладают широким спектром антивирусной и противогрибковой активности. Представленные виды растений можно выращивать в закрытом грунте, дома и на работе. Листочки их следует применять при ОРЗ, ОРВИ и гриппе. Их следует пожевать и как можно дольше подержать во рту (за щекой). Этот прием следует использовать и при уходе за больными. Листья используются для ингаляций при ангине, гриппе. Рекомендуют марлевый мешочек с сухими или свежими листьями держать у подушки. Поэтому рекомендуем собирать и держать сухие листья эвкалиптов в домашней аптечке.

При необходимости из листьев готовят спиртовую настойку: 20 г листьев заливают стаканом водки (40 %-ным спиртом) и настаивают 7-8 дней, процеживают, отжимают и принимают по 20-25 капель, разведенных в ¼ стакана кипяченой воды.

Эвкалиптовое масло применяют и в косметике. Входит оно в состав крема “Эвкалиптовый“ (эвкалиптовое эфирное масло, спермацет, масло какао, косточковое масло, ретинол, тиамин), применяемого при жирной, пористой, склонной к появлению угрей коже. Обладает он дезинфицирующим, противовоспалительным, тонизирующим свойством, снимает раздражение, предохраняет кожу от увядания, витаминизирует ее.

Эвкалиптовое масло применяется и в гомеопатии: *Eucalyptus – Injeel (forte) (D6), D12, D30, D200.*

Привлекли внимание и другие особенности эвкалипта: качество древесины, быстрый рост и т.д. европейцы обратили внимание на достоинства эвкалипта еще 300 лет назад, и уже в XVII веке начали разводить его на побережье Средиземного моря сначала как декоративное растение. Сейчас особенно много его разводят в Испании, Бразилии, Индонезии, есть промышленные плантации в Африке. Всего под культурными насаждениями эвкалипта в мире занято более 1,5 миллиона гектаров. Насаждения эвкалиптов быстро растут: эвкалипт шариковый к годовалому возрасту вытягивается до 3 м, к 5-ти годам это дерево 10-15-метровой высоты до 20 см в поперечнике. До 800 кубометров древесины может дать гектар двадцатилетних эвкалиптов; другие породы деревьев накапливают такую массу только к 120 годам. В Конго вывели новую разновидность эвкалипта: за год такое дерево вырастает на 7 м. С гектара этих деревьев можно собирать каждый год около 40 кубометров древесины, что в 2 раза больше, чем дают обычные насаждения. Древесина у эвкалиптов первоклассная. Плотная, тяжелая, по крепости превосходит древесину дуба и черного ореха. Она не повреждается жуками древоточцами, не гниет, поэтому идет на корабельную обшивку, сваи, столбы и опоры для линий электропередач.

Особенно широко начали распространяться эвкалиптовые рощи, когда было обнаружено еще одно чудесное свойство дерева – его умение извлекать из почвы огромное количество воды. благодаря мощной корневой системе,

гектар эвкалиптового леса высасывает из почвы и испаряет за год до 12 млн.литров воды – 12 тысяч тонн. Эту особенность эвкалипта широко использовали при осушении Колхидской низменности.

Благодаря особенностям расположения листьев (листовая пластинка на длинном черешке располагается параллельно солнечным лучам), эвкалипт почти не дает тени и испаряет мало влаги, что важно в условиях сухого и жаркого климата и полезно для кустарников и мелкотравья, располагающегося в нижних ярусах эвкалиптовых лесов. Эвкалипт – единственный и незаменимый источник растительной пищи для редкого, исчезающего вида сумчатых – коалы. Причем, листьями эвкалипта коала утоляет и голод, и жажду; ему хватает содержащейся в листьях влаги.

ЭВКОММИЯ ВЯЗОЛИСТНАЯ

Eucommia ulmoides Oliv.

Семейство эвкоммиевые – *Eucommiaceae*

Встречается под названиями: эукоммия вязолистная, китайское гуттаперчевое дерево, эйкоммия.

Дерево высотой до 20 м с густой округло-яйцевидной кроной и неглубокой корневой системой. Кора коричневато-серая. Листья очередные, овально-эллиптические, длиной до 10 см и шириной до 6 см, пильчатые по краю, черешковые. Цветки одиночные, мелкие, невзрачные, раздельнополые. Плоды – односемянные орешки (крылатки) длиной до 4 см и шириной 1 см. Семена узколанцетовидные, с тонкой твердой кожурой.

Цветет в апреле – мае, во время распускания листьев; плоды созревают в октябре – ноябре.

Размножается семенами и вегетативно (отводками, зелеными черенками).

Распространена в Центральном и западном Китае. Культивируется в Китае, Западной Европе, Западной Грузии, Северной Америке, Северной

Африке, в Юго-Восточной Азии и Северном Вьетнаме; в Средней Азии и на Украине, в России на Кавказе.

Используют кору побегов, содержащую гуттаперчу (до 3 %), состоящую на 74 % из гуты и на 20 % из смол; хлорогеновую кислоту; танин; иридоидный гликозид аукубин; лигнаны. В коре содержатся макроэлементы (мг/г): калий – 3,2, кальций – 9,5, магний – 1,9, железо – 0,2. Является концентратором микроэлементов: марганца, молибдена, стронция [96].

Лекарственные свойства эвкоммии были известны в китайской и тибетской медицине еще в начале нашей эры. Кору использовали для лечения подагры, болезней печени, почек, селезенки, для ускорения сращивания костей и как тонизирующее средство. Настой эвкоммии (*Tinctura Eucommiae*) применяется на ранних стадиях гипертонической болезни [170].

ЭРВА ШЕРСТИСТАЯ

Aerva lanata (L.) Juss

Семейство амарантовые – *Amarantaceae*

Встречается под названием пол-пала.

Многолетнее травянистое растение высотой до 50 см с мочковатой корневой системой. Стебель ветвистый, опушенный, серого цвета. Цветки мелкие, невзрачные, серебристого цвета.

Цветет в июне – июле (до самых заморозков); плоды созревают в июле – августе. Размножается семенами, путем поверхностного посева в теплице в марте – апреле. Полученная рассада в мае высаживается в открытый грунт по схеме 20-30х45-60 см.

Распространена в Шри-Ланке (Цейлон) и в Южной Африке. Культура освоена в Западной Грузии, на Украине и в Казахстане. В России выращивается в южных районах, в т.ч. на Черноморском побережье Кавказа.

Используется трава, химический состав которой мало изучен. Известно, что она содержит важный для организма микроэлемент хром, регулирующий уровень сахара в крови, препятствующий развитию

атеросклероза, регулирующий сердечно-сосудистую деятельность. В траве много калия, укрепляющего сердечную мышцу, и кальция.

Пол-Пала в виде отвара применяется при заболеваниях печени, желчного пузыря, почек и мочевого пузыря (как сильное мочегонное средство) при затруднительном мочеиспускании; показана при гастрите, нарушении солевого обмена, при простатите, подагре, полиартрите, пиелонефрите, цистите, уретрите, гипертонии, отеках различного происхождения; способствует растворению и удалению камней и песка из почек. мочевого пузыря, мочеточника. Рекомендуют применять ее при атеросклерозе, остеохондрозе, язве желудка; выводит из организма радиоактивные вещества, повышает иммунитет, снижает содержание сахара в крови, препятствует образованию тромбов в сосудах.

ЭФЕДРА ХВОЩЕВАЯ

Ephedra equisetina Bunge

Семейство эфедровые – *Ephedraceae*

Встречается под названиями: эфедра горная, хвойник хвощовый, кузьмичева трава, кылша.

Многолетний густоветвистый кустарник высотой до 2,5 м с сильно ветвящейся корневой системой. Стволы одиночные, до 20 см в диаметре, деревянистые. Листья не имеют хлорофилла, супротивные, длиной до 2,5 мм. Хлоропласты размещены в клетках коры молодых неодревесневших стеблей. Цветки раздельнополые, невзрачные; мужские длиной до 5 мм, по 2-4 в колосках; женские – одиночные, разрастающиеся, сочные. Плоды – односемянные “шишкоягоды“ оранжево-красного цвета, длиной до 7 мм. Семена округлые, длиной до 6 мм, слегка выдаются из мякоти “шишкоягоды“.

Цветет в мае – июне; плоды созревают в июле – сентябре.

Распространена в горах Средней Азии и Казахстана, в восточных районах Кавказа (Дагестан, Азербайджан) и на юге Алтая.

Используют неодревесневшие веточки, содержащие алкалоиды: l-эфедрин, d-псевдоэфедрин, l –N-метилэфедрин. Алкалоиды содержатся в зеленых веточках (до 3,2 %), в одревесневших (до 0,8 %), в мясистой части “шишкоягод“ (до 0,12 %), в семенах (до 0,6 %). Основное действующее вещество – алкалоид эфедрин, который впервые был выделен в 1887 году химиком Нагаи. Плоды содержат витамин С (до 160 мг%). Наибольшее содержание эфедрина наблюдается в осеннее-зимний период (с сентября по март). Кроме алкалоидов в зеленых частях содержатся дубильные вещества (до 10 %).

Эфедра двухколосковая – ядовитое растение. Противопоказана при гипертонической болезни, атеросклерозе, тяжелых заболеваниях сердца и бессоннице [16].

Известна была еще Диоскариду (I век до н.э.). на Востоке эфедру применяют тысячелетиями. В России первые сведения о ее лечебных свойствах появились в 1889 году в Самарских губернских ведомостях. В них сообщалось, что известный знахарь Муховиков Федор Кузьмич излечивал эфедрой все виды ревматизма и дизентерию. Недаром ее называли “кузьмичевой травой”. Применяли на Руси ряд фитопрепаратов: Кузьмичева трава (*Herba Ephedrae vulgaris*); соляно-кислые соли алкалоидов *(Ephedrinum hydrochloricum, pseudoephedrinum hydrochloricum*) [21].

По данным народных корреспондентов, в традиционной медицине эфедру применяли для лечения бронхиальной астмы. Брали 2 столовые ложки отвара и пили 2-3 раза в день за полчаса до еды. Готовили отвар из 15-20 г молодых веточек эфедры на 0,6 л воды. Этот отвар упаривали до половины объема .

В официальной медицине применяют препарат Эфедрин гидрохлорид при бронхиальной астме, крапивнице и других аллергических заболеваниях; при ринитах, отравлениях наркотиками и снотворным; артериальной гипотонии, в офтальмологической и отоларингологической практике. Входит эфедра в состав ряда лекарственных форм: таблеток Теофедрин, таблеток

Антасман, аэрозоля Эфатин, препарата Солутан, применяемых при бронхиальной астме.

Плоды эфедры, называемые башкирской малиной, съедобны, содержат витамин С (до 160 мг%). Используют их для откорма домашней птицы. В Средней Азии местное население готовит из плодов известный сладкий сироп – бекмес.

Растение ядовито.

В гомеопатии применяются: *Ephedra vulgares – Injeel (forte) (D4), D10, D30, D200.*

ЯКОРЦЫ СТЕЛЮЩИЕСЯ

Tribulus terrestris L.

Семейство парнолистниковые – *Zygophyllaceae*

Однолетнее растение с прямым, тонким стеблем и длинными, до 60 см, лежачими побегами, покрытыми короткочерешковыми супротивными листьями. Нижняя сторона листьев и стебли покрыты волосками сизого цвета. Цветки мелкие, желтые, одиночные, расположены в пазухах листьев по всей длине стебля. Плод в виде колючего орешка, распадается на 5 колючих плодиков с 2-4 крепкими наружными острыми шипами.

Цветут все лето, с апреля – мая до заморозков; плоды созревают с июля.

Широко распространены в европейской части России. Заходят за реку Урал, по низовьям реки Аму-Дарья, через среднее течение реки Сыр-Дарьи и далее к северному побережью Балхаша. Встречается в Центральном Алтае; является сорным растением на поливных землях .

Используют надземную часть растения, содержащую стероидные сапонины (2.8 %) – триллин, диосцин, грациллин, диоспонин, диосгенин (2 %), кукубасапонин, протодиосцин. Кроме того, содержит алкалоиды; флавоноиды (до 0,8 %), дубильные вещества. В плодах скоровысыхающее

масло (до 5 %); смола; минеральные соли; гликозид. В листьях витамин С, смолистые и красящие вещества. Фитонцидное растение.

Ядовитое растение. Иногда вызывает отравления у овец.

Надземная часть используется при болезнях сердечно-сосудистой системы, атеросклерозе, болезнях органов дыхания, почек. Семена используются при импотенции, малярии, гонорее, дизентерии. Плоды применяются при болезнях нервной системы и глаз. Семена – при новообразованиях, в т.ч. злокачественных. Плоды обладают также абортивным действием.

Препарат Трибуспонин (*Tribusponini)* представляет сумму водорастворимых сапонинов. Рекомендован в качестве противосклеротического средства.

О целебных свойствах якорцов упоминается со времен Плиния и Диоскорида. В традиционной медицине известно как мочегонное, слабительное, тонизирующее и молокогонное средство. Применяют якорцы при гонорее, сперматории, воспалительных заболеваниях горла и глаз [69]. В Киргизии якорцы применяются для заживления ран; в Азербайджане при кровавом поносе; в Грузии трава в виде отвара использовалась как мочегонное средство; в Узбекистане сухие листья измельчают и курят вместе с табаком для излечения ран во рту. Корни якорцов сушат и заваривают вместо чая .

ЯРУТКА ПОЛЕВАЯ

Thlaspi arvense L.

Семейство капустные – *Brassicaceae*

Встречается под названиями: волоски, волосинки, веничек, горчица, денежка, донник, жабная трава, клоповник, лягушник, расходник, черное ребро и другие.

Однолетнее травянистое растение высотой 15-50 см с простым или ветвистым стеблем. Листья прикорневые обратнояйцевидные на черешках;

стеблевые листья продолговато-ланцетные, зубчатые, сидячие, при основании стреловидные. Цветки белые, мелкие, собраны в соцветие верхушечную кисть. Плод – стручочек, округло-овальный или круглый длиной до 18 мм и шириной до 16 мм. В каждом гнезде по 5-7 семян темно-вишневого цвета длиной 2,5 мм и шириной 1,7 мм.

Цветет в апреле – августе. Имеет очень короткий период вегетации. В течение лета можно высевать ее 3-4 раза. Урожай семян достигает 1,1-1,2 т/га. Даже в условиях Ленинградской области можно собрать три урожая зеленой массы и два урожая семян.

Распространена почти повсеместно в европейской части России, на Кавказе, в лесной зоне Сибири, на Дальнем Востоке, в Средней Азии и во всех областях Казахстана. Широко встречающееся сорное растение, произрастающее на солонцах, пустырях, огородах, вдоль дорог.

В надземной части содержится витамин С (от 70 до 470 мг%), в корнях (от 25 до 316 мг%). Больше всего его в листьях и меньше всего в стеблях. В семенах невысыхающее масло с чесночным запахом, коричневого цвета (от 29 до 33 %) с йодным числом 111,4 . Выход масла до 37,5 %. Кроме того, в плодах масло (20-33 %), годное для употребления в пищу.

Отвар травы рекомендовали применять при малярии. Экстракт из свежих растений обладает кровоостанавливающим действием при маточных кровотечениях [27].

Все растение использовали при заболеваниях чумой, при язвах, как раноочистительное и ранозаживляющее средство [39].

Это растение имеет и другие ценные целебные свойства. Листья и плоды с семенами оказывали терапевтический эффект при импотенции. Для этого брали истолченный порошок сырья и принимали по 0,3-0,5 г 3 раза в день. Можно приготовить настой: 15 г сухой травы настаивают в 200 мл горячей воды и принимали по чайной ложке каждые 2-3 часа [155]. Другие авторы отмечали вяжущее, дезинфицирующее и противоцинготное действие

этого растения . Имеются сведения, что настой травы в виде полоскания и питья употребляли при астме и скарлатине .

Семена ярутки обладают глистогонным и инсектицидным действием, применяется и в качестве абортивного средства .

Рекомендуют использовать ярутку как салатное растение.

ЯСЕНЕЦ ГОЛОСТОЛБИКОВЫЙ

Dictamnus gymnostylis Stev.

Семейство рутовые – *Rutaceae*

Встречается подназваниями: анис, бадан, бадьян, белый диптам, глистный корень, маральи рожки, неопалимая купина.

Многолетнее травянистое растение высотой 40-120 см с мясистыми корнями, в разрезе светло-серого цвета. Стебли не ветвистые; все части железисто-опушенные. Листья непарноперистые с 2-7 парами крупных, эллиптических, пильчатых листочков. Нижние листья цельные. Цветки 4-5 см в диаметре, со светло-розовыми лепестками и пурпурными жилками, собраны в кистевидное соцветие. Плод 4-5 см в диаметре, с пятью плодиками – коробочками, расположенными звездообразно. Семена блестящие, черные, гладкие. Растение имеет сильный, терпкий запах апельсиновой корки. Неопалимой купиной называется потому, что в тихую погоду, в период цветения вокруг растений скапливаются пары эфирных масел, которые стоит поджечь спичкой и растение как бы вспыхивает, но само не сгорает.

Распространено на территории России в Поволжье, Ростовской области, на Южном Урале; также в Крыму, в восточной Украине и на Западном Кавказе.

В цветках содержится эфирное масло (0,05 %) с запахом анетола; также масло содержится в цветущих верхушках (0.085 %), в листьях (0,15 %) [42].

Чаще всего используют отвар из высушенного корня или из коры корней. На Алтае готовят настой корней и травы. В Средней Азии и на Кавказе отвар листьев пьют при поносе. Ароматическая вода из цветков

применяется для омовений. Корни и семена собирают осенью, листья и цветки – в конце июня-начале июля, в период цветения.

В качестве успокаивающего средства использовались другие виды этого рода: ясенец таджикский и ясенец узколистный [2]. Корень и кора корней применялись при эпилепсии [54] и меланхолии . На Алтае настой корней и травы использовали при “испуге” . Кора корней кавказского диктамнуса *(D.caucasicus Fisch.)* применялась в качестве антиспазматического и противо-истерического средства. Цветки шли для ароматизации туалетных вод. Листья применяли как суррогат чая .

В традиционной медицине России описанный вид известен, как средство, регулирующее менструацию; используют корни и кору корней [68], применяют его также и против лихорадки .

Диктамнус густолистный *(D.angustifolius G.Don.)* на Алтае в виде настоя корней и травы применяли от “слабосилия” .

Имелись сведения о возможности использования травы ясенца в ветеринарии при вшивости [141].

При выращивании и сборе сырья ясенца необходимо знать, что при контакте с растением на коже появляются сильные, долго не заживающие ожоги, особенно после дождя или при росе, поэтому растения не поедаются домашними животными .

В гомеопатии применяют эссенцию из свежих корней, коры корней и свежих листьев при истерии, как противосудорожное средство. препараты из свежих листьев и корней рекомендуются при водянке груди и малокровии.

ЯСМЕННИК ДУШИСТЫЙ

Galium odoratum (L.) Scop.

Семейство мареновые – *Rubiaceae*

Встречается под названиями: дикая малина, душистая астра, благовонная марена, душка лесная, лесной чай, марена пахучая, сыворочная трава, пахучая смолка благовонная, ясменник.

Многолетнее травянистое растение высотой 20-35 (60) см с тонким ползучим корневищем. Стебли прямостоячие, четырехгранные. Листья в мутовках, широко ланцетовидные, острые, длиной 3-6 см и шириной 5-13 см. Цветки белые, 3-7 мм в диаметре, собраны на верхушках стеблей в виде щитковидной метелки. Плод около 3 мм в поперечнике, почти шаровидный, покрыт крючковидно загнутыми волосками.

Цветет в мае – июне; плоды созревают с июля.

Встречается в лесной зоне европейской части (кроме северных районов), на Дальнем Востоке, в горах Кавказа, Алтая, в Саянах и в Восточном Казахстане в тенистых широколиственных и пихтово-еловых лесах на влажных, богатых гумусом почвах.

В надземной части содержится кумарин. Весной его накапливается в 6 раз больше, чем в августе. Кроме того, выделен гликозид асперулозид (0,05 %); органические кислоты (цитроновая и аспертановая); дубильные вещества; флавоноиды; смолы; эфирное масло . В корнях красящее вещество красного цвета. В траве витамин С (60-87 мг%).

Ясменник душистый – ядовитое растение. При передозировке лекарственных форм открывается рвота, головная боль, головокружение и даже наступает смерть [16].

Это традиционное растение встречалось в русских рукописных книгах уже в середине XVI века. Растению приписывали волшебные свойства. По преданию, в ночь на Ивана-Купала с цветочных чашечек ясменника капала рубинового цвета жидкость, капля которой могла исцелять любую болезнь. Существовало поверие (в Ярославской губернии), что он лечит болезни у тех, кто носит ясменник на груди или в ладони. Эти люди могли пробежать несколько верст, не чувствуя усталости и не нуждаясь в отдыхе.

Используют надземную часть или все растение с корнями [155]. Для лечения водянки на 400 мл воды берут 30 г сухой измельченной травы, настаивают на холоде в течение 2-х дней, затем процеживают, отжимают

остаток и на 2 стакана полученной жидкости добавляют 50 мл водки. Принимают 5 раз в день по ¼ чайной чашки.

При лечении детских нервных припадков на стакан крутого кипятка добавляют 10 г свежей травы. Полученный настой применяют 3-4 раза в день по чайной ложке.

Траву ясменника широко применяли в традиционной медицине при сердечных болезнях.

В травниках XVI века писали: “Кто пьет траву по утрам и днем, и вечером, та трава добра есть у кого сердце в трепете. Пей трижды - минует“ [155].

В “Прохладном Ветрограде“ так пишут о ясменнике: “а если сердце трепетно, если трава ясмены и приемли с вином или в ухах, яко же восхощешь, и то велика польза есть от предреченные болезни и сердце тихо будет и отток ножной уймется“ [125].

В травниках, лечебниках и ветроградах траву ясменника рекомендуют и в качестве мочегонного средства [196], при лечении желтухи [79], а также для лечения желудочно-кишечных заболеваний: трава при запорах [196,203], корни как вяжущее и обволакивающее средство [170]. Применяли это растение и для лечения нервных заболеваний. В старые времена держали его в домах для привлечения “духов тишины и покоя”, из него делали ванны для нервных больных и “одержимых бесами” [155].

Имелись сведения и о лечении цветущей травой алкоголизма (пьют настойку травы). Душистый чай из травы применяли и как потогонное средство. При простуде также применяли чай из травы ясменника.

На Руси в аптеках в старые времена использовали Траву ясменника *(Herba Asperula odoratae)* [21].

ЯСНОТКА БЕЛАЯ

Lamium album L.

Семейство яснотковые – *Lamiaceae*

Встречается под названиями глухая крапива и притул-трава.

Многолетнее травянистое растение высотой до 60 см с горизонтальным корневищем и прямостоячими четырехгранными стеблями, полыми внутри. Листья супротивные, яйцевидные или сердцевидные. Длиной до 10 см и шириной до 8 см, остропильчатые, черешковые. Цветки белые или желтовато-белые, собраны в мутовки по 6-16 в пазухах верхних листьев. Плод распадается на 4 темно-серых орешка.

Цветет в апреле – мае; плоды созревают в июне – сентябре.

Распространена почти повсеместно в европейской части России, в Сибири и на Дальнем Востоке, на Кавказе, в Средней Азии, Казахстане в тенистых местах в лесах, на опушках, полянах, среди кустарников, у дорог, в садах, по берегам водоемов.

В цветках содержатся танины; флавоноиды; эфирное масло; гликозиды; сапонины; изокверцетин, кемпферол, холин, гистамин, тирамин; следы алкалоидов; витамин С, каротин; слизь. В листьях алкалоид ламиин и другие вещества, найденные в цветках.

Издавна на Руси яснотку применяли при многих заболеваниях. Цветущие верхушки обладают мочегонным, кровоостанавливающим, противовоспалительным действием. регулируют они менструальный цикл. Применяют яснотку и при истерических припадках, судорогах, при запущенном кашле, удушье, астме, воспалениях в груди, печени, почках, при мочекаменной болезни.

Сок из травы применяли при маточном и носовом кровотечениях, белях, золотухе и туберкулезе.

Цветущие верхушки настаивали на подсолнечном или льняном масле и использовали для лечения ран.

При вышеуказанных болезнях рекомендовали применять водный настой из 1-2 щепоток травы, которые заливали 180 мл горячей воды. пили его вместо чая. Отвар готовили из 15 г травы, залитых 400 мл воды и

уваренных до 300 мл жидкости; принимали по чайной чашке 2-3 раза в день. Сок принимали по 60 мл [201].

Настои из цветков и листьев яснотки рекомендовали применять в качестве “кровоочистительного“ средства при золотухе у детей, фурункулезе, экземах, кожных язвах и сыпях. В качестве наружного средства этот настой используют для наружного лечения кожных болезней, ран, ожогов в виде обмываний и компрессов.

Употребляют яснотку при хронических заболеваниях мочевого пузыря и почек (в том числе и при гломерунонефрите), анемии, в гинекологической практике, при различных кожных заболеваниях и аллергических реакциях. Особенно эффективно помогает яснотка, будучи совершенно безвредным растением, при диатезах у детей; применяли ее и при золотухе.

Яснотку принимают как внутрь, так и наружно – в виде ванн и (местно) спринцеваний.

Для местного употребления рекомендовали готовить настой из 2-3 столовых ложек травы, которые заливали 0,5 л кипятка (суточная доза). Для наружного применения дозу травы удваивают [89].

В Швеции употребляют весной глухую крапиву в пищу как обычную крапиву путем отваривания, выжимания; после чего она теряет неприятный запах.

В ветеринарии сок из свежего растения дают домашнему скоту (коровам, лошадям) по 200 мл при кровавом мочеотделении [201].

В гомеопатии применяются: *Lamium album – Injeel (forte) (D4), D8, D30, D200.*

ЯСТРЕБИНКА ВОЛОСИСТАЯ

Hieracium pilosella L.

Семейство астровые – *Asteraceae*

Встречается под названиями: белки, боровые кувшинчики, боровая свеколка, волосатик, недоспелок, желтомохорочник, нечуй ветер, ястребинка и другие.

Многолетнее травянистое растение высотой 5-30 (50) см с косо восходящим корневищем и шнуровидными корневыми мочками. Стебель простой, безлистный, с одной корзинкой, реже вильчато ветвящийся. Побеги многочисленные, с расставленными листьями. Прикорневые листья в розетке, ланцетовидные или эллиптические, тупые или слегка заостренные. Сверху зеленые (сизоватые), снизу седые или беловойлочные. Плоды мелкие, длиной до 2 мм, темно-красного цвета.

Цветет в мае – июне; плоды созревают в августе – сентябре.

Распространена в европейской части России, реже встречается в Крыму и на Кавказе, в Западной Сибири на песчаных почвах, в сосновых борах, в рощах, на лугах.

Содержит смолы, танины, горечи, слизи [66].

Издавна применялась в традиционной медицине в виде отвара корней и как вяжущее и кровоостанавливающее средство. Отваром ее лечили и перемежающуюся лихорадку [2]. В XVI веке настои, отвары и вытяжки из кусков корней (разрезанных поперек) применяли при лихорадке [155]. Употребляли корни и при болях в животе, при тяжелых родах, слабости родовых потуг. Имеются сведения о применении отвара корней внутрь от бешенства [183], а также при лечении бессонницы, головной боли, водянки и болезни сердца [66].

Порошок корней применяли при хроническом насморке, в качестве кровоостанавливающего, ранозаживляющего средства. Чай из травы рекомендовали при воспалениях миндалин, гортани, желчнокаменной и почечнокаменной болезни [39,54]. Целиком растение употребляли в фазе цветения для рассасывания опухолей кровеносных сосудов; корни обладают глистогонным действием.

Отвар из толченого корня применяли в виде полоскания для укрепления десен, зубов, заживления ран во рту; при воспалении глаз [39]. Настой корней рекомендовали и при золотухе [70,104].

ЯСТРЕБИНКА ЗОНТИЧНАЯ

Hieracium umbellatum L.

Семейство астровые – *Asteraceae*

Встречается под названиями: желтый лесной молочайник, горькуша, желтянка, логонец, лихорадочная трава, мышьи ушки, сокольник волосатый, ястребец, космачек и другие.

Многолетнее травянистое растение до 120 см высотой с укороченным узловатым корневищем и многочисленными корневыми мочками. Стебель жесткий, шершавый, густо олиственный. Листья ланцетовидные или линейные, цельнокрайние или слегка зубчатые, темно-зеленого цвета. Цветки золотисто-желтого цвета, собраны в зонтиковидные соцветия с многочисленными головками. Плоды – семянки длиной 2-3 мм красновато-бурого цвета.

Цветет с июня по сентябрь; плоды созревают в сентябре – октябре.

Распространена почти повсеместно в европейской части России, на Кавказе, в Западной и Восточной Сибири, на Дальнем Востоке и в Средней Азии в сосновых борах, по опушкам смешанных и лиственных лесов, на полях, лугах, старых залежах.

В цветках, листьях и стеблях содержатся алкалоиды, а также инсулин и желтое красящее вещество.

В традиционной медицине использовали отвар травы внутрь в качестве вяжущего средства при кровавом поносе, туберкулезе, глазных болезнях и средства против кашля. Корень, настоянный на водке, применяется внутрь при болях в животе от подъема больших тяжестей и наружно для припарок при опухолях [40] .

Трава этого вида применялась при укусах ядовитых змей и как ранозаживляющее средство. Настои, отвары и вытяжки из травы использовали как кровоостанавливающее средство [155].

Желтый краситель из растения употреблялся для окрашивания пряжи и при дублении кож.

ЯТРЫШНИК ПЯТНИСТЫЙ

Dactylorhiza maculata L.

Семейство орхидные – *Orchidaceae*

Многолетнее травянистое растение высотой 20-60 см, развивающее под землей сплюснутые, лапчато-раздельные корневые клубни, живущие всего 2 года. В то же время, растение способно дать только 1 замещающий клубень. Стебли одиночные, прямостоячие. Листья от 4 до 8, продолговато-обратнояйцевидные или продолговато-ланцетные, длиной 6-15 см. Сверху темно-зеленого цвета с фиолетово-коричневыми пятнами, снизу сизовато-зеленые. Верхние листья линейные или линейно-шиловидные, заостренные. Цветки розовато-лиловые или бледные, собраны в густой цилиндрический колос длиной 5-15 см. Плод – коробочка с многочисленными очень мелкими семенами.

Цветет с конца мая до июля; плодоносит в июле – августе.

Распространен почти повсеместно, но рассеянно, в лесных районах европейской части России. Произрастает, в основном, в сырых замшелых лесах с присутствием сфагновых мхов, среди зарослей кустарников, реже на заболоченных лугах, окраинах болот.

Используют корнеклубни под названием “салеп“, в которых содержится слизь (47-50 %), крахмал (27-31 %), декстрин (до 13 %), пентозаны, метилпентозаны, сахароза (1 %). Основой слизи служит полисахарид маннан. Кроме того, в клубнях содержится каротин, кверцитрин, горькое вещество, пектины.

Слизь салепа применяется с давних времен в качестве обволакивающего средства, в основном, в детской практике, при катарах, а также при отравлениях некоторыми ядами .

Ятрышник на Руси широко применяли при многих болезнях: туберкулезе, при внутренних и цинготных язвах, для похудения, при загноениях после ампутации, длительном простудном кашле, при остроконечных камнях в почках и мочевом пузыре, детской грыже, при фригидности женщин и ананизме.

Порошок салепа с виноградным вином давали женщинам при анемии; рекомендовали это средство и для людей пожилого возраста.

В основном, салеп применяли в виде отвара из расчета 3,7-7,5 г порошка на 400 мл воды или молока. Отвар пили по чайной чашке 2-3 раза в день.

Из обжаренных корней варят кофе и принимают для укрепления здоровья.

При выкапывании корней следует отбирать качественное сырье. Корни должны быть плотные, ломкие, при погружении в воду оседать на дно. Старые и вялые корни выбраковывают. После промывки сырья холодной водой, на короткое время корни погружают в горячую воду, обтирают тряпочкой, при этом сходит верхняя кожица. После чего сушат их на железном противне, поставив в теплую печь, пока сырье не высохнет и не приобретет полупрозрачный, роговой вид. Некоторые советуют нанизать сырье на нитку и сушить на воздухе .

По данным народных корреспондентов, местное население соком свежих клубнекорней (салепа) успешно лечит туберкулез легких. В то же время, повышенные дозы такого сока действуют на человека “одурманивающим образом”.

Восточная медицина рассматривает салеп как афродизиатическое средство и как средство, восстанавливающее силы при истощении.

В традиционной медицине на Руси очень ценят салеп, как средство, возбуждающее половое чувство. Бытует мнение, что старые клубни ятрышника подавляют половое чувство, а молодые оказывают обратное действие.

Ятрышник в виде водного настоя корня применяли по столовой ложке при сильной рвоте с одной каплей опийной настойки.

Корень ятрышника применяют в консервированном виде (30 г в 240 г сахарного порошка, прибавляют немного воды и доводят до густоты меда). Принимают по 7,4 г или 2 чайные ложки 3 раза в день для восстановления сил, как тонизирующее средство, возбуждающее половое влечение.

Салеп (сухой корень) используют при кровавом поносе, воспалении почек, при туберкулезе, при полной остановке мочеотделения. Дают порошок в дозе 2,1 г 2-3 раза в день или отвар из 8,5 г порошка корней на 300 мл воды или молока, упаривая отвар до 200 мл, дают 2 столовые ложки через каждые 2 часа.

Приложение 1

Рекомендуемые сборы лекарственных растений для фитотерапии*

АЛЛЕРГИЯ

Для профилактики и лечения аллергии на пыль (в т.ч. на книжную пыль) рекомендуется сбор:

Золототысячник – 5 столовых ложек без верха;

Зверобой – 4 столовых ложки;

Одуванчик, корень – 3 столовых ложки;

Хвощ полевой – 2 столовых ложки;

Кукурузные рыльца – 1 столовая ложка;

Ромашка аптечная – 1 столовая ложка;

Шиповник, плоды толченые – 4 столовых ложки.

Шиповник и корни одуванчика растолочь в ступе или провернуть через мясорубку. Весь сбор хорошо смешать. Берут 1 столовую ложку сбора на 1,25 стакана воды, можно сделать сразу на 2-3 дня. Сбор в эмалированной кастрюле залить холодной водой с вечера и дать настояться в течение ночи. Утром нагреть, довести до кипения, но не кипятить. Укутать на 4 часа, процедить. Принимать 1 стакан в течение дня, в 3 приема, до еды (по ⅓ стакана на прием). Хранить в холодильнике. Аллергия начнет проявляться, “выходить”: вначале будут затвердения в носу, на подбородке, на руках, ниже до ног с сильным зудом. Смазывать анестезирующей жидкостью “Меновазин “. Через месяц начинается выздоровление. Продолжительность лечения 6 месяцев. В этот период не рекомендуется принимать спиртное. Этот сбор хорош и для детей.

При аллергической крапивнице рекомендуется применять сок и настой сельдерея пахучего. Отжать сок из свежего корня и принимать по 1-2 чайные ложки 3 раза в день за 30 минут до еды. Иногда можно принимать настой: 2 столовых ложки измельченных корней настаивают 2 часа в стакане холодной воды, процеживают. Принимают по ⅓ стакана 3 раза в день до еды.

---

* Все элементы сборов указаны в граммах (по весу) или в частях. Сборы рекомендуется применять после консультации с лечащим врачом.

АРТРИТ РЕВМАТОИДНЫЙ

Сбор: Василек синий (цветки) – 5 г;

Ноготки лекарственные (цветки) – 5 г;

Можжевельник обыкновенный (плоды) – 10 г;

Бузина черная (цветки) – 5 г;

Крапива (листья) – 5 г;

Хвощ полевой (трава) – 20 г;

Береза повислая (лист) – 20 г.

Залить 3 столовые ложки сбора 0,5 л кипятка и кипятить 10 минут; процедить в горячем виде и принимать по 0,5 стакана 2 раза в день.

АСТМА

При астматических бронхитах рекомендуется

сбор: Эфедра хвощевая, трава – 40 г;

Ромашка аптечная – 200 г;

Березовые почки – 60 г;

Багульник болотный, трава – 200 г.

Все измельчить и хорошо смешать; 2 столовые ложки смеси на 500 мл кипятка настоять, укутав, 5-6 часов, процедить. Принимать по полстакана 3 раза в день до еды, в теплом виде.

При бронхиальной астме, коклюше, бронхоэктазии рекомендуется

сбор: Почки сосновые – 1 часть;

Подорожник большой, листья – 1 часть;

Мать-и-мачеха обыкновенная, листья – 1 часть.

Засыпать 4 столовые ложки смеси на стакан холодной воды; настоять 2 часа; кипятить 5 минут и настоять 15 минут, процедить. Выпить эту дозу в течение дня в 3 приема.

при коклюше, инфекционных заболеваниях бронхов рекомендуется

сбор: Алтей лекарственный, корни – 50 г;

Тимьян обыкновенный (трава) – 50 г;

Сосна обыкновенная (почки) – 40 г;

Подорожник большой (листья) – 30 г;

Мать-и-мачеха обыкновенная (листья) – 30 г.

Готовят и принимают теплый настой сбора.

АТЕРОСКЛЕРОЗ

Сбор: Береза повислая (листья) – 10 г;

Кассия остролистная (плоды, листья) – 10 г;

Лопух большой (корни) – 10 г;

Морковь посевная (корнеплоды) – 10 г;

Мята перечная (трава) – 10 г;

Сушеница болотная (трава) – 10 г;

Почечный чай (ортосифон тычиночный) (трава) – 10 г;

Шиповник коричный (плоды) – 15 г;

Свободноягодник колючий -15 г.

Измельченное сырье смешать; 1 столовую ложку сбора заварить стаканом кипятка, отстоять 3-4 часа, отфильтровать и принимать в теплом виде по ⅓-½ стакана 3 раза в день после еды.

Для лечения и профилактики атеросклероза отдельно рекомендуется употребление арбуза, ламинарии, лука, чеснока и цветков клевера. Арбуз, наряду с мочегонным действием, способствует нормализации деятельности кишечника и выведению из организма избытка холестерина. Ламинария сахаристая (морская капуста) применяется при атеросклерозе в основном из-за значительного содержания в ней йода. Рекомендуется постоянно принимать ламинарию по ½ чайной ложке в день, посыпая порошком капусты вместо соли салаты, овощные блюда и супы. Морская капуста показана не всем. Лук и чеснок в народной медицине применяются для лечения самых разных заболеваний, в т.ч. для предупреждения и лечения атеросклероза. С этой целью регулярно употребляют в пищу сырой лук (репчатый и зеленый) и чеснок (по 2-3 зубчика в день) в целом или растертом виде, а также в виде сока. Свежий сок репчатого лука можно смешать с медом (на 1 часть сока 2 части меда) и принимать по 1 столовой ложке смеси 3-4 раза в день до еды. Лук и чеснок оказывают раздражающее действие на желудочно-кишечный тракт, печень и почки. Поэтому больные, не употребляющие регулярно чеснок и лук, должны включать их в свой рацион постепенно, начиная с небольшого количества.

БЕССОННИЦА

При нервном возбуждении, раздражительности, бессоннице рекомендуется

сбор: Мята перечная (листья, соцветия) – 30 г;

Пустырник сердечный (трава) – 30 г;

Валериана лекарственная (корень) – 20 г;

Хмель обыкновенный (шишки) – 20 г.

Готовят настой: 1 столовую ложку сбора залить стаканом крутого кипятка, настоять 45 минут, процедить, отжать; принимают по ½ стакана 3 раза в день. При бессоннице также рекомендуют смазывать лавандовым маслом виски и сосать (3-5 капель на кусок сахара) перед сном.

БРОНХИТ, ПЛЕВРИТ, ПНЕВМОНИЯ

При бронхиальной астме, коклюше, бронхоэктазии рекомендуется

сборы: Почки сосновые – 1 часть;

Подорожник большой (листья) – 1 часть;

Мать-и-мачеха (листья) – 1 часть.

Настоять 4 чайных ложки смеси 2 часа в стакане холодной воды; кипятить 5 минут и процедить. Принимать 1 стакан в течение дня за 3 приема.

Мать-и-мачеха (листья) – 2 части;

Душица (трава) – 1 часть;

Ромашка аптечная – 2 части.

На 500 мл крутого кипятка 2 столовые ложки измельченной смеси; настоять, укутав, 5-6 часов и процедить. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день.

ГИПЕРТОНИЯ

Сбор: Пустырник сердечный (трава) – 3 части;

Сушеница топяная (трава) – 3 части;

Багульник болотный (трава) – 3 части;

Хвощ полевой (трава) – 1 часть;

Крушина ольховидная (кора) – 1 часть.

Взять 2 столовые ложки измельченной смеси на 500 мл крутого кипятка; кипятить 10 минут; настоять, укутав, 30 минут, процедить. Принимать по ⅓ стакана 3 раза в день после еды.

Сбор: Пустырник сердечный (трава) – 1 часть;

Сушеница топяная (трава) - 1 часть;

Боярышник кровяно-красный (цветы) – 1 часть;

Листья (трава) омелы белой – 1 часть.

Настоять 8 часов 4 столовые ложки смеси в 1 литре кипятка, процедить. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день, через час после еды.

Сбор: Мята перечная (трава) – 10 г;

Ортосифон тычиночный (почечный чай) (трава) – 15 г;

Пустырник сердечный (трава) – 15 г;

Ромашка аптечная (цветки) – 10 г;

Сушеница болотная (трава)- 15 г;

Шиповник коричный (плоды) – 15 г;

Шлемник байкальский (корни) – 20 г.

Настой из 1 столовой ложки смеси на стакан кипятка готовят с вечера на следующий день и принимают по ⅓-¼ стакана 3 раза в день в течение 20-30 дней; делают перерыв 10 дней; повторяют курс 3-4 раза.

ГИПОТОНИЯ

Татарник колючий – 20 г сухих цветочных корзинок и листьев на стакан воды. Кипятить 10 минут на слабом огне, настоять, укутав, 30 минут и процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3-4 раза в день для поднятия тонуса и повышения кровяного давления. Можно заваривать одни листья.

Лимонник китайский – принимать настойку по 20-30 капель на рюмку воды 2 раза в день натощак перед завтраком и обедом за 30 минут до еды.

Рапонтикум сафлоровидный в виде настойки корней и жидкого экстракта. Настойку применяют по 30-40 капель (1 чайная ложка) 2 раза в

день натощак перед завтраком и обедом за 10 минут до еды. Экстракт по 20-30 капель на рюмочку воды.

ГЕМОРРОЙ

При геморрое в виде отвара для ванн и припарок рекомендуется применять

сбор: Дуб обыкновенный (кора) – 50 г;

Хвощ полевой (трава) – 30 г;

Стальник полевой (корень) – 20 г.

В виде настоя рекомендуется применять

сбор: Кассия остролистная (листья) – 20 г;

Тысячелистник обыкновенный (трава) – 20 г;

Крушина ольховидная (кора) – 20 г;

Кориандр посевной (плоды) – 20 г;

Солодка голая (корень) – 20 г.

Принимать по ½ стакана настоя 1 раз в день на ночь.

При сильных болях без шишек рекомендуется применять

сбор: Крапива двудомная (лист) – 1 часть;

Крушина ольховидная (кора) – 1 часть.

На 1 литр кипятка 8 г смеси. Кипятить 10 минут на слабом огне, настоять, укутав, 30 минут и процедить. Принимать по 1 стакану 4 раза в день.

ГРИПП, ПРОСТУДА

Сбор: Солодка голая (корень) – 40 г;

Липа сердцевидная (цветки) – 60 г.

Принимать в виде горячего настоя 2-3 раза в день по 1 стакану.

Настой из корня аира (15 г) на стакан воды настаивают 8 часов или отваривают 15 минут и пьют по столовой ложке 3 раза в день перед едой.

ДИАБЕТ

Сбор: Листья черники обыкновенной – 4 части;

Плоды шиповника майского – 3 части;

Створки фасоли обыкновенной – 4 части;

Листья земляники лесной – 3 части;

Трава тысячелистника обыкновенного – 2 части.

Взять 1 столовую ложку смеси на стакан кипятка. Суточная доза – 1-2 стакана.

Почки сирени. Настой из собранных весной набухших почек, высушенных в тени. Заварить 1 столовую ложку почек в 1 литре кипятка и принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день до еды.

Сбор: Лопух большой (корни) – 1 часть;

Фасоль обыкновенная (створки) – 1 часть;

Черника обыкновенная (лист) – 1 часть.

Настаивать 12 часов 60 г сбора в литре холодной воды. кипятить 5 минут, настоять, укутав, 1 час и процедить. Принимать по ¾ стакана 5 раз в день через час после еды.

Сбор: Черника обыкновенной (лист) – 1 часть;

Фасоль обыкновенная (створки) – 1 часть;

Лен посевной (семена) – 1 часть;

Овсяная солома - 1 часть.

Взять 3 столовые ложки сбора на 3 стакана воды. Кипятить 10 минут, настоять, укутав, 30-40 минут, процедить. Принимать по ¼ стакана 6-8 раз в день.

ИНФАРКТ, ИНСУЛЬТ

Натереть 200 г чеснока, залить 300 мл 96%-ного спирта, 10 дней настаивать, отжать. Еще 3 дня настоять и профильтровать. Полученные 200 г настоя пьют по схеме: в первый день принимать по 1-2-3 капли перед завтраком, обедом и ужином. Затем увеличивать дозу по 1 капле каждый

день, доведя до 25 капель в день. После чего снижают дозу в обратном порядке. За курс выпивают все 200 мл.

ИШЕМИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ СЕРДЦА

Береза повислая: 10 г сухих почек на 1 стакан воды, кипятить 15 минут; принимать по 1 столовой ложке 3-4 раза в день. Свежие молодые листья: 10-15 г на 1 стакан кипятка, настаивать 4-5 часов; по 1 столовой ложке 4-5 раз в день.

Боярышник кровяно-красный: настойку (аптечный препарат) принимать по 20-30 капель 3 раза в день до еды. Отвар: 20 г сухих плодов на 1 стакан кипятка, кипятить 10-15 минут;принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день до еды. Свежие плоды употреблять в любом виде.

Пустырник сердечный: настойку (аптечный препарат) принимать по 30-40 капель 3 раза в день во второй половине дня. Настой: 15 г сухой измельченной травы на 1 стакан кипятка, настаивать 30-40 минут; принимать по 1 столовой ложке 2-3 раза в день во второй половине дня.

Абрикосы употреблять в виде свежих плодов, соков, компотов.

Черемшу (колбу, лук победный) употреблять в любом виде.

НЕДЕРЖАНИЕ МОЧИ (У ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ)

Бруснику (смесь листьев и ягод 1:1) и 2 столовые ложки зверобоя кипятить 10 минут в 3 стаканах воды. Принимать по 3 стакана в день, начиная с 4 часов и заканчивая отходом ко сну.

Семена укропа (1 столовая ложка на стакан воды) настоять, укутав, 2-3 часа, процедить. Выпить весь стакан 1 раз в день.

Траву шалфея лекарственного (40 г на литр кипятка) настоять, укутав, 1-2 часа. Принимать по 100-200 мл 3 раза в день

ПИЕЛОНЕФРИТ

Сбор: Береза повислая (листья) – 30 г;

Льняное семя – 40 г;

Стальник полевой (корень) – 30 г;

Столовую ложку смеси настоять в стакане кипятка и принимать по ⅓-¼ стакана в несколько приемов в течение дня.

Сбор: Береза повислая (листья) – 20 г;

Земляника лесная (листья) – 10 г;

Крапива двудомная (листья) – 20 г;

Льняное семя – 50 г.

Готовят настой и 1-2 стакана принимают в теплом виде в несколько приемов в течение дня.

Сбор: Ноготки лекарственные (цветки) – 15 г;

Крапива двудомная (трава) – 15 г;

Подорожник большой (листья) – 15 г;

Почечный чай (трава) – 15 г;

Тысячелистник обыкновенный (трава) – 15 г;

Хвощ полевой (трава) – 10 г;

Череда трехраздельная (трава) – 15 г.

При гематурической форме хронического гломерулонефрита готовят настой из 1 столовой ложки сбора на стакан кипятка и принимают по ⅓-¼ стакана 3-4 раза в день.

РЕВМАТИЗМ, ПОЛИАРТРИТ

Сбор: Кора ивы белой – 15 г;

Листья вахты трехлистной – 15 г;

Плоды аниса обыкновенного – 10 г;

Трава полыни горькой – 10 г;

Цветки липы сердцевидной – 15 г.

Взять 1столовую ложку смеси и кипятить 10 минут в 1 стакане воды в плотно закрытой посуде, процедить. Пить по ⅓ стакана горячего отвара.

Настойка: Спирт (90-96%) – 1 часть;

Крапива жгучая (сок) – 1 часть;

Мед натуральный – 1 часть.

Свежевыжатый сок крапивы смешать со спиртом, добавить мед и все части хорошо размешать. Настаивать 2 недели внизу холодильника. Принимать по 30 г 3 раза в день.

СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТАЯ НЕДОСТАТОЧНОСТЬ

Сбор: Анис обыкновенный (плоды) – 20 г;

Валериана лекарственная (корни) – 30 г;

Пустырник сердечный (листья, трава) – 30 г;

Тысячелистник обыкновенный (трава) – 20 г.

Настой из 1 части (1 столовой ложки) сбора на стакан кипятка настаивать 3-4 часа и принимать по ⅓-¼ стакана 2-3 раза в день при болях в сердце.

СТЕНОКАРДИЯ

Боярышник кровяно-красный: отвар цветков. На стакан воды 2 столовых ложки сухих цветков; кипятить 10 минут, когда остынет – процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3-4 раза в день. Настойка цветков: 10 г сухих цветков на 100 мл водки. Настаивать 21 день в темном месте. Процедить, отжать. Принимать по 20-25 капель 3 раза в день; лучше принимать по 7 капель в теплой воде, так, чтобы все рассосалось во рту. Полезно пить чай из плодов боярышника: 1 столовую ложку плодов на стакан воды. кипятить 10-15 минут, настоять, укутав, 2 часа. Принимать по стакану 3 раза в день как чай. некоторые с успехом применяют варенье из боярышника: собирают созревшие плоды, перетирают или толкут с сахаром в соотношении 1:1. пользуются этим вареньем всю зиму.

Валериана лекарственная: 10 г сухого корня на стакан кипятка. Настоять, укутав, 1 час и процедить. Принимать по 1 столовой ложке 4-5 раз в день. Настойку принимать по 20-30 капель 3 раза в день.

Сбор: Зверобой продырявленный (трава) – 1 часть;

Тысячелистник обыкновенный (трава) – 1 часть;

Валериана лекарственная (корень) – 1 часть.

Взять 1 столовую ложку сбора на стакан холодной воды, настоять 3 часа, дать вскипеть и кипятить 5 минут, остудить, процедить. Принимать по стакану в течение дня в 3 приема.

СУДОРОГИ РУК И НОГ

Горчичное масло втирать в больные места. Соком свежего лимона утром и вечером смазывать подошвы ног. Курс лечения продолжается не более 2-х недель.

ТОНИЗИРУЮЩИЕ СРЕДСТВА

Женьшень, корень. Настойка. Принимать по 15-25 капель 2-3 раза в день в течение 2-3 месяцев в осенне-зимний сезон. Весной и летом принимать не следует.

Заманиха высокая, настойка. Принимать по 30-40 капель 2 раза в день, утром и в обед. За 30 минут до еды. Применяется в качестве тонизирующего и стимулирующего средства при истощении, а также при физической и умственной усталости, половом истощении.

Левзея сафлоровидная (маралий корень). Настойка. Принимать по 20-30 капель 2 раза в день, утром и в обед, за 30 минут до еды. Применяется как тонизирующее средство при переутомлении, половой слабости, при физическом и умственном переутомлении.

Аралия маньчжурская. Настойка. Принимать по 20-30 капель 2 раза в день, утром и в обед, за 30 минут до еды. Применяется как тонизирующее и стимулирующее средство при нервном истощении, половой слабости,

депрессивных состояниях, остаточных явлениях после воспаления мозговых оболочек, контузий и сотрясений головного мозга.

Лимонник китайский. Настойка. Принимать по 20-30 капель 2 раза в день, утром и в обед, за 30 минут до еды. Порошок по 0,5-1 г 2 раза в день. Принимать натощак или спустя 4 часа после еды. Применяется как тонизирующее и стимулирующее центральную нервную систему средство, не только при переутомлении и понижении работоспособности практически здоровых людей, но также для лечения истерических и астено-депрессивных состояний у психически и нервно больных. Противопоказано при нервном возбуждении, бессоннице, нарушении сердечной деятельности и повышенном кровяном давлении.

Родиола розовая (Золотой корень). Настойка. Принимать по 20-40 капель 2 раза в день, утром и в обед, за 30 минут до еды. Применяется при упадке сил, переутомлении, общей слабости, импотенции, болезнях почек и печени (воспалительные процессы), при одышке, диабете, туберкулезе, женских болезнях. Улучшает аппетит и сон, снимает усталость, приводит в норму кровяное давление, снимает головные боли, действуя, главным образом, на нервную систему, удаляет неприятные ощущения в области сердца, активизирует работу щитовидной железы. Применяется наружно при ранах, ушибах, ревматизме, радикулите, экземе. Противопоказано при резко выраженных симптомах повышенной нервной возбудимости и истощении корневых клеток, лихорадочных состояниях и гипертонических кризах.

Пантокрин. Настойка. Принимать по 15-20 капель 2 раза в день. Утром и в обед, за 30 минут до еды. Применяется как сильное тонизирующее средство при умственном и физическом переутомлении, импотенции; как общеукрепляющее, при подагре, нервных расстройствах и др.

Элеутерококк. Настойка. Принимать по 15-20 капель 2 раза в день, утром и в обед, за 30 минут до еды. Применяется как средство, стимулирующее центральную нервную систему и весь организм, при

импотенции. Также уменьшает уровень сахара в крови, увеличивает работоспособность.

Все перечисленные препараты принимать 2-3 недели, затем сделать перерыв в 1 месяц, потом курс повторить. Длительное время принимать нежелательно. Противопоказаны при гипертонии. Тонизирующие средства принимают обычно в холодное время года.

ТРОМБОФЛЕБИТ

Отвар листьев и корня лесного ореха (лещины) готовят из 1 столовой ложки измельченного сырья на стакан кипятка. Пить по ⅓ - ¼ стакана 3-4 раза в день до еды. Принимают при варикозном расширении вен, флебитах и перифлебитах, трофических язвах голени и капиллярных геморралгиях.

Хмель (шишки). Собирают зеленовато-желтые шишки хмеля и сушат их. Заваривают из расчета 1-2 столовые ложки (в зависимости от веса больного) на стакан кипятка. Кипятить на малом огне 10-15 минут и процедить. Всю дозу выпивают в 2-3 приема в течение дня, лучше вечером, так как в дневное время при лечении шишками хмеля проявляется его успокаивающее и даже снотворное действие.

Сбор: Тысячелистник обыкновенный (трава) – 50 г;

Бессмертник песчаный или б.итальянский (цветы) – 200 г;

Брусника обыкновенная (листья) – 100 г;

Крушина ольховидная (кора) – 100 г;

Береза повислая (листья) – 100 г.

Заварить 1 полную столовую ложку измельченной смеси в 300 мл кипятка и кипятить 5 минут; настаивать в тепле 4 часа. Принимать в теплом виде по 0,5 стакана 3 раза в день за 15-20 минут до еды.

ЭКЗЕМА

Сбор для приготовления мази:

Лопух большой (сухие листья) – 20 г;

Ромашка аптечная (цветки) – 20 г;

Копытень европейский (корень) – 20 г.

Кипрей узколистный (трава) – 20 г.

Все измельчить и смешать. Смесь варят в 4 стаканах воды, затем добавляют 1 столовую ложку коровьего масла и 2 стакана крепкого отвара сенной трухи, вновь варят до густоты тягучей клейкой массы (на водяной бане), процеживают и отжимают. Смешивают поровну с глицерином. Мазь дает хорошие результаты при экземе. Пьют также отвар корня лопуха: 15 г корня на 200 мл кипятка, кипятить 10 минут на малом огне, настоять, укутав, 2 часа. Принимать по 1 столовой ложке 4 раза в день перед едой.

Свежий капустный лист повязкой привязать к пораженным местам. Держать 2-3 дня, пока не полегчает. Повторить несколько раз (деревенский рецепт).

Пырей ползучий (корень), собранный в мае. Отвар: 20 г корней на стакан кипятка. Принимать в течение дня в 3 приема перед едой. Наружно из отвара делать примочки.

Осина (древесина). Золу древесины смешать с вазелином пополам или 1:4 для мази. Мазать пораженные места.

ЯЗВА ЖЕЛУДКА

Сбор: Аир обыкновенный (корень) – 10 г;

Аралия маньчжурская (корень) – 10 г;

Зверобой продырявленный (трава) – 10 г;

Мята перечная (трава) – 10 г;

Ноготки лекарственные (цветки) – 10 г;

Одуванчик лекарственный (корни) – 10 г;

Подорожник большой (лист) – 10 г;

Полынь горькая (трава) – 10 г;

Ромашка аптечная (цветки) – 10 г.

Измельченное и смешанное сырье (100 г) залить 1 литром кипятка, настоять 4-5 часов, отфильтровать, отжать. Принимать по ⅓-½ стакана настоя за 30 минут до еды 3-4 раза в день.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абу Али Ибн Сина (Авиценна). Канон врачебной науки, кн. 2, О простых лекарствах // Ташкент, 1956.
2. Августинович Ф.М. О дикорастущих врачебных растениях Полтавской губернии // Труды комиссии высочайше утвержденной при императорском у-те св.Владимира, Киев, 1853.
3. Аверкиева Е. Малоизвестные овощи, 1900.
4. Азизова У.Я. Материал к изучению народных лекарственных растений Крыма // Тр. ВИЛАР, 1940.
5. Алиев Р.К., Дмитриев И.Д. Некоторые лекарственные растения Азербайджана как заменители официальных фармакопейных и чужеземных растений // Кн. Ученые записки Азербайджанского Гос. Университета, Баку, №2, 1955.
6. Амбодик И.М. Врачебное веществословие, или описание целительных растений в пищу и лекарства употребляемых, кн. III, 1788.
7. Андреев В.Н. Ядовитые растения Молдавии // Кишинев, 1949.

7а. Атлас лекарственных растений СССР // М.: Мед. лит., 1962.

7б. Атлас лекарственных растений России // М., ВИЛАР, 2006.

8. Ауеревальд А. Целебные травы и растения // М., 1910.
9. Африканский Константин, Салернский кодекс здоровья / 1020-1087.
10. Баньковский А.И., Зарубина М.П., Сергеева Л.Л. Исследование растений, применяемых в народной медицине, на содержание алкалоидов // Труды ВИЛАР, М., 1947.
11. Баньковский А.И., Муравьева В.И. Исследование растений, применяемых в народной медицине, на содержание аскорбиновой кислоты // Тр. ВИЛАР, вып. 9, М., 1947.
12. Беглянова М.И., Опарин С.В. Некоторые алкалоидоносные растения Красноярского края // Ученые записки Красноярского гос. пед. инст.-та, т. V, 1956.

13. Бежанишвили Т.С. Сборник трудов Тбилисского НИХФИ, кн. 8 / Тбилиси, 1956.

14. Беляева В.А. Пряновкусовые растения / М., 1946.

15а. Библиотека всемирной литературы «Античная лирика» / М.: Худ. лит., 1980.

15б. Берды Мухаммедов А. / 2010.

16. Благов В.И. Домашний лечебник / София, 1981.

17. Бринк Н.П. Пряные растения / М., 1956.

18а. Борисов В.А., Рабинович А.М. Целебные овощные растения и пряноароматические растения России / М.: изд. «Арнебия», 2008, 510 с.

18б. Буданцев А.Л., Лесковская И. (ответств. редакторы) Дикорастущие полезные растения России / С.-П., 2001.

19. Булгаков М. Медицинско-топографическое описание округов Чернигова, Городни и Сосницы // Военно-мед. журнал, т. 9, №2, 1827.

20 Варлаков М.Н. Лекарственные растения Восточного Забайкалья // Хим-фарм. промышленность №2-3, М., 1932.

21. Варлих В.К. Лекарственные растения. Атлас и ботаническое описание / С.-Петербург, изд. Девриева, 1901.

22. Варлих В.К. Русские лекарственные растения / С.-Петербург, 1912.

23. Ватанабе С. Рак можно предотвратить / М.: изд. «Патриот», «Московит», 1992.

24. Вержбицкий Т.И. Некоторые лекарственные растения, употребляемые простым народом Курской губернии // «Живая старина», вып. III-IV, СПБ, 1899.

25. Виноградов Г.С. Самоврачевание и скотолечение у русского старожилого населения Сибири // Кн. «Живая старина», т.XXIV, 1916.

26. Волынский Б.Г., Бендер К.И., Фрейман С.П. и др. Лекарственные растения в научной и народной медицине, изд.6 // Изд. Саратовского ун.-та, 1981.

27. Ворошилов В.Н. Поиски нового лекарственного сырья // Тр. ВИЛАР, вып. VI, С.11 ,1941.
28. Вострикова Г.Г. лекарственные растения народной медицины Ульчеи // Науч. тр. Иркутского мед. ин.-та, вып. 113, 1973.
29. Выходцев Н.В., Никитина Е.В. Дикорастущие лекарственные растения Киргизии / Фрунзе, 1946.
30. Гаммерман А.Ф., Шупинская М.Д. Предварительное химическое исследование лекарственного сырья Тибетской медицины, собранного в Забайкальской экспедиции ВИЭМ // Фармация и фармакология вып. 3,4, М.,1937.
31. Гаммерман А.Ф. Обзор лекарственных растений восточной медицины. Док. дисс./ Л., 1940.
32. Гаммерман А.Ф. Обзор лекарственных растений Туркмении // Тр. Туркменского филиала АН СССР, вып. 2, 1942.
33. Гандельсман А. материалы к изучению способов народного врачевания в Восточной Сибири // Отчет общества врачей Енисейской губ. за 1890-1891 гг., Красноярск, 1891.
34. Гданский А. Лечение травами и цветами / 1913.
35. Генри Т.А. Химия алкалоидов / М.,1956.
36. Гиршель Б. Характеристика гомеопатических средств / М., 1862.
37. Гольм К.Р. Дикорастущие эфироносы горнотаежной флоры / 1936.
38. Горецкий В. и Вильк А. Русский народный лечебник, травник и цветник / 1885.
39. Горецкий В. и Вильк А. русский народный лечебный травник и цветник / ч.I, 1892-1893.
40. Горницкий К.С. Заметки об употреблении в народном быту некоторых дикорастущих и разводимых растений Украинской флоры / Харьков, 1887.
41. Горст М. Материалы для исследования народных лекарственных растений томской губернии // Тр. Томского общества естествоиспытателей и врачей, т. IV, Томск, 1894.

42. Горяев М.И. Эфирные масла флоры СССР // Алма-Ата, изд-во АН Каз.ССР, 1952.

43. Горяев М.И., Базалицкая В.С., Поляков П.П. Химический состав полыней // Алма-Ата, изд-во АН Каз.ССР, 1962.

44.Григорьев Н.В. Лечебник-травник / М.,1882.

45. Гринкевич Н.И., Сорокина А.А. Легенды и быль о лекарственных растениях / М.: Наука, 1988.

46. Гринцевич О.М. Лекарственные растения Западной области, вып. 3 / Смоленск, 1933.

47. Гришель Бенгард. Характеристика гомеопатических лекарств / М., 1862.

48. Гром И.И. Сведения о лекарственных растениях народной медицины Коми АССР // Кн. Вопросы фармакогнозии, Л., вып. 3, 1965.

49. Гроссгейм А.А. Растительные богатства Кавказа / М., 1952.

50. Губанов И.А., Крылова И.Л., Тихнова В.Л. Дикорастущие полезные растения СССР / М.: Мысль, 1976.

51. Губанов И.А., Патудин А.В., Рабинович А.М. Лекарственные растения и грибы, используемые в гомеопатии (краткий справочник) / М.: Гомеопатический центр, 1995.

52. Губанов И.А. Пищевые растения России . Энциклопедия природы России / М.: ABF.1995.

53. Гусев А.М. Целебные овощные растения / М.: Изд. МСХА, 1991.

54. Дерикер В.В. Сборник народно-врачебных средств знахарями в России употребляемых / СПБ, 1866.

55. Дерикер В.В. Гомеопатическая фармакология, ч.II / СПБ, 1868.

56. Дудченко П.Г., Кривенко В.В. Пищевые растения-целители / Киев: Наукова Думка, 1985.

57. Егер Х. Лекарственные растения многолетние / М.,1900.

58. Ермолаев А. Материалы по народной медицине средне-русского населения Енисейской губ. // Сибирский архив, №6-8, Иркутск, 1913.

59. Залесова Е.Н., Петровская О.В. Словарь-травник и цветник / СПБ, т.I, 1898, т. II, 1899. т. III, 1900.

60. Залесова Н.Н., Петровская О.В. Полный русский иллюстрированный словарь травник и цветник / Издание Каспари, СПБ, 1901.

61. Землинский С.Е. Лекарственные растения СССР / М., 1951.

62. Зубов А. Заметка о травнике Троицкого воеводы Станислава Гажтавта / М.: 1887.

63. Ибрагимова В.С. Китайская медицина / М.: 1994.

64. Иваницкий Н.А. Список растений, употребляемых в Вологодской губернии как лекарственные // Известия общества любителей естествознания, астрономии, этнографии, 1890.

65. Известия Восточно-Сибирского отдела русского географического общества, т. XIV. Иркутск, 1917.

66. Икономов П.И. и др. Лекарственные растения / София, 1947.

67. Камбулин И.А. Материалы к изучению алкалоидоносной флоры Средней Азии / Ташкент, 1946.

68. Кант А.К. Фитотерапия. Способ лечения болезни безвредными растениями по основным законам натурального метода / М., 1913.

69. Качухашвили Т.Н. Фармакологическое и фармакоботаническое исследование якорцев стелющихся (tribulus terrestris L.) // Сборник трудов Тбилисск. НИХИМ.фарм. ин.-т, кн. VII, 1955.

70. Кашин Н. Домашнее средство, употребляемое жителями аргунского края при лечении болезней и народные врачи приаргунцев // Вестник Императорского Русского Географического общества, ч. 13, СПБ, 1860.

71. Кашинский И. Русский лечебный травник / 1862.

72. Клер О.Е. О некоторых лечебных травах Среднего Урала // Записки Уральского общества любителей естествознания, Екатеринбург, 1878.

73. Клещев А. Новейший настольный и незаменимый от всех болезней русский народный травник-лечебник / М., 1911.

74. Клещеев-Боткин Общедоступный народный самолечебник-травник и цветник / М., 1918.
75. Клинге А.Г. Лекарственные душистые и технические растения // Петроград, 1927.
76. Клобунеева-Алисова Е.Н. Дикорастущие полезные и вредные растения Башкирии // Изд. АН СССР, т. I, 1958.
77. Комаров В.Л. Сбор, сушка и разведение лекарственных растений в России, справочник / Петроград, 1917.
78. Коновалов Н.А., Раскатов П.Б. Пищевые и лекарственные растения / М., 1944.
79. Кребель В. Народная медицина и народные средства различных племен русского царства против разных болезней / М., 1868.
80. Кречетович Н. Ядовитые растения, их польза и вред / М.- Л., 1931.
81. Крылов П.О. О народных лекарственных растениях, употребляемых в Пермской губернии // Тр. Общества испытателей природы при имп. Казанском ун.-те, т.V, вып.II, Казань, 1876.
82. Крылов П.О. Некоторые сведения о народных лекарственных растениях, употребляемых в Казанской губернии // Тр. Общества естествоиспытателей природы при имп. Казанском ун.-те, т.V, вып.II, Казань, 1882.
83. Крылов Г.В., Степанов Э.В. Зеленая аптека Кузбасса / Кемеровское книж. изд.-во, 1975.
84. Кудинов М.А., Кухарева Л.В.и др. Пряно-ароматические растения, 2-е изд./ Минск: Ураджай, 1986.
85. Кудрявцев Т. Добрые советы русскому народу (народный лечебник) / М., 1868.
86. Куренцова Г.З. Лекарственные растения советского Дальнего Востока // В кн.: Тр. Дальневосточной горно-таежной станции, Ворошилов-Уссурийский, 1941.

87. Куренцова Г.З. Дикорастущие лекарственные растения Приморского края, их культура и интродукция / М.-Л., 1941.

88. Кучеров Е.В., Гуфранова И.В. Дикорастущие и интродуцируемые полезные растения Башкирии, вып. 2 / Уфа, 1968.

89. Ладынина Е.А., Морозова Р.С. Фитотерапия / Л.: Медицина, 1987.

90. Ландышев Е.В. Народный лечебник-травник / М..1893.

91. Ларин У.А. Народная медицина Астраханской губернии / 1904.

92. Левченко А.П. Материалы к изучению народной медицины // В кн.: Тр. научного химико-фармацевтического ин.-та, вып. 21, М.,1929.

93. Лекарственные препараты, разрешенные к применению в СССР / М.: Медицина, 1979.

94. Лепехин И. Записи в дневнике (1768-1769), ч.I / СПБ, 1877.

95. Липницкий С.С., Пилуй А.Ф. Целебные яды растений в ветеринарии / Минск, «Ураджай», 1991.

96. Ловкова М.Я., Рабинович А.М.и др. Почему лечат растения / Изд.-во Наука, 1989, 254 с.

97. Лоевский О. Полный настоящий простонародный русский лечебник травник / М., 1818.

98. Любименко В.И. Лекарственные и дубильные растения Таврической губернии / Петроград, 1918.

99. Макаренко А. Материалы по народной медицине // Сб. народно-медицинских средств Ачинского округа Енисейской губ., «Живая старина», вып. I, СПБ, 1897.

100. Максимович (Амбодик). Врачебное веществословие // Кн. I, 1783-1789, кн. II, 1785.

101. Манасян М.Н. Народные лекарственные растения Шамхорского района / Баку, 1945.

102. Маркович Б.В. Название, употребление и распространение некоторых более важных в народном быту растений Иверии // Записки Кавказского отдела имп. Русского Географического общества, кн. XIX, Тифлис, 1897.

103. Махлюк В.П. Лекарственные растения в народной медицине / Саратов, 1967.
104. Машанов В,И., Покровский И.А. Пряно-ароматические растения / М.: Агропромиздат, 1991.
105. Машковский М.Д. Лекарственные средства. Пособие для врачей / М.: Медгиз, 1955.
106. Машковский М.Д. Лекарственные средства. Пособие по фармакотерапии для врачей, т.1-2, изд. 9-10 / М.: Медицина, 1984, 1988, 1989.
107. Мейер А.К. Ботанический подробный словарь и травник, ч.I / М., 1781.
108. Мизеров М.И., Скалозубова Н.Л. К вопросу о народной медицине в Красно-Уфимском уезде / Пермь, 1893.
109. Минаева В.Г. Лекарственные растения Сибири, 5-е изд. / Новосибирск, изд.-во Наука, 1991.
110. Многоцелебный русский лечебный травник или описание всех целебных трав без помощи доктора и аптеки / Типография газеты «Русский», Д.Смирнова, 1867.
111. Муравьева Д.А. Тропические и субтропические лекарственные растения, изд. 2-е / М.: Медицина, 1983.
112. Муравьева Д.А. Фармакогнозия / М.: Медицина, 1978.
113. Нейман К.Г. Фармакология или наука о лекарствах / Новгород, 1854.
114. Нейштадт М.И. Определитель растений / М., 1948.
115. Нелюбин А. Фармакография, изд.3 // т.II, СПБ, 1985, т.III, 1987.
116. Николаев А.В. Некоторые сведения об использовании лекарственных растений в народной медицине / М., ВИЛР, 1973.
117. Носаль М.А., Носаль И.М. Лекарственные растения и способы применения их в народе / Киев, 1958.
118. О продолжении человеческой жизни или домашний лечебник. Словарь болезней и лекарственных пособий (составленный из лучших

отечественных и иностранных писателей князем Парфением Енгалычевым), ч.III, 5-е изд., исправленное и дополненное / М., типография ун.-та, 1833.

119. О сохранении здравия жизни. Словарь болезней / М., типография «Катков и компания», 1859.

120. Одо из Мена. О свойствах трав / М.: Медицина, 1976.

121. Очеретенко Е.Е. инсектицидные свойства некоторых дикорастущих растений степной зоны УССР / Днепропетровск, 1954.

122. Павлов П.В. Растительные ресурсы Южного Казахстана / М., 1947.

123. Пашинский В.Г., Яременко К.В. Проблемы онкологической фармакотерапии / Изд.-во Томского ун.-та, Томск, 1983.

124. Пашковский А. Целебные свойства растений/ 1912.

125. Петров Н. источник здоровья или энциклопедический русский домашний лечебник / М., 1860.

126. Петрова М.Ф., Пухальская Е.И. и др. Оригинальный противоопухолевый препарат – ханерол // В кн. Актуальные проблемы экспериментальной химиотерапии опухолей, Черноголовка, т. 1, 1980.

127. Петряев Е.Д. Лекарственные растения Забайкалья / 1952.

128. Пивоваров В.Ф. Овощи России / М.: «Российские семена», 1994.

129. Полный русский иллюстрированный словарь. Травник цветник /1899.

130. Полный целебный травник / СПБ, 1871.

131. Попов Т.Н. Русская народно-бытовая медицина /СПБ, 1903.

132. Приходько Н.Т. К вопросу о приемах народной медицины в деревнях Томского края // Тр. Томского краевого музея, Томск, т. 1, 1927.

133. Рабинович А.М. Лекарственные растения Ботанического сада ВИЛР / М.: Планета, 1982.

134. Рабинович А.М. Лекарственные растения СССР, культивируемые и дикорастущие растения (фотоальбом)/ М.: Планета, 1987, 1988, 207 с.

135а. Рабинович А.М. Лекарственные травы и рецепты древних времен / М.: Росагропромиздат, 1991, 175 с.

135б. Рабинович А.М. Лекарственные растения для приусадебных участков / М.: Россельхозиздат, 1989.

136. Рабинович А.М. Лекарственные растения на приусадебном участке. Возделывание и применение в медицине и ветеринарии / М.: Издат. Дом МСП, 1998, 330 с.: 58 илл.

137. Рабинович А.М. Аптека на грядке / М.: «ОЛМА-ПРЕСС», 2000, 224 с.

138. Рабинович А.М. Травник. Рецепты древних времен / М.: «ОЛМА-ПРЕСС», 2000.

139. Рабинович А.М., Рабинович С.А. Лекарственные и пряно-ароматические растения России (энциклопедия в кармане) / М.: «ОЛМА-ПРЕСС», 2001, 319 с.

140. Рабинович А.М.. Поскребышева Г.И. Целебная кухня / М.: «ОЛМА-ПРЕСС», 2002, 224 с., илл. 350.

141. Рабинович М.И. Лекарственные растения в ветеринарной практике / М.: Агропромиздат, 1987.

141а. Рабинович А.М. Аптекарские огороды и коллекционные участки лекарственных и ароматических растений (методическое пособие) / М.: ВИЛАР, 2006, 104 с.

141б. Рабинович А.М.. Поскребышева Г.И. Здоровое питание / М.: «ОЛМА-ПРЕСС», 2003, 223 с.

141в. Рабинович А.М. Целебные растения дома и на работе (использование и выращивание) / М.: «Арнебия», 2005, 208 с., 60 илл.

141г. Рабинович А.М., Рабинович С.А. Лекарственные растения России (иллюстрированная энциклопедия) / М.: «Арнебия», 2005, 495 с.

141д. Рабинович А.М. Аптекарские огороды и коллекционные участки лекарственных и ароматических растений (методическое пособие) / М.: изд. РАСХН, 2006, 128 с.

141е. Рабинович А.М., Черкасов А.В. Комплексное использование полезных свойств растений, улучшающих среду обитания и здоровье

человека (научно-методическое пособие) / М.: типография «Комлайн», 2009, 134 с.

141ж. Рабинович А.М. Охота за целебными травами (документально-художественная повесть) / М.: типография «Комлайн», 2009, 104 с.

141з. Рабинович А.М. Вопросы интродукции ценных тропических лекарственных растений в России // М.: изд. РУДН, 2011, С.286-292.

141и. Рабинович А.М. Комплексное использование полезных свойств растений, улучшающих среду обитания и здоровье человека // Субтропическое и декоративное садоводство, №45, Сочи, 2011, С.301-311.

141к. Рабинович А.М. Роль физиологии и биохимии в интродукции и селекции овощных, плодово-ягодных и лекарственных растений // М.: изд. РУДН, 2011, С.87-93.

142. Растительные ресурсы СССР. Цветковые растения, их химический состав, использование / Л.: Наука, кн. I, 1985; кн.II, 1986; кн. III, 1987; кн. IV, 1988.
143. Ревердато В.В. Новые лекарственные растения Сибири / Новосибирск, 1949.
144. Рихтер В.М. История медицины в России / М., 1813-1817.
145. Роллов А.Х. Дикорастущие растения Кавказа, их распространение, свойства и применение / Тифлис, 1908.
146. Российский Д.М. Отечественные лекарственные растения и их врачебное применение / М., 1944.
147. Российский Д.М. Лекарственные растения СССР / 1934, 1956.
148. Российская фармакопея / 1802.
149. Рунце В. Травник-лечебник / М., 1910.
150. Русский лечебный травник или описание отечественных врачебных растений, 2-е изд. / М., 1862.
151. Рытов М.В. Русские лекарственные растения / Петроград, 1918.
152. Сациперов Ф.А. Лекарственные растения Сибири / Петроград, 1918.

153. Севастьянова Н.А. Применение лекарственных растений в ветеринарной практике / Новосибирск, 1955.
154. Сергиевская О. Материалы к изучению народно-лекарственных растений Забайкалья // Тр. ВИЛАР, вып.V, М., 1940.
155. Середин Р.М. Лекарственные растения Даг.АССР / Пятигорск, 1949.
156. Середин Р.М., Соколов С.Д. Лекарственные растения и их применение, изд.4-е / Ставрополь, 1978.
157. Скалозубов Н. Ботанический словарь. Народные названия растений Тобольской губернии, дикорастущих и некоторых культурных // В кн. Ежегодник Тобольского губернского музея, Тобольск, вып. 21, 1913.
158. Скляревский Л.Я. Целебные свойства пищевых растений / М.: Россельхозиздат, 1972.
159. Слюнин Н.В. Материалы для изучения народной медицины // СПБ, вып. 1, 1882.
160. Слюнин Н.В. Народные лекарства на Дальнем Востоке // СПБ, 1889.
161. Смельский А. Царство врачебных трав (Целебный травник) / М., 1870.
162. Смирнов Н.Н. Лекарственные и технические растения Восточно-Сибирского края / Иркутск, 1932.
163. Снапир А. Ботанический словарь / 1898.
164. Снапир А. Ботанический словарь фармацевтических названий и синонимов их / Кременчуг, 1909.
165. Соболевский Г. Санкт-Петербургская флора / СПБ, ч.I, II, 1801, 1802.
166. Станков С.С. Дикорастущие полезные растения СССР / 1951.
167. Станков С.С., Ковалевский Н.Б. Наши лекарственные растения / Горький, 1958.
168. Стуков П.А. Народные лекарственные травы Забайкалья // Зап. Читинского отд. ИРГО, выпуск IV, Чита, 1905.

169. Соколов В.С. Алкалоидоносные растения СССР / М.-Л., 1952.
170. Соколов С.Я., Замотаев И.П. Справочник по лекарственным растениям / М.: Медицина, 1988.
171. Солоухин В.А., Гарибова Л.В. и др. Дары природы (травы, ягоды, грибы) / М., 1984.
172. Томсон Ян А.Ф. Русский травник-цветник / М., 1901.
173. Томилин С.А. Фитотерапия на сельском врачебном участке / Киев, 1945.
174. Торэн М.Д. Русская народная медицина XIX – начало XX вв./ 1954.
175. Трапп Ю. Руководство к фармакогнозии / СПБ, 1868.
176. Трусов Н. Дикорастущие лекарственные травы Тульской губернии // В кн. Средне-русское хоз.-во, №1, 1916.
177. Уткин Л.А. Заметки по народной медицине // Сибирская «Живая старина», вып. VII, изд. V, Иркутск, 1928.
178. Уткин Л.А. Народные лекарственные растения Сибири // Тр. НИХФИ, вып. 23, Л., 1931.
179. Уткин Л.А. Народные лекарственные растения Алтая и Приалтайских степей // Хим. фарм. промышленность №1, №2, 1933.
180. Фармакопея Российская (Переведена с латинского И.Леонтовичем) / М., 1802.
181. Фаррингтон А. Гомеопатическая клиническая фармакология / М., 1936.
182. Федоров А.А. Лекарственные растения, применяемые в народной медицине Талыша // Растительное сырье, вып.2, серия V, М.-Л., 1949.
183. Флоринский В.М. Домашняя медицина. Лечебник для народного употребления // Казань, 1880.
184. Френкель Л.Д. Полный практический лечебник / СПБ, 1900.
185. Флора СССР, т. 1-30 / М.-Л., 1934-1964.
186. Хребетов А.А. Полезные и вредные растения Урала / 1941.

187. Целебные силы природы. Полный целебный травник или подробное описание отечественных лекарственных растений, их действия, сбора, хранения, приготовления и употребления для врачевания болезней / СПБ, 1871.
188. Чеканинский И. Материалы по народной медицине Енисейской губернии / Минусинск, 1914.
189. Червяков Д.Р. лекарственные растения Бурятско-.Монг.АССР / Улан-Уде, 1948.
190. Черепанов С.К. Сосудистые растения СССР / Изд.-во Наука, Л., 1981.
190а. Черкасов А.В., Рабинович А.М. Растения –целители на дачных и приусадебных участках, вып.1 / М.: «Комлайн» , 2008, 80 с.
191. Чиков П.С., Лаптев Ю.П. Витаминные и лекарственные растения / М.: «Колос», 1976.
192. Шредер Д.Р. Цветник и травник / 1909.
193. Шрейбер Н. дикорастущие лекарственные растения Восточной Сибири // Вестник садоводства, плодоводства и огородничества, вып.1-2, 1916.
194. Шретер Г.К. Лекарственные растения и растительное сырье, включенные в отечественные фармакопеи / М., 1972.
195. Щеглов Н. Хозяйственная ботаника, заключающая в себе описания и изложения полезных и вредных для человека растений / СПБ, 1828.
196. Энциклопедический словарь лекарственных, эфиромасличных и ядовитых растений / Изд.-во Сель.-хоз.лит., М., 1951.
197. Юрченко Л.А. и др. Пряности и специи / Минск, изд.-во Полымя, 1889.
198. Ядовитые растения лугов и пастбищ / М.-Л., 1950.
199. Ягодка В.С. Фитотерапия в дерматологии и косметике / Киев, изд.-во Здоровье, 1987.

200. Dragendorf C. Gie Heilflanzen der versehidenen volker und bitten / Stuttgart, 1898.
201. MadausG. Lehrbuch der biologischen Heilmittel, B.I-III / Leipzig, 1938.
202. Wehmer C. Die pflanzenstoffe / Jena, 1931.

СОДЕРЖАНИЕ

Об авторах 1

Введение 2

Небольшой экскурс в историю изучения лекарственных растений 4

Аир обыкновенный 7

Акация белая 13

Актинидия коломикта 15

Алоказия клобучковая 17

Амарант трехцветный 18

Аморфа кустарниковая 22

Анфельция складчатая 23

Апельсин сладкий 24

Арника облиственная 26

Арония черноплодная 27

Астрагал серпоплодный 29

Астрагал шерстистоцветковый 30

Базилик камфорный 32

Базилик эвгенольный 34

Барбарис обыкновенный 35

Барвинок малый 38

Барвинок травянистый 41

Бархат амурский 42

Башмачок крапчатый 44

Бедренец камнеломковый 46

Безвременник великолепный 48

Безвременник осенний 50

Белена черная 52

Белозер болотный 56

Бессмертник итальянский 58

Бешеный огурец обыкновенный 60
Бобовник анагировидный 61
Бобы обыкновенные 62
Болиголов пятнистый 64
Борец белоустый 68
Борец северный 69
Будра плющевидная 72
Бузина вонючая 76
Бузина черная 78
Буквица лекарственная 84
Буквица олиственная 88
Василек синий 90
Василистник вонючий 94
Василистник малый 95
Вербена лекарственная 97
Вербейник обыкновенный 99
Верблюжья колючка персидская 101
Вереск обыкновенный 103
Вероника лекарственная 104
Ветреница лютиковая 107
Вех ядовитый 108
Вздутоплодник сибирский 109
Виноград культурный 111
Виснага морковевидная 114
Вишня обыкновенная 115
Воловик лекарственный 119
Володушка золотистая 120
Володушка круглолистная 121
Володушка многожильчатая 122
Волчец кудрявый 123

Волчеягодник обыкновенный 123
Воробейник лекарственный 125
Воронец колосистый 126
Вороний глаз обыкновенный 127
Ворсянка разрезная 129
Вьюнок полевой 130
Гамамелис виргинский 132
Гармала обыкновенная 133
Герань луговая 135
Гидрастис канадский 136
Гледичия обыкновенная 137
Голубика узколистная 138
Горец перечный 140
Горец почечуйный 141
Горечавка желтая 143
Горичник Морисона 145
Горох овощной 146
Гравилат городской 148
Гравилат речной 150
Гранат обыкновенный 152
Гречиха посевная 155
Гринделия мощная 156
Грушанка круглолистная 158
Грыжник гладкий 159
Гулявник 160
Датиска коноплевая 161
Дербенник иволистный 163
Дождевик гигантский 165
Дрок красильный 166
Дубровник обыкновенный 169

Дудник лесной 171
Дурман индейский 172
Дурнишник обыкновенный 174
Дымянка аптечная 176
Дынное дерево 179
Дягиль лекарственный 180
Ежевика сизая 184
Ель обыкновенная 186
Желтушник раскидистый 189
Жеруха лекарственная 191
Живокость высокая 192
Живокость полевая 194
Живокость сетчатоплодная 195
Живучка обыкновенная 197
Жимолость съедобная 198
Зайцегуб опьяняющий 200
Заманиха высокая 202
Звездчатка средняя 204
Зимолюбка зонтичная 205
Золотая розга 206
Ирга овальнолистная 208
Истод тонколистный 210
Кадило сарматское 211
Какалия копьевидная 212
Калужница болотная 214
Касатик бледный 215
Касатик синий 217
Кассия остролистная 219
Кассия узколистная 220
Кендырь коноплевый 221

Кизил обыкновенный 223
Кирказон ломоносовидный 225
Кипрей узколистный 226
Клевер луговой 232
Клевер ползучий 234
Клен ложноплатановый 235
Клопогон даурский 237
Княженика арктическая 238
Княжик сибирский 239
Колоцинт обыкновенный 240
Копытень европейский 242
Котовник кошачий 245
Крестовник обыкновенный 247
Крыжовник обыкновенный 248
Кубышка желтая 250
Кувшинка белая 252
Кунжут индийский 254
Купальница азиатская 256
Купена аптечная 257
Купырь бутенелистный 259
Лабазник обыкновенный 260
Лаванда узколистная 261
Лавр благородный 264
Лавровишня лекарственная 266
Лазурник трехлопастный 268
Лапчатка гусиная 270
Лапчатка прямостоячая 272
Лапчатка серебристая 275
Ластовень лекарственный 276
Ластовень сибирский 277

Лен слабительный (Л. посевной) 278
Лещина обыкновенная 278
Лимон 280
Лиственничная губка 281
Лобелия вздутая 282
Ложечница арктическая 284
Ломонос прямой 287
Лопух большой 288
Лотос орехоносный 291
Лох узколистный 292
Луносемянник даурский 294
Магнолия крупноцветковая 295
Мак самосейка 296
Мальва лесная 296
Мандрагора туркменская 298
Маргаритка многолетняя 299
Марена красильная грузинская 300
Марь противоглистная 303
Маслина европейская 305
Медуница лекарственная 307
Мелколепестник канадский 309
Многоножка обыкновенная 310
Можжевельник казацкий 312
Морозник кавказский 314
Морозник краснеющий 315
Морозник черный 316
Морошка приземистая 318
Мухомор красный 319
Мыльнянка лекарственная 321
Наперстянка красная 322

Наперстянка шерстистая 324
Недотрога обыкновенная 326
Нивянник обыкновенный 327
Ноготки лекарственные 328
Облепиха крушиновидная 333
Овес посевной 337
Одуванчик лекарственный 339
Ольха серая 347
Омела белая 350
Орех грецкий 353
Ортосифон тычиночный 357
Осина 358
Очанка лекарственная 360
Очиток большой 362
Очный цвет полевой 363
Пажитник сенной 364
Паслен дольчатый 366
Паслен сладко-горький 367
Паслен черный 370
Пастушья сумка 372
Патриния скабиозолистная 375
Патриния средняя 376
Переступень белый 378
Персик обыкновенный 380
Пижма обыкновенная 381
Пикульник ладанниковый 384
Пион уклоняющийся 385
Пихта сибирская 389
Плаун булавовидный 391
Подмаренник настоящий 393

Подорожник блошный 394
Подорожник большой 396
Подофилл щитовидный 399
Подсолнечник однолетний 400
Полынь горькая 403
Полынь метельчатая 409
Полынь обыкнокновенная 411
Полынь сантолинолистная 414
Полынь Сиверса 415
Полынь цитварная 416
Полынь эстрагон 418
Посконник конопляный 420
Прострел луговой 422
Пустырник сердечный 423
Пырей ползучий 426
Рапонтикум сафлоровидный 428
Расторопша пятнистая 430
Репешок обыкновенный 432
Родиола розовая 434
Роза дамасская 437
Ромашка аптечная 439
Ромашка бальзамическая 445
Ромашка безъязычковая 446
Рута пахучая 447
Рябина обыкновенная 450
Рябина черноплодная 453
Рябчик уссурийский 455
Сабельник болотный 456
Сафлор красильный 458
Свободноягодник колючий 459

Седмичник европейский 461
Секуринега полукустарниковая 463
Синюха голубая 464
Сирения седая 466
Сирень обыкновенная 467
Скополия карниолийская 469
Скумпия кожевенная 471
Слива обыкновенная 472
Смоковница обыкновенная 473
Смородина черная 475
Солодка голая 478
Солянка Рихтера 482
Сосна обыкновенная 483
Софора желтоватая 488
Софора толстоплодная 489
Софора японская 490
Спорынья 491
Стальник полевой 493
Стахис клубненосный 493
Стефания гладкая 498
Страстоцвет мясокрасный 499
Сумах дубильный 501
Сушеница топяная 502
Сферофиза солонцовая 504
Татарник колючий 505
Термопсис ланцетовидный 506
Тисс ягодный 508
Толокнянка обыкновенная 510
Туя западная 512
Тысячелистник обыкновенный 514

Унаби 519
Унгерния Виктора 520
Фиалка трехцветная 521
Фирмиана простая 525
Хвощ полевой 526
Хмель обыкновенный 530
Цетрария исландская 534
Цитрус бигардия 537
Чага 539
Чайный куст китайский 541
Чемерица белая 542
Чемерица Лобеля 543
Чемерица черная 547
Череда трехраздельная 548
Черемуха обыкновенная 552
Черника обыкновенная 555
Чернокорень лекарственный 558
Чернушка дамасская 561
Чернушка посевная 562
Чесночник лекарственный 563
Чистец болотный 564
Чистотел большой 565
Шандра обыкновенная 569
Шафран посевной 570
Шикша черная 572
Шиповник майский 573
Шиповник собачий 577
Широколокольчик крупноцветковый 579
Шлемник байкальский 579
Щавель конский 581

Щитовник мужской 583
Эвкалипт пепельный 585
Эвкалипт прутьевидный 589
Эвкалит шаровидный 590
Эвкоммия вязолистная 596
Эрва шерстистая 597
Эфедра хвощевая 598
Якорцы стелющиеся 600
Ярутка полевая 601
Ясенец голостолбиковый 603
Ясменник душистый 604
Яснотка белая 606
Ястребинка волосистая 608
Ястребинка зонтичная 610
Ятрышник пятнистый 611
Приложения:
1. Рецепты, применяемые на Руси с древних времен 613
Список литературы 629