



**информсервис**

№6 \*1991



**ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ**  
*определитель*

## **"ИНФОРМСЕРВИС" ПРЕДЛАГАЕМ**

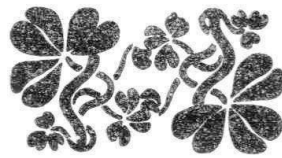
Агентство "Информсервис" обращается к теме лекарственных растений второй раз. В немалой степени это вызвано просьбами наших читателей. При достаточном интересе эта тема в будущем может найти свое продолжение. Пока же вышло только шесть наших выпусков, посвященных различным темам:

- N1. Техника секса.**
- N2. Лекарственные травы (рецептурный справочник),**
- N3. Секреты красоты.**
- N 4. Сборник кулинарных рецептов»**
- N 5. Основы астрологии, физиогномики и хиромантии**

Заказать имеющиеся на складе экземпляры можно по адресу почтового отделения Агентства "Информсервис": 340103, г. Донецк, п/о "Информсервис".

## **С помощью этого издания вы сможете?**

- определить 36 лекарственных растений в местах их естественного произрастания;
- на основе собранного лекарственного сырья и приведенных в сборнике рецептов приостановить нежелательное развитие, а возможно, и совсем избавиться от двух десятков болезней.



---

**ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ**  
*определитель*

Луганск  
Редакционно-издательский отдел  
облуправления по печати  
1991





**Выпущено по заказу агентства  
"Информсервис"**

**Информсервис, № 6, 1991**  
**Учредитель кооператив "Сервис" г. Макеевка Главный редактор В. Г.**  
**Силко 339014, г- Макеевка, ул. Бестужева, 10 340052, г. Донецк, ул.**  
**Герцена, 51/33 Зарегистрирован Госкомпечати СССР**  
**№489 от 15.10. 90**

В сборнике помещены описания лекарственных растений - серьезного конкурента синтетических фармацевтических веществ. С его помощью вы сможете самостоятельно справиться с одной из самых больших трудностей для сборщика природного лекарственного сырья - распознаванием растений в местах их естественного произрастания. В определитель включены только тестированные лекарственные растения, имеющие широкий ареал распространения на территории СССР, но распознавание которых вызывает некоторые сложности. Справиться с ними вам помогут имеющиеся в сборнике рисунки описываемых растений.

В подготовке этого издания приняли участие сотрудники Донецкого ботанического сада АН СССР.

3704030200-173

л

Без объявления

## ОТ ИЗДАТЕЛЯ

*Лекарственные растения - серьезный конкурент синтетических лекарственных веществ. Однако на полках аптек и в лечебных учреждениях последние заметно преобладают. Восполнить этот недостаток может каждый, выехав летом в поле, лес или в лесополосу. К счастью, многие лекарственные растения неприхотливы и могут произрастать в сложных для других растений условиях, а поездка на природу уже сама по себе воздействует на человека целебно. Впрочем, многие лекарственные растения можно обнаружить в городских парках и даже палисадниках.*

*Одной из самых главных трудностей для сборщика природного лекарственного сырья является его распознавание. Именно для этой цели создан наш определитель, из которого также можно получить некоторые сведения об истории применения описанных лекарственных растений, имеются и рисунки этих растений. Для удобства все описанные растения располагаются в алфавитном порядке. Определитель составлен таким образом, что в него вошли только тестированные лекарственные растения, имеющие широкий ареал распространения в СССР и определение которых вызывает некоторые сложности.*

*Определив растение самостоятельно или с помощью нашей книги, не спешите его срывать. Убедитесь, что поблизости нет оживленной автомагистрали или железнодорожного полотна. Химикаты, перевозимые транспортом, и автомобильные выхлопы могут "засорить" как внешнюю, так и внутреннюю часть растения, сделать его непригодным для лечебных целей. Нежелательны также сборы растений в местах размещения химических предприятий или атомных электростанций, военных полигонов, какими бы сочными и "здоровыми" на вид не были эти растения. Если Вам все же не удастся найти подходящий участок, то тщательно промывайте собранное сырье.*

*Агентство "Информсервис" выражает благодарность составителю определителя Купенко Наталье Павловне, а также всем сотрудникам Донецкого ботанического сада АН СССР, оказавшим содействие в его составлении.*

**В. Г. Силка**

## АИР БОЛОТНЫЙ

(Рис. 1)

Многолетнее травянистое растение с ползучим длинным бородавчатым корневищем, закрепляющемся в иле с помощью многочисленных отростков-корней. Трехгранный цветочный стебель высотой 60-120 см несет на себе ярко-зеленые, крупные, мечевидные листья и цилиндрически-конические початки мелких, зеленовато-желтых цветков. К початку прилежит длинный чехлообразный кроющий лист. Аир обладает сильным приятным запахом. Цветет со второй половины мая, но семена почти никогда не вызревают, и растение размножается корнями, вегетативно. Растет на болотах, по берегам рек, озер.

Многие годы и даже века он служил ритуальным растением в летний праздник Троицы. А пришел к нам аир из Юго-Восточной Азии много веков тому назад. В Россию аир завезли татары в ХН-ХШ вв. Они считали, что корни аира очищают водоемы и что воду, в которую брошены корни, можно пить, не рискуя заболеть. В Западной Европе аир появился в XV-XVI вв., сначала как диковинка - в ботанических садах, позже он распространился возле многих водоемов.

На Украине душистыми листьями аира устилают глинобитные полы хат. Считается, что от этого растения гибнут блохи и другие домашние насекомые-паразиты. На Украине с XIV-XV столетия начали использовать аир в народной медицине. Но целебные свойства аира были известны еще древнеиндийским врачам задолго до нашей эры.

Научная медицина пользуется аиром сравнительно недавно. Однако довольно хорошо уже изучен химический состав его корневища. Установлено, что корневище содержит эфирное масло и гликозид акорин, возбуждающие аппетит и улучшающие пищеварение. Кроме того, в корневище содержится витамин С, дубильные вещества, алкалоид каламин и другие соединения, а благодаря эфирному маслу корневище обладает фитонцидными свойствами.

В медицине высушенные корневища аира употребляют при желудочно-кишечных заболеваниях, для возбуждения аппетита и как успокаивающее средство. Делают из аира масло, настойки, порошка

Из корневища и листьев аира отгоняют эфирное масло, которое употребляют для придания аромата туалетному мылу, помаде, ликерам, пиву, кремам и печению. Корневища используют для компотов, засахаривают, варят из них варенье. Высушенные корневища употребляют как заменитель лаврового листа, имбиря и корицы. Иногда аир используют для дубления кож.

## АЛТЕЙ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

(Рис. 2)

Крупное многолетнее растение с толстым коротким, многоглавным корневищем и прямым, простым или слабоветвистым, деревянистым у основания стеблем, достигающим высоты 60-150 см. Листья очередные, бархатисто-войлочные, пальчато-лопастные, верхние - цельные, яйцевидные. В пазухах листьев располагаются розоватые цветки, скученные помногу. Верхушечные цветки образуют небольшие колосовидные соцветия. Цветет алтей со второй половины лета до глубокой осени.

Встречается в степной и лесостепной зонах на влажных лугах, в прибрежных зарослях, по сырым местам.

Медицина использует корни алтея из-за высокого содержания слизистых веществ, которые отличаются сложным составом. Кроме того, в корнях содержится крахмал, сахароза, жирное масло.

Это растение известно как лекарственное с глубокой древности, о чем упоминали Теофраст и Диоскорид. Римляне также употребляли его, о чем свидетельствует Плиний. Ценился алтей и в средние века, его культивировали в монастырских садах, где выращивали лекарственные растения. Карл Великий (конец VIII - начало IX в.) издал указ, в котором рекомендовал ряд лекарственных трав для разведения в хозяйствах, в том числе и алтей.

Слизистое вещество алтея дает смягчающий и болеутоляющий эффект при воспалении слизистых оболочек дыхательных путей, при кашле, коклюше, при воспалительных болезнях мочеполовых органов, кишечника, при язве желудка. Горячим настоем алтея полощут рот при воспалении десен, миндалин и зева, холодный настой употребляют для компрессов при воспалении слизистой глаз и кожи. Порошок из корня употребляют для приготовления пилульных масс. Корень входит в состав многочисленных чаев (грудных и для полоскания горла). В ветеринарии алтей используют в тех же случаях, что и у людей.

# БАГУЛЬНИК БОЛОТНЫЙ

(Рис. 3)

*И одного простуженного умника*

*(Фома неверящий попался тут)*

*В том убеждала:*

*Хмель и лист багульника –*

*Прекраснейшее средство от простуд.*

**Дж. Паттерсон**

Весной, когда случается подходить к моховому болоту или изреженному заболоченному хвойному лесу, еще издали заметны снежно-белые густые щитковидные соцветия, выделяющиеся на темном фоне болота своей белизной даже ночью. Если подойти ближе, то чувствуется приятный, но одурманивающий аромат - это цветет багульник болотный - низкорослый кустарничек 0,3-1,2 м высотой с непадающими на зиму кожистыми листьями продолговатой формы с завороченными краями. Сверху лист темно-зеленый, снизу покрыт буровато-ржавым войлоком волосков и желтыми точками - железками. Цветки довольно крупные, белые, на длинных тонких цветоножках; образуют на конце ветвей щиткообразные соцветия. Плод - поникающая коробочка с многочисленными мелкими семенами. Цветет в мае - июне. Встречается в тундре и лесной зоне СССР. В северной части Украины в последние годы из-за осушения болот и замены естественных лесов искусственными насаждениями количество багульника уменьшилось.

Цветы багульника издают сильный дурманящий запах, так что в жаркую безветренную погоду в его зарослях можно "опьянеть". Пьянящим свойством багульника пользовались иногда пивовары и трактирщики, добавляя его в пиво для большей "хмельности".

В народе часто его называют болотной одурью, болотным розмарином. В латинском названии "ледум палустре" второе слово означает "болотный", а первое слово некоторые авторы связывают с словом "ладан", учитывая ароматические свойства растения.



# БАРВИНОК МАЛЫЙ

(Рис 4)

*І твій барвіночок хрищитий  
Заріс богилою, ждучи  
Тебе, не квітчану.*

**Тарас Шевченко.**

Одним из самых чтимых на Украине растений считается барвинок малый. И не за красоту свою, не пышностью и вычурностью наряда завоевал он сердца людей.

Это вечнозеленое многолетнее растение с ползучими ветвистыми стеблями, супротивными, эллиптическими, кожистыми, блестящими листочками, из пазух которых появляются в конце весны - начале лета довольно крупные лазурно-синие цветки на длинных цветоносах, дико растение разводится в садах и парках как декоративное.

За исключительную живучесть и невянущую зелень в средние века барвинку приписывали чудодейственную силу и считали его символом вечности, верности и постоянства. Его вешали над дверями хаты, он служил украшением в свадебных обрядах. Поэтому барвинок никогда не выбрасывали в мусор, а только в воду - в речку, пруд, чтобы он "не страдал от жажды". Немало сложено в народе песен, в которых упоминается это растение.

Особую популярность барвинок малый получил в конце XVIII столетия, благодаря Жан-Жаку Руссо, который назвал его самым любимым цветком в своем автобиографическом произведении "Исповедь". Любил это растение и Великий Кобзарь.

И все же наибольшую известность барвинок приобрел в связи со своими целебными качествами. Употребление барвинка, как лекарства известно, с древнейших времен. В народной медицине многих стран он используется как кровоостанавливающее и ранозаживляющее средство. Алкалоиды, выделенные из травы барвинка, действуют подобно резерпину.

## БОЯРЫШНИК

(Рис. 5)

*Хорош боярышник,  
Да не у боярского крыльца.*  
**Народная поговорка,**

Среди долгожителей леса кроваво-красный боярышник занимает не последнее место. Говорят, он способен прожить до четырехсот лет.

Родовое название "кратегус" образовано от греческого слова "крепкий", "сильный" и дано роду из-за свойства древесины или из-за твердых колючек, служащих средством защиты. Видовое определение "сангуинеа" намекает на пурпурно-коричневые ветви.

Растение это представляет собой колючки до 5 см длиной, диаметр ствола до 10 см. Кора темно-серая, с трещинами; у молодых ветвей кора пурпурно-коричневая. Листья темно-зеленые, очередные, черешковые, яйцевидные, крупнозубчатые, иногда - лопастные. Цветки белые с непривлекательным запахом, собраны в густое щитковидное соцветие. Цветет растение в конце мая, в июне. Плодоносит в сентябре-октябре. Плоды – кроваво - красные, продолговатые, похожи на небольшие яблочки, до 1 см в диаметре. Мякоть плодов мучнистая, слегка вяжущая. Внутри плода несколько твердых косточек.

Растет боярышник в светлых лесах, на опушках, по берегам рек, на полянах, в зарослях кустарников. Распространен на востоке европейской части СССР, в лесостепных областях Сибири и в Восточном Казахстане. Он обладает хорошими декоративными свойствами. Как декоративное растение его можно встретить в садах, парках, вдоль дорог в любом районе Советского Союза.

Все цветисто и привлекательно в этом растении: кора веток, узорная листва, белые цветки весной, а осенью - кисти красных ягод. Раскидистые кроны, будто под накидкой багряной - сплошь подернулись краской спелых плодов. Осыпались фиолетовые ромбы листвы, и румяные яблочки оказались без занавеса. Свисают густо на длинных ножках. Суший боярский наряд самого пышного представителя дикой флоры. Он был примечен и выделен с давних пор, недаром бытовала в народе поговорка: "Хорош боярышник, да не у боярском"

крыльца", стало быть, там, где можно любоваться им без боярской помехи.

Это растение широко используется у нас в качестве живого строительного материала для образования плотных колючих изгородей. За декоративность боярышник ценят зодчие зеленого строительства, за лекарственность - медики, за краску - химики. Древесина боярышника отличается крепостью. Из нее изготавливают красивые вещи. Корни боярышника являются сырьем для получения безвредной желтой краски. Плоды употребляются в пищу в свежем виде, но они обладают низкими вкусовыми качествами. Из них варят варенье. Из высушенных плодов готовят муку, пригодную для выпечки сладковатых хлебцев.

Лечебные свойства плодов боярышника известны со времен Диоскорида. В цветках, листьях и плодах растения содержатся флавоноиды, органические кислоты, витамины и витаминоподобные вещества. Запах обусловлен эфирным маслом. В плодах обнаружены также дубильные вещества, сапонины, жирное масло и др.

Во Франции широко используются цветки, листья и плоды как антиспазматическое, уменьшающее возбудимость центральной нервной системы, тонизирующее сердце средство. Кора молодых веток, собранных ранней весной, применяется как противодиарейное средство, а также полезна при поносах.

В Австрии применяются цветки и плоды как расширяющее сосуды сердца средство. В Польше при заболеваниях сердца, приливах крови к голове, атеросклерозе, нервных заболеваниях и др.

В отечественной народной медицине боярышник применяют при заболеваниях сердца, головокружении, одышке, бессоннице, ревматизме, повышенной функции щитовидной железы, эпилепсии и пр.

## БРУСНИКА

(Рис. 6)

*Брусниця-ягідка, брусниця –  
Для багатьох не дивина.  
А от її чарівну квітку  
То, певно, мало хто і зна.*

**М. Холодковський.**

Небольшие кусты брусники - настоящие старожилы леса, нередко они старше высоченных деревьев, несмотря на то, что они достигают высоты 5-25 см. Листья у брусники зимующие, плотные, кожистые, эллиптические, с несколько загнутыми краями, сверху - темно-зеленые, блестящие, снизу - светло-зеленые. Цветки бледно-розовые, колокольчатые, небольшие, собраны в верхушечные поникающие кисти. Цветет брусника в мае-июне. Плод - красная округлая ягода, в начале созревания - зеленовато-белая. Ягода кисло-сладкая с легкой горчинкой. Созревает в августе.

Растет брусника в хвойных лесах и тундре, почти по всему Советскому Союзу, исключая южные районы. Именно благодаря этому в некоторых местах ее называют боровина, боровка, бруслина, гогоц.

В медицине широко используют ее листья как мочегонное средство при болезнях печени и почек, в них содержится гликозид арбутин, дубильные вещества, флавоноиды, виннокаменная кислота, каротин, витамин С и микроэлементы. Марганца в бруснике в сотни раз больше, чем в других растениях.

В ягодах брусники найдены сахар, витамин С, каротин, яблочная, лимонная и бензойная кислоты. Благодаря им брусника отличается своими противогрибковыми свойствами.

Непревзойденное свойство брусники - способность оказывать лечебное действие при хронических заболеваниях поджелудочной железы (панкреатитах). Брусника способствует выведению шлаков из пищеварительного тракта.

## ВАЛЕРИАНА ЛЕКАРСТВЕННАЯ

(Рис. 7)

*В них сок содержится целебный,*

*Из-за него так пахнет пряно*

*Цветок, который им снабжен;*

*Из-за него "Valeriana",*

*Во имя силы, назван он.*

**Н. А. Холодковский.**

О популярности того или иного лекарственного растения можно судить по количеству его названий, бытующих в народе. У этого растения их только на территории Украины встречается до тридцати. Некоторые из них отражают его применение, особенности и условия произрастания, появление других в настоящее время даже трудно объяснить. Наиболее известными являются: маун аптечный, відхасник, овер'ян, одоляна, одолян, ладан кошачий, кошачий корень, адамове ребро, бісове ребро, болячкове зілля, котяча трава, одилон-зілля, смердючка, стоян, судопар, трасовична трава, валерьяна.

Научное название растения - валериана официналис. О происхождении родового названия растения имеется две версии. По одной из версий оно произошло от латинского слова "валере", что в переводе означает "будь здоровым", "будь сильным". Согласно другой версии - оно названо так в честь римского императора Валериана. История свидетельствует, что использование валерианы как раз и восходит к тем временам (хотя мы судим по тем письменным источникам, которые дошли до нас и свидетельствуют об этом).

В ботанической литературе название "валериана лекарственная" теперь почти не употребляется. Под таким названием иногда объединяют несколько видов, которые довольно четко различаются между собой. Это такие виды как валериана высокая, или болотная, валериана русская, валериана побегоносная и др.

Валериана - многолетнее растение высотой до 1,5 м. Небольшое, до 1 -1,5 см корневище густо усажено буровато-желтыми придаточными корнями длиной 10-30 см, толщиной 2-3 мм. У корня горький вкус,



вызывающий при жевании чувство жжения во рту. Стебель прямой, полый, бороздчатый, разветвленный в верхушечном соцветии, с непарноперистыми листьями, располагающимися супротивно. Цветки душистые, мелкие, бледно-розовые или белые. Плод - удлинненно-яйцевидная семянка, несущая на верхушке коронку из перистых щетинок. Благодаря такой коронке-парашюту ветер может разносить семена на большие расстояния. Цветет валериана с середины июня до середины августа, плодоносит в июле-сентябре.

Валериана встречается на влажных и болотистых или заболоченных почвах: на сырых лугах, в долинах рек, на опушках и полянах.

При достаточном увлажнении она быстро распространяется самосевом и нередко засоряет сады и огороды, где выращиваются многолетние культуры. Однако иногда ее можно встретить и на сухих участках, так как она не очень требовательна к почвам.

С лечебной целью используются корневища с корнями. Срок хранения сырья не более трех лет. Держать валериану надо в местах недоступных для кошек, так как они любят это растение и иногда могут даже выкапывать его.

О влиянии валерианы на высшую нервную деятельность известно еще врачам Древней Греции. Диоскорид считал валериану средством, способным "управлять" мыслями. Плиний относил ее к средствам, возбуждающим мысль. В средние века о ней отзывался как о лекарстве, вносящем благодушие, согласие и спокойствие. XVIII в. валериана и различные ее препараты были включены во фармакопеи европейских стран,

В России промышленный сбор валерианы начался еще Петре I.

## ВАХТА ТРЕХЛИСТНАЯ

(Рис. 8)

Майской порой, когда вокруг зацветет разбуженное весной разнообразие красок цветущих трав, узорчатым ковром становится и болото. Среди множества желтых цветков калужницы, заканчивающей свое цветение, вспыхивают беловато-розовые звездочки нежных бархатистых цветочков, напоминающих праздничные фонарики, собранные в гирлянды-кисточки. Это зацветает вахта трехлистная.

Вахтой называют это растение ботаники, а в народе бытует множество других названий: бобівник, бабенник, бібник, павун, тавун, тройлистник, тройзілля, трилистник, трифоль, бобовник, зубовник, заячья капуста, жаб'ячі огірки и пр. Большинство народных названий обусловлено тройчатой формой листьев, чем-то напоминающих листья настоящих бобов, сочных, как листья капусты.

Латинское название "мениантес трифолиата" переводится следующим образом: родовое название - от греческого "менио" - указываю, именно на болото, и "антос" - цветок; видовое название в переводе с латыни означает "трехлистный".

Вахта трехлистная - типичное многолетнее болотное растение, имеющее длинное, толстое, ползучее, членистое корневище. На приподнятой верхушке корневища расположены черешковые, очередные, тройчатые листья. Стебель безлистный. Белые или бледно-розовые цветки собраны в густую кисть на верхушке стебля.

Растение можно встретить на окраинах болот, на торфянистых лугах, по берегам рек, озер.

В современной медицине препараты вахты применяют как горечь, возбуждающую аппетит, как средство, стимулирующее деятельность органов пищеварения. Считается, что горькие вещества вахты стимулируют также и кроветворение.

Широко используется вахта в народной медицине, гомеопатии, ветеринарии. Ее листья используют для придания пиву мягкости и горечи; из них готовят зеленую краску, пригодную для живописи.

## ГОРЕЦ ПЕРЕЧНЫЙ

(Рис. 9)

Водяной перец, или горец перечный, относится к таким растениям, которые, прежде чем прочно войти в современную научную медицину, претерпевают то общее признание за ними чрезвычайно ценных качеств и целебных свойств от многих болезней, то разочарование в их действии и временное забвение. Водяной перец был известен еще древним грекам и римлянам. Древние врачи характеризовали его как средство, очищающее раны и разрушающее опухоли.

С незапамятных времен на Востоке его употребляли как наружное раздражающее средство и в качестве острой приправы к кушаньям. В средние века алхимики часто использовали водяной перец лечебной целью. Ему приписывали лечебные и волшебные свойства, которыми он, конечно, не обладал.

Парацельс (XVI в.) описывает его в качестве наружного раздражающего средства, заменяющего горчичники, и как болеутоляющее. П. Маттиолус (XVI в.) указывает, что соком свежей трав водяного перца смазывают язвы у животных, чтобы на них не садились мухи; он же рекомендует перекладывать листьями этого растения свежепосоленное мясо для предохранения его от мух.

До начала XX века горец перечный был хотя и довольно популярен, но только как лечебное народное средство.

На Руси пили чай из травы при кровотечениях, при головной боли свежую раздавленную траву прикладывали на затылок вместо горчичников. Но постепенно растение было забыто врачами и осталось лишь в памяти народа.

Научный интерес нашей стране к водяному перцу возникло после того, как провизор А. О. Пиотровский, узнав об этом средстве народной медицины, обратил внимание на его кровоостанавливающее действие при маточных заболеваниях и геморрое и прислал 1912 г. траву для исследования в Военно-медицинскую академию профессору фармакологии Н. П. Кравкову в Петербург. Научные исследования и наблюдения Н. П. Кравкова подтвердили указание А. О. Пиотровским действие водяного перца, и водяной перец стали применять в научной медицине.

Родовое название растения образовано от греческого «полис!» многих и "гони" - колена в связи с тем, что у многих видов этого.

резко выделяются узлы стебля. Растение под названием "полигонон" упоминают Гиппократ, Диоскорид и Гален.

Видовое определение "гидропипер" (древнегреческое "гидропе-пери") Диоскорид употреблял в качестве названия. Слово образовано из греческого "гидро" - вода и "пепери" - перец. И русское и латинское названия этого растения связаны с местом произрастания данного вида и с тем, что все части растения в свежем состоянии вызывают острожгучее ощущение во рту, подобно перцу.

Это однолетнее травянистое растение высотой 30-60 см. Стебель прямой, голый, ветвистый, обычно красноватый с цилиндрическими, пленчатыми, красноватыми, голыми или с короткими прижатыми волосками раструбами. Листья ланцетные, нижние на коротких черешках, верхние - почти сидячие, имеют острожгучий вкус, который пропадает после сушки. На концах стебля и ветвей его в пазухах листьев находится по 1-3 цветка, образующие негустые тонкие поникающие кисти. Цветки имеют зеленовато-розовый или беловато-розовый четырехраздельный, реже пятираздельный, простой венчикообразный околоцветник, покрытый многочисленными железистыми точками. Цветет в июне-сентябре. Растет вдоль канав, дорог, на берегах водоемов, на влажных лугах. Широко распространяется по всей европейской части СССР, кроме Крайнего Севера. Обильно растет в лесной зоне, а в степную входит по речкам.

Применение водяного перца без совета врача нежелательно. При воспалениях почек и мочевого пузыря растение противопоказано.

## ГОРЕЦ ПОЧЕЧУЙНЫЙ

*(Рис. 10)*

В народной медицине от геморроя, называемого почечуем, применяется ряд растений, но самой лучшей считается почечуйная трава. Ботаническое название ее - "полигонум персикария". Видовое название растения образовано от латинского "персика" - персик, из-за сходства листьев с листьями персикового дерева.

Это однолетнее травянистое растение с тонким прямостоячим стеблем, несущим в узлах бурые пленчатые раструбы - характерный признак семейства. Листья очередные, цельнокрайние, ланцетовидные, на середине пластинки сверху с темным красно-бурым пятном. При сушке пятно часто пропадает. Цветки мелкие, розовые, собраны в густые прямостоячие кисти. Цветет почти все лето.

Это широко распространенный сорняк, растет по сырым местам на пашнях, выгонах, огородах, садах, по канавам почти по всему СССР. Горец почечуйный встречается в Европе, в Азии, в северной части Африки, в Северной Америке.

Трава горца почечуйного официальна в СССР. Используется также в польской и индийской медицине, в Чехословакии.

В Болгарии применяется горец почечуйный как кровоостанавливающее средство в виде настоя при маточных, желудочно-кишечных кровотечениях, при диарее, дизентерии, почечнокаменной болезни. Растение обладает антибактериальной активностью.

Измельченное свежее растение рекомендуется прикладывать к ранам для более быстрого их заживления. Настой противопоказан при остром воспалении почек.

Иногда настоем почечуйной травы полощут горло при ангине и воспалении гортани.

В отечественной народной медицине применяется при геморрое, сопровождающемся кровотечением, при маточных кровотечениях, при белях, как сильно вяжущее средство при поносах и для укрепления слизистой оболочки десен, для лечения ран и язв, при лишаях и т. д.

## ГРЫЖНИК ГОЛЫЙ

*(Рис. 11)*

Ботаническое название этого рода - грыжник - "герниария" произошло от латинского слова "герния" - "грыжа", так как растение в прошлом применялось для лечения грыжи. Всего в этом роде насчитывается 25 видов, из которых только 5 растут в нашей стране.

Эти мелкие растения с прижатыми к земле сильноветвистыми стеблями обладают интересным свойством: при растирании с водой они дают обильную пену, которая хорошо отмывает шерсть.

Наиболее широко распространен и имеет лекарственное значение грыжник гладкий, или грыжник голый - однолетнее или многолетнее травянистое растение с тонким корнем. Стеб многочисленны, полегающие, сильно ветвистые, до 15 см дли Растение приземистое. Листья мелкие, супротивные, яйцевидн Мелкие желто-зеленые цветы собраны в пазухах листьев в плот клубочки, образуя на верхушках ветвей маленькие колосовид соцветия. Цветет с конца мая до осени.



Ареал его охватывает всю европейскую часть СССР (кроме Арктики), Закавказье, Западную Сибирь и Среднюю Азию, а за пределами нашей страны - Западную Европу, Малую Азию и северную часть Ирана.

Растет на песчаных и каменистых почвах, на сухих полях, вдоль дорог, по обрывам, на залежах и по берегам рек.

Трава грыжника голого применяется в научной медицине Польши, Чехословакии, Венгрии, Югославии, Австрии как сильное мочегонное средство в виде чая и жидкого экстракта при водянке, заболеваниях почек и мочевого пузыря. Входит в состав мочегонных сборов.

В народной медицине грыжник используется при грыжах, из отвара травы делают примочки на больные глаза, отвар рекомендуют от желтухи.

Животным как мочегонное давали отвар и свежий сок. За способность давать с водой пену растение еще называют в народе "полевым мылом".

## ДУШИЦА ОБЫКНОВЕННАЯ

(Рис. 12)

*Ой, у полі нивка,*

*Кругом материнка.*

**Народная песня**

Материнка... Такое ласковое название народ дал этому растению за то, что оно помогает при различных женских болезнях, особенно после родов, то есть болезней, связанных с материнством, рождением.

Русское название - душица - подчеркивает аромат этого растения, так как "дух благовонный источает зелье оно".

Ботаническое название "ориганум вульгаре" дано тоже не случайно. Родовое название "ориганум" (греческое "ориганон") как название растения встречается у Аристотеля, Аристофана, Диоскорида и других. Предположительно слово образовано от греческого "орос" - «гора» и "ганос" - "украшение" или "ганимай" - "радоваться", так как растение росло в горах, приносило радость и ободряло; по другому предположению - от греческого "хорао" - "видеть" и "гоноо" - "делать блестящим", так как применялось в качестве глазного средства.

Растение имеет множество названий, что подчеркивает его популярность у народа. Чаще всего можно встретить такие названия, как ладанка, лебедка, чабрик польвовий, зеновка, зіновка, майран, маришка, мокрина, душинка, духовий цвіт и пр.

Трава душицы официальна в Польше, Чехословакии, Франции, Дании, Норвегии и Австрии.

В Болгарии трава используется при спазмах желудка, болезненных менструациях, нервном возбуждении, отсутствии аппетита, нарушениях со стороны печени, желтухе и др.

В Германии трава душицы находит применение как успокаивающее средство при судорожном, спастическом кашле, как успокаивающее противосудорожное и улучшающее аппетит средство, а так же при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. В народной медицине отвар из трав применяют для ароматических ванн.

В Австрии отвар и масло используют при кашле как антиспастическое, успокаивающее, возбуждающее аппетит средство, а так же при гастритах и колитах.

В Польше используется как успокаивающее, улучшающее пищеварение, желчегонное и отхаркивающее средство.

Во Франции настой душицы (майоран) считается хорошим стимулирующим средством при желудочных заболеваниях, может применяться как вызывающее аппетит и улучшающее пищеварение! средство, как антиспазматическое и как средство, способствующее заживлению ран. Для внутреннего употребления рекомендуется в виде настоя, для наружного - в виде эссенции для лечения ревматизма.

В индийской медицине эфирное масло используется как ароматическое, стимулирующее и укрепляющее средство. Растение обладает антибактериальным действием.

В отечественной народной медицине трава душицы применяется при ревматизме, параличах, эпилепсии, болях в области кишечника при аменорее, как потогонное и мочегонное средство. Наружно - при головной боли в виде обмываний, при золотухе и различных сыпях в качестве лечебных ванн.

Для лечебных целей используют траву душицы и получаемое нее эфирное масло, известное под названием "хмелевое", которое рекомендуется для устранения зубной боли. Стоит пожевать свежие цветки и подержать во рту в течение пяти минут, как зубная боль

исчезает. Оно входит в состав некоторых мазей, применяющихся в обиходе как наружное болеутоляющее средство.

Растение довольно популярно в народной медицине многих стран. Его рекомендуют при геморрое, мигрени, бронхиальной астме, туберкулезе легких, бронхите, желтухе, ревматизме, как успокаивающее при бессоннице и нервных расстройствах, метеоризме, энтероколите, гипертонической болезни, заболеваниях печени, как противокашлевое при простудных заболеваниях, противоглистное; наружно - при аллергии и рахите у детей, в виде компрессов - при фурункулезе, нагноениях, а также для укрепляющих ванн, при половых расстройствах, некоторых кожных болезнях, воспалении лимфатических узлов.

Широко применяется душица в гомеопатии.

Трава, собранная в начале цветения, используется в качестве пищевой пряности, известной во всем мире под названием "орегано" или "пицца-пряность". Она входит в состав многих пряных смесей. Ароматический компонент душицы достаточно сильный, он очень близок майорану и тимьяну, дополняя букет. Вкус душицы нежнее, чем у майорана, сильный, слегка вяжущий, терпкий, горько-пряный. Особенно популярна она в итальянской, мексиканской и испанской кухне, в частности ее широко используют при приготовлении пиццы. Траву душицы добавляют в спагетти, салаты, томатные соусы, колбасы, блюда из овощей и яиц, сыры, в супы и др.

Название распространенных духов "Ориган" указывает на то, что они изготовлены с использованием душицы.

Душица является инсектицидным растением, ее применяют для борьбы с бытовыми паразитными насекомыми (клопами, блохами), молью.

Из травы душицы готовят квасы и другие безалкогольные напитки, а также суррогат чая.

Душица - хороший летний медонос, пчелы охотно ее посещают в первой половине лета.

Думаем, всем хорошо знакомо это многолетнее травянистое растение, достигающее 30-90 см в высоту с мелкими лиловыми или розоватыми цветками, собранными в щитковидные соцветия, цветущее во второй половине лета.

# ДЫМЯНКА ЛЕКАРСТВЕННАЯ

(Рис. 13)

*Край битой доріженьки*

*Яра рута зійшла...*

**Народная песня**

Сказать, что это растение широко известно, нельзя. Обошла его громкая слава. Редко **кто** из ботаников-любителей вспоминает о ней. Мало кому известны народные названия этого растения: дым-трава, печеночник, печіночна трава, житница, грудянка, рута дика, я рута, рутка лекарственная, аломатник.

Научное название - "фумария официналис" - происходит латинского слова "фумеус" - "дымчатый, серовато-бурый"; "офилиц - налис" - "лекарственный, исцеляющий".

Это однолетнее травянистое растение серо-зеленого цвета. Видимо, потому, что издали растение похоже на сизый дымок, поднимающийся от земли, оно и названо дымянкой. Корни у дымянки белые, довольно длинные. Стебли тонкие, нежные, раскидистые, ветвистые, высотой 15-40 см. Листья трижды перисто-рассеченные. Окраска цветков грязно-малиновая. Цветки мелкие, образуют небольшие кисти. Внешним видом всходы дымянки напоминают морковь. Дымянка на полях и огородах - трудноискоренимый сорняк.

В современной научной медицине это растение считается устаревшим средством и используется только для возбуждения аппетита регуляции пищеварения при заболеваниях печени, желчного пузыря, в частности, при лечении желчнокаменной болезни, а также при язве желудка и как противочинготное средство.

В народной медицине использование дымянки и по сей день сужается. Малые дозы отвара применяют для улучшения пищеварения. Используют растение при гинекологических болезнях, запор желтухе, геморрое, кожной сыпи. Свежим соком смазывают лишай, натирают зудящие места при чесотке.

## **ЖОСТЕР СЛАБИТЕЛЬНЫЙ**

*(Рис. 14)*

Сильноветвистый кустарник или деревце высотой до 8 м с раскидистой кроной, с густооблиственными колючими ветвями. Кора молодых ветвей красно-коричневая, блестящая; на старых ветвях - почти черная, растрескивающаяся. Листья овальные, черешковые, супротивные, по краю пыльчатые. Цветки мелкие зеленоватые, собраны пучками в пазухах листьев. Цветет в мае - июне. Плоды - шаровидные костянки, черные, сочные, с зеленовато-черной мякотью. В период созревания плоды красные.

Жостер внешне схож с крушиной ольховидной, особенно плодами. У жостера в медицине употребляют плоды, а у крушины ольховидной кору, плоды ее вызывают рвоту. Поэтому следует их различать. Отличительные особенности жостера: ветви его заканчиваются шипами (у крушины их нет), у жостера нет на коре белых пятнышек в отличие от крушины.

Растет жостер в светлых лиственных лесах, на открытых сухих солнечных местах, среди кустарников. Встречается в европейской части СССР, исключая северные районы.

В современной медицине плоды используются при лечении водянки, как слабительное, при кожных заболеваниях.

Листья содержат значительное количество аскорбиновой кислоты, из них готовят витаминные препараты. Хороший медонос. Мед редкий, не кристаллизуется. Семена содержат жирные масла, пригодные для производства лаков и красок. Плоды и кору используют для окрашивания шелковых, шерстяных и хлопчатобумажных тканей. Кора и листья содержат таниды и пригодны для дубления кожи. Растение в зеленом строительстве ценится как декоративное.

## **ЗОЛОТОТЫСЯЧНИК МАЛЫЙ**

*(Рис. 15)*

Это растение встречается на сухих полянах, опушках, на лугах, по берегам рек, по степным склонам и как сорняк - на полях.

В народе его называют по-разному: зірки, золотник, золототисячна трава, сердечник, центурия, семисильник, краснянка, красно-цветник, ценцерия, центаврия, юзефка и пр.

Русское название растения обязано своим происхождением легенде, которую распространили монахи-лекари, неправильно растолковывающие латинское название этого растения, приписывал

растению чудодейственную силу при исцелении одного богатого человека. Страдая от тяжелой болезни, он поклялся, что пожертвует бедным сто золотых, если вылечится. Во сне к нему явился ангел и сказал: "Употребляй траву, которую я принес, и ты исцелишься, но не забудь выполнить свою клятву". Богач, не мешкая, отдал бедным сто золотых, начал лечиться травой и вскоре вылечился. С тех пор, говорят, растение и называют золототысячником, ведь именно так монахи перевели его название с латинского - "центауриум" (от "цен-тум" - сто, "аурум" золото).

Фактически название этого растения очень древнее, оно встречается у Диоскорида и дано название в честь кентавра Хирона, который, как рассказывает древнегреческий миф, жил на горе Пелион, был искусным врачом и учил сыновей богов и героев распознавать травы и использовать их. Соком этой травы он лечил раны, почему растение и получило название "травы кентавра".

Это одно или двулетнее растение высотой 15-35 см с тонким корнем, розеткой прикорневых листьев, неветвистым четырехгранным олиственным тонким стеблем, оканчивающимся щитковидным соцветием с мелкими темно-розовыми цветками. Цветет с июня до осени.

Золототысячник - излюбленное средство народной медицины. Употребляют его в народе шире, чем в научной медицине.

## ЗУБРОВКА ДУШИСТАЯ

*(Рис. 16)*

Это многолетнее травянистое растение с длинными ползучими корневищами. Стебли высотой 30-80 см, гладкие, голые, темно-зеленые. Листья плоские, прикорневые, длинно - заостренные, стеблевые - ланцетно-линейно-укороченные. Влагалища листьев голые, гладкие или шершавые, иногда с кольцом из мелких волосков в месте отхождения листовой пластинки. Соцветие - метелка с горизонтально отстоящими веточками. Цветки мелкие, невзрачные. Цветет в мае - июне. Зерновки созревают в августе. Растение светлюбивое.

Растет на песчаных местах, в сосновых и смешанных лесах, на вырубках, полянах, лугах. Произрастает преимущественно в лесной зоне, к югу и юго-востоку растение становится все более редким даже вплоть исчезает.

Имеет приятный запах благодаря наличию глюкозида кумарина; вкус слегка вяжущий.

В народной медицине зубровку душистую использовали как средство, повышающее аппетит, усиливающее деятельность пищеварительного тракта. Вследствие наличия в значительных количествах алкалоида динаксина ядовито для сельскохозяйственных животных. Из-за наличия кумарина поедается животными плохо, но небольшая примесь к сену улучшает аппетит и увеличивает надои у коров.

Надземную часть применяют в ликеро-водочной промышленности для изготовления ароматической настойки "Зубровка" и в кондитерской промышленности для изготовления пищевых эссенций. Испытано и одобрено в качестве пряности при обработке рыбы. Зубровка входит в состав рецептур отечественных пряностей в качестве ароматизатора, усиливающего общий букет композиции пряностей. В связи с резко индивидуальным восприятием используется в ограниченном количестве.

Длинные листья употребляются как материал для плетения. Благодаря мощной корневой системе растение рекомендуется для укрепления железнодорожных насыпей, песчаных мест и овражно-балочных склонов.

## ЗВЕРОБОЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ

(Рис. 17)

*Бабусю, рідненька, спорадь долю мою –*

*Дай мені, люба, трави звіробою:*

*Привезли козака з далекого краю,*

*А він, бідний, очі вже не відкрива.*

**В. Грабовський**

Зверобой... Чем объяснить такое интересное название? Некоторые толкуют его происхождение от казахского "джерамби", что означает "исцелитель ран". Другие же связывают с тем, что будто бы этим растением могут отравиться звери и домашние животные, особенно овцы.

Уже давно было замечено, что, когда животные съедают зверобой, они часто заболевают. На голове, ушах, вокруг рта и глаз у них появляются припухлости, которые при сильном отравлении переходят в язвы. В области пораженных частей тела возникает сильный зуд. В таких случаях животные бросаются на землю, кусают себя,

наносит труднозаживающие раны. И вот что любопытно: зверобоем отравляются только животные белой масти или белопятнистые и причем только в солнечные дни. Ученые установили причину столь странного явления. Заключается она в следующем. Оказывается, во всем виноват флюоресцирующий пигмент - филоэритрин, который образуется в желудочно-кишечном тракте травоядных животных. Обычно этот пигмент циркулирует вместе с кровью только в пределах кишечно-печеночного круга кровообращения и не причиняет никаких неприятностей. А вот трава зверобоя нарушает деятельность желудочно-кишечного тракта. При таких нарушениях филоэритрин! начинает поступать в общий ток крови, достигает непигментированных участков кожи и делает их болезненно чувствительными к прямым солнечным лучам.

И вместе с тем, неприглядная с виду травка с маленькими желтыми цветками, выбирающая открытые лесные поляны, сухие луга, вырубki, очень популярна на Украине. В народе ее иногда называют "травой от 99 болезней". Издавна говорят в народе: "Как не испечь хлеба без муки, так не вылечить человека без зверобоя". Не так давно в Государственном архиве древних актов были найдены сообщения о официальном применении на Руси зверобоя еще в начале XVII век.

На Руси зверобой слыл почти универсальным лекарством, его авторитет еще больше возрос после завоевания Сибири. Там е оказывается, чуть ли не испокон веков с успехом использовали заживления ран. В приказе Казанского двора, управляющего, когда то Сибирью, всех служилых людей, прибывавших из Тобольска других сибирских мест, специально спрашивали об этой траве, зверобое знал даже московский царь Михаил. В марте 1638 года шлет в Сибирь срочную грамоту воеводе Ромодановскому с предписанием собирать зверобой, сушить и тереть в муку. "А оной присыл в Москву по пуду на всякий год". Промышляя мехами, не забывали прихватить сибирский зверобой и русские купцы.

Из ботаников первым описал зверобой Карл Линней, выделивший целое семейство растений под названием зверобойных. Сам из распространенных зверобоев он присвоил название "гиперикум перфоратум", что означает "растущий среди вереска, продырявленный".

Трава зверобоя включена в фармакопею ряда стран, в том числе и СССР.

В народе зверобой применялся чаще всего в сложных смесях другими лекарственными растениями: при расстройствах желудка,



кишечника, при болезни печени, сердца, мочевого пузыря, при лечении ряда женских болезней, всяческих воспалительных процессов: нарывов, язв, сыпи на теле. Свежие растения, только что растертые, прикладывали к ранам, местам ушибов или ломоты.

Детальное исследование состава зверобоя выявило, что он содержит дубильные вещества, цериловый спирт, каротин, витамин С, фитостерин, сапонин, гиперин и другие вещества. Понятно, почему он лечит многие недуги!

Хорошее действие при гипертонии объясняется обнаруженным в зверобое холином. Современными испытаниями установлены и вяжущие, кровоостанавливающие, противовоспалительные свойства этого растения. Только в 60-х годах на Украине после длительных поисков из зверобоя был получен ценный лекарственный препарат иманин, хорошо показавший себя при лечении ожогов. Недавно в отделе антибиотиков Института микробиологии и вирусологии Академии наук УССР из зверобоя изготовили новоиманин. Медикамент интересен, прежде всего, тем, что даже при сильном разведении он подавляет рост и развитие различных болезнетворных микробов. Установлено, что новоиманин ускоряет заживление ран на 3-4 дня. Сейчас врачи применяют этот антибиотик при лечении гнойных ран и ожогов, в виде аэрозольных ингаляций - для предупреждения и лечения острых катаров верхних дыхательных путей, ангина, тонзиллитов.

Болгарским ученым из зверобоя удалось изготовить катехин, порошкообразный вариант которого под названием пифлавит является сильным противовоспалительным средством.

На лепестках цветков, как и на листьях зверобоя, можно увидеть много черных точек и линий. Стебли зверобоя также покрыты красноватыми пятнами, а с наступлением осени и все растение становится сплошь кроваво-красным. Если растереть цветок или листик на белой бумаге, она становится темно-красной.

У древних германцев это смолистое красящее вещество было известно под названием "Ивановой крови", которую они наделяли волшебными свойствами. Не совсем обычная способность растения выделять ярко окрашенные вещества, напоминающие кровь, отразилась в местных названиях растения: кровница, молодецкая или заячья кровь, матери божьей слезы, крованец, кровец.

## КОРОВАК СКИПЕТРОВИДНЫЙ

(Рис. 18)

*Отправившись в лес, он вернулся с двумя большими пучками корней; мелко изрубив их, он выбрал из них ядовитый сок, известный под именем барбаско, которым часто пользуются южноамериканские индейцы при ловле рыбы.*

**Майн Рид.**

На сухих, песчаных каменистых местах, на освещенных солнцем склонах растет растение, имеющее самые различные названия: коровяк, сукно, медвежье ухо, царская свечка, царский скипетр, дивина, дивина великоквіткова, а на научном языке - вербаскум видоизмененное слово "барбаскум", от слова "барба", что значит 'борода'.

Это двулетнее травянистое, войлочное опушенное растение, развивающее в первый год розетку прикорневых листьев, на второй год - облиственный цветоносный стебель **50-100** см высотой. Прикорневые листья сидячие или короткочерешковые, продолговатые, стеблевые - очередные, низбегающие по всей длине междоузлия, продолговатые или продолговато-яйцевидные. Цветки желтые, 30 - **40** мм в диаметре, на коротких цветоножках, в пучках по **2-4** собраны в крупную густую колосовидную кисть. Цветет в июне-июле.

Препараты коровяка защищают слизистую оболочку пищевода, желудка и кишечника от раздражающих факторов, смягчают бо уменьшают болезненные рефлексы, спазмы и отечность тканей, применяют при заболеваниях пищеварительного тракта, а также при катарах верхних дыхательных путей, сопровождающихся кашлем. Хорошие результаты получены при лечении заболеваний печени селезенки.

Зря коровяк скипетровидный, как, впрочем, и другие виды относят к сорнякам, которые подлежат уничтожению. Это довольно красивое декоративное растение. Цветки многих видов коровяка дают желтую краску. Некоторые виды можно использовать как инсектициды.

## КРУШИНА ЛОМКАЯ

(Рис. 19)

Среди лиственных кустарников северных лесов наибольшее лекарственное значение имеет крушина ломкая или крушина ольховидная. Это кустарник или дерево высотой 2-7 м с гладкой темной корой, которая покрыта белыми крапинками. Кора молодых ветвей красно-бурая. Листья эллиптические, черешковые, очередные, блестящие, гладкие. Цветки невзрачные, мелкие, зеленовато-белые, расположенные на коротких цветоножках в пазухах листьев по несколько штук. Цветет крушина в мае-июле. Плоды созревают в августе. Но и в августе можно увидеть рядом с черными созревшими плодами только что распутившиеся цветки. Плоды сочные, блестящие, почти черные, с двумя-тремя косточками. Созревающие плоды зеленые, затем красные, созревшие - почти черные. Вкус плодов сладкий, но употребление их в пищу недопустимо - они вызывают отравление.

Растет крушина на берегах водоемов, в оврагах, в лесу. Особенно много крушины в кустарниковых зарослях на сырых лугах, часто в зарослях ольхи, вместе с черемухой, рябиной и другими кустарниками. Встречается по всей европейской части СССР, доходя до Полярного круга, в Крыму и на Кавказе, проникает в средние и южные районы Западной Сибири до Енисея и в Северный Казахстан.

Широко известно применение коры крушины в качестве слабительного средства. Действие проявляется примерно через 8-12 часов после приема.

В народной медицине ягоды употребляли как рвотное и слабительное, кору - как слабительное средство. Ягоды использовали и как противолихорадочное. Отвар коры наружно применялся как средство против чесотки. Листья и кора крушины служили для получения желтой краски, кору использовали для дубления кож.

Крушина ломкая - растение достаточно обычное, но следует учитывать при съемке коры, что по всей окружности ствола производить ее съемку нельзя, так как это приводит к гибели растения.

## КУБЫШКА ЖЕЛТАЯ

(Рис. 20)

Во многих речках с медленным течением или в заводях, протока на мелководье, в старицах, озерах, зарастающих прудах на поверхности воды лежат, часто сплошным ковром, округлые кожистые листья и около них торчат из воды на толстых цветоносах желтые пахучие цветки своеобразной формы.

Это растение общеизвестно как желтая кувшинка, или желтая водяная лилия - "нюфар лютеа". "Нюфар" происходит от арабск слова, означающего "нимфу"; "лютеа" - "желтая"\*

Кубышка - многолетнее растение с длинным мясистым толст корневищем, достигающим 13-15 см в диаметре и длины до 4 м, иногда до 10 м и более, как канаты, тянущемся во всех направлениях в местах зарослей.

Корневище цилиндрическое, на изломе белого цвета, а снаружи желто-зеленое с многочисленными светло-коричневыми рубцами, оставшимися после отмирания листовых черешков и цветоносов.

Листья кубышка имеет подводные и плавающие, которые резко отличаются друг от друга: подводные-тонкие, полупрозрачные, слегка складчатые, по поверхности водоема располагаются плаваю листья - плотные, кожистые, эллиптической формы, с глубокой емкой при основании, на длинных черешках. Цветы желтые крупные. Цветет с июня по сентябрь. Плоды зеленые, ягодообразные. За форму плодов, напоминающих маленький сосуд без ручки, растение и получило русское название "кубышка".

Растение ядовито, так как корневище содержит алкалоиды.

В современной медицине при трихомонадных заболеваниях качестве противозачаточного средства применяется алкалоид препарат лютенурин, приготовляемый из кубышки. Корневище обладает противовоспалительным, вяжущим, мочегонным, желчегонным действием,

У знахарей растение считалось средством от многих болезней.

## ЛАПЧАТКА ПРЯМОСТОЯЧАЯ

(Рис. 21)

В северо-западных областях РСФСР при желудочно-кишечных расстройствах и поносах как первое надежное средство используется небольшой корешок - "дикий калган". Сельское население собирает его впрок и держит на случай болезни или в сухом виде, или настиженном на водке. Это народное применение настолько хорошо известно и средство настолько надежно, что оно введено в научную медицину, как для внутреннего, так и для наружного применения.

Не только в России, но и на Украине это растение пользовалось большой популярностью, особенно в Запорожской Сечи, так что без преувеличения можно назвать его "казацким женьшенем". Прежде всего это великолепное вяжущее и противовоспалительное средство при различных заболеваниях желудочно-кишечного тракта (энтериты, энтероколиты, диспепсии, дизентерии), при желудочно-кишечных и маточных кровотечениях (в последнем случае растение приравнивается к коре калины).

Отвары калгана хороши для полоскания и примочек при ангине, кровоточивости десен, кровоточащих ранах, язвах и различных кожных заболеваниях. Лишь немногие народные врачеватели используют его как лучшее средство при пародонтозе. И уж совсем мало кто знает, что из калгана можно приготовить лучший зубной порошок. Почищенные таким порошком зубы сохраняют блеск в течение двух-трех дней. Оставшиеся между зубами частицы порошка действуют противовоспалительно. Кроме того, он является хорошим дезодорантом для полости рта и полезен при потливости ног. А в его ранозаживляющем действии, особенно послеоперационных ран, вряд ли найдется равное растение: они заживают во много раз быстрее без образования рубца. Такое же его действие наблюдается при лечении ожогов.

Благодаря высокому содержанию дубильных веществ, калган является отличным средством при пищевых отравлениях. В этом отношении он превосходит активированный уголь.

В Западной Европе это растение тоже используют с давних времен, оно числится в немецких средневековых травниках.

Калган - это многолетнее небольшое травянистое растение с многоглавым, клубневидным или короткоцилиндрическим, массивным деревянистым корневищем. Корень на изломе имеет слабый

запах розы, розовую окраску, высушенный - бурет. Стебли прямостоячие или приподнимающиеся, тонкие, высотой 15-30 см, в верхней части сильноветвистые, покрытые короткими волосками. Тройчатые, иногда пальчатые прикорневые листья расположены на длинных черешках. Стеблевые листья сидячие, тройчатые с двумя крупными прилистниками, поэтому кажутся пятипальчатыми. Цветки одиночные, сидящие на длинных тонких цветоножках. Чашечка двойная, из четырех чашелистиков и чередующихся с ним четырех листочков подчашия (этим растение хорошо отличается лютиков, довольно ядовитых растений). Венчик четырехлепестный, чем отличается от других видов лапчатки, имеющих пять лепестков. Лепестки золотисто-желтые, при основании с красным пятнышко Тычинок много. Цветет калган с конца весны до поздней осени\*

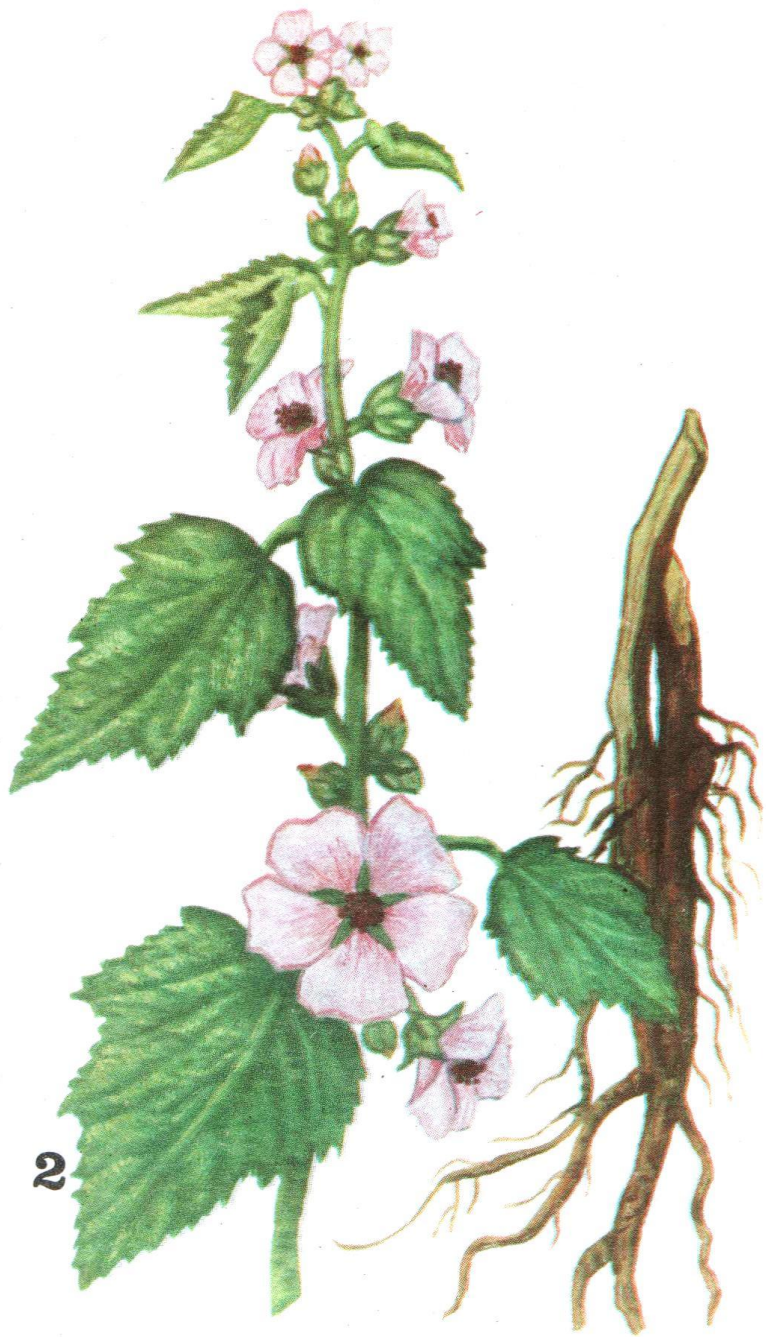
Растет в изреженных хвойных и хвойно-мелколиственных лесах, по опушкам и лесным полянам, по сыроватым и суходольным лугам вдоль речек, по кустарниковым лугам с ольхой и ивой; в сырые местах развиваются более крупные корневища.

Считается европейским растением, широкого распространения достигает на северо-западе, к востоку его ареал выклинивается и Западной Сибири проходит узкой полосой, достигая Томска. Далее на восток не встречается.

В народе называют это растение кур-зелье, лапчатка-узик, дикий калган, по-латыни - "потентилля эректа", от "потенция" - "сила могущество" и "эректа" - "прямая, прямостоячая".

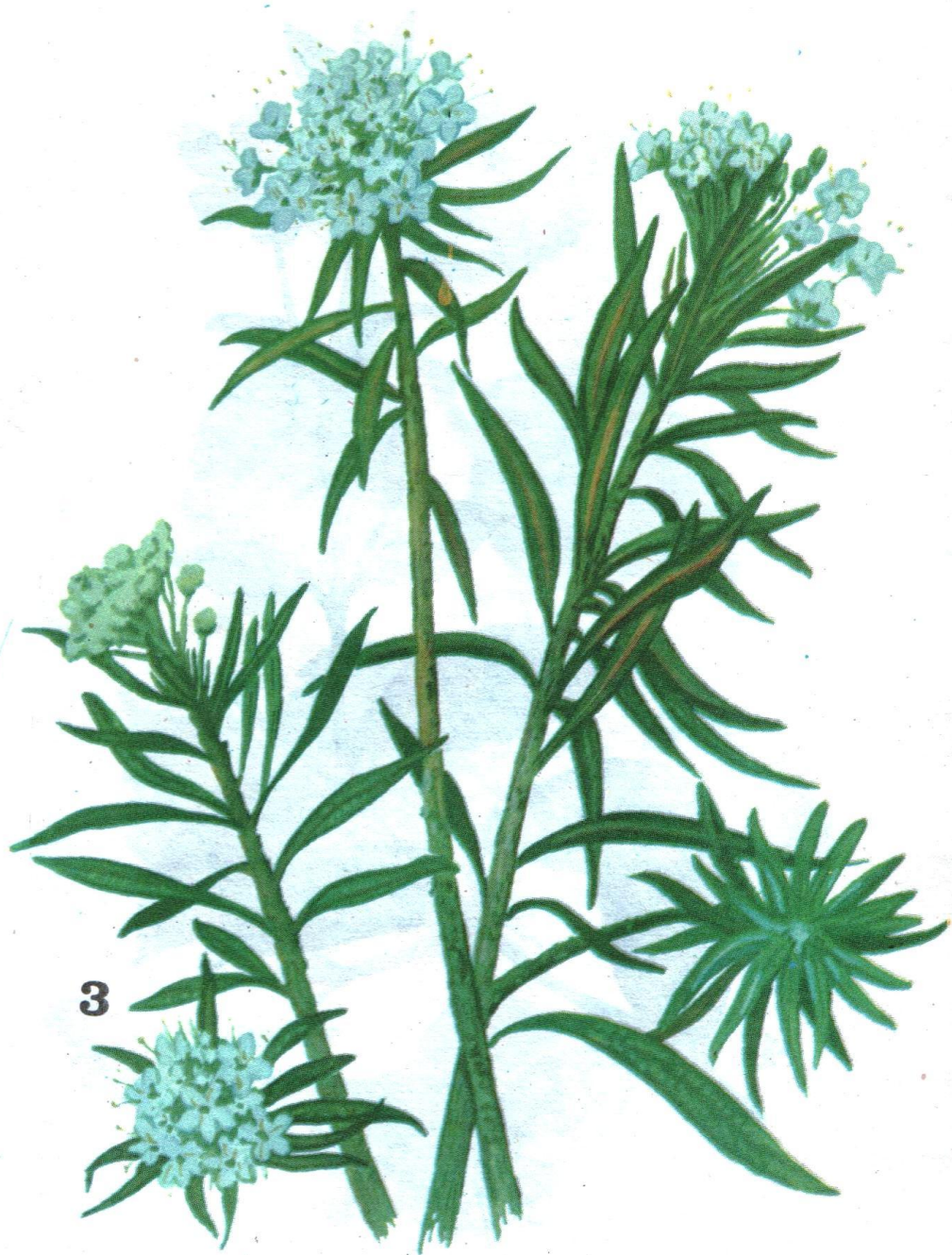


1



2









5





6





8





9



10







12

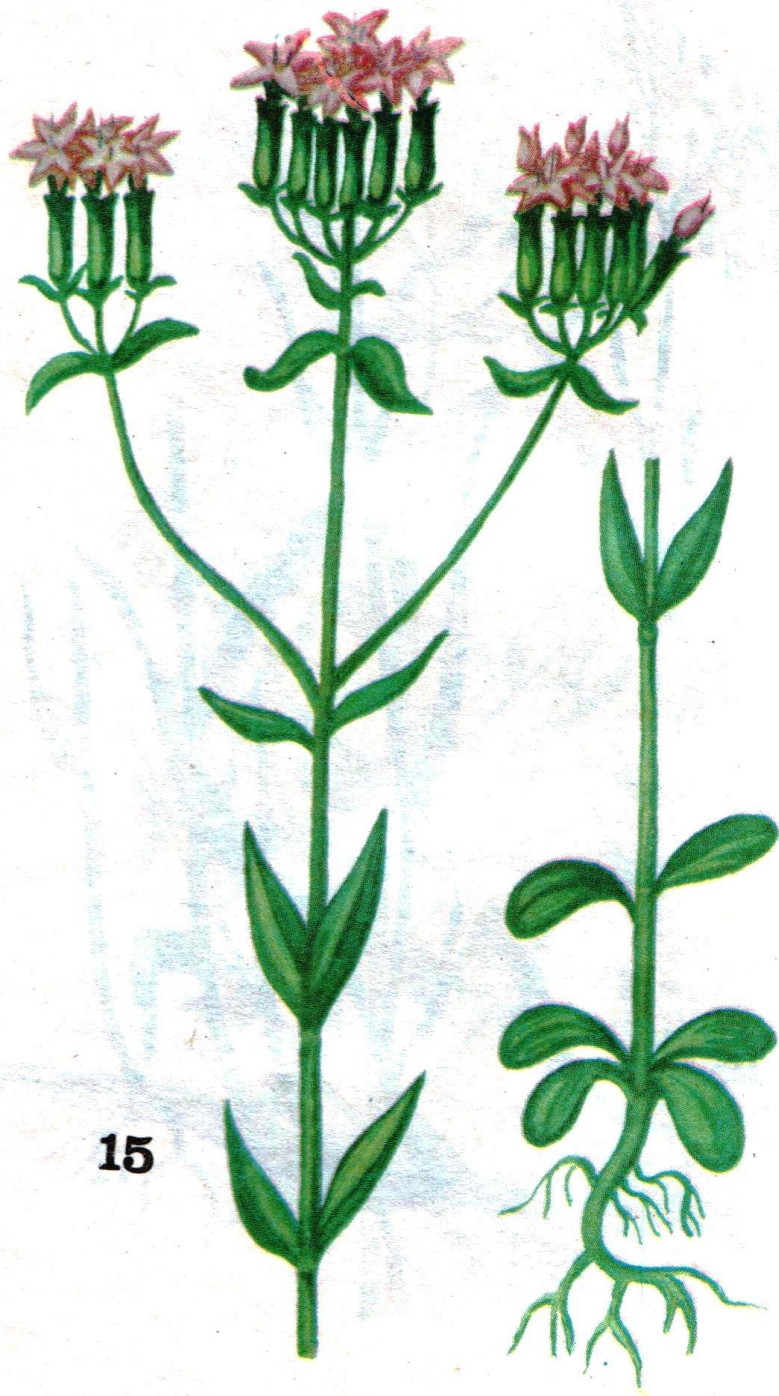


13





14



15



**16**







17

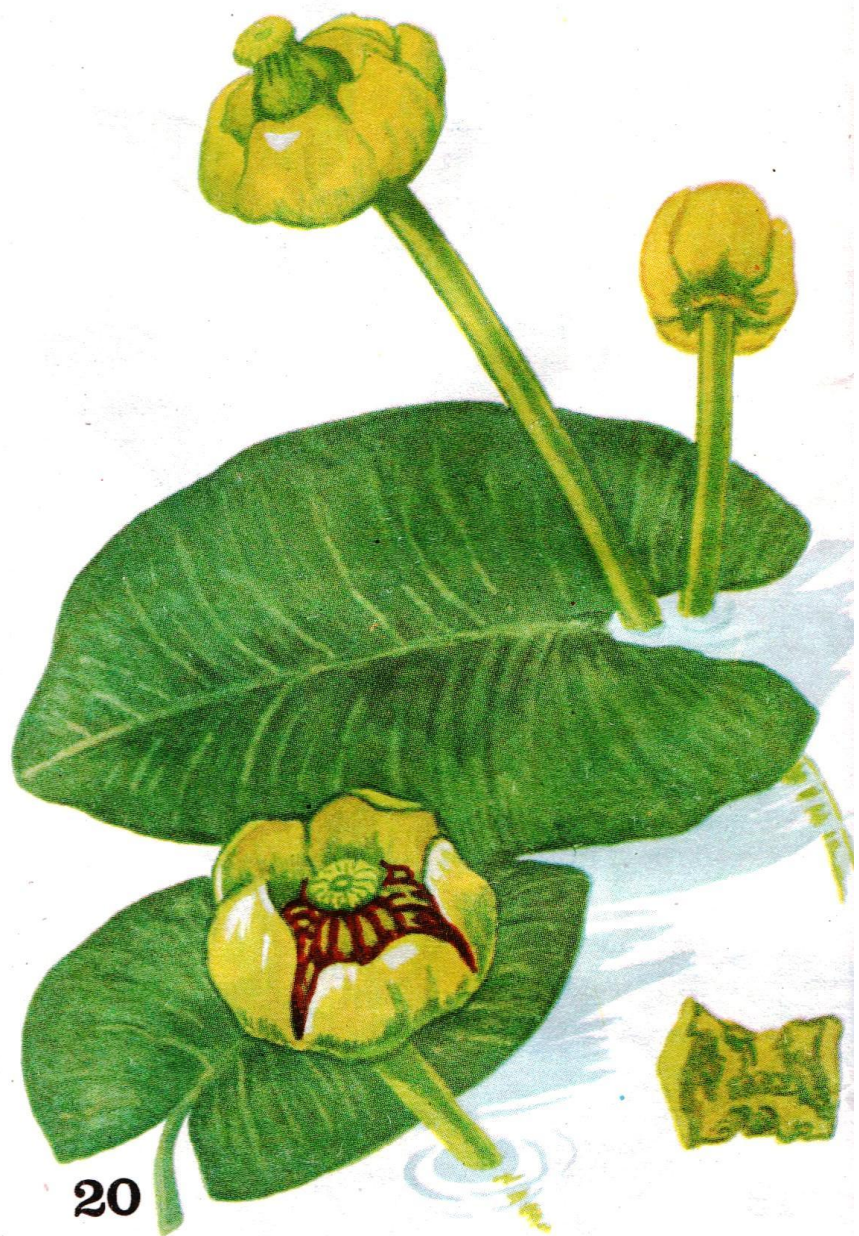
18







19



20





21

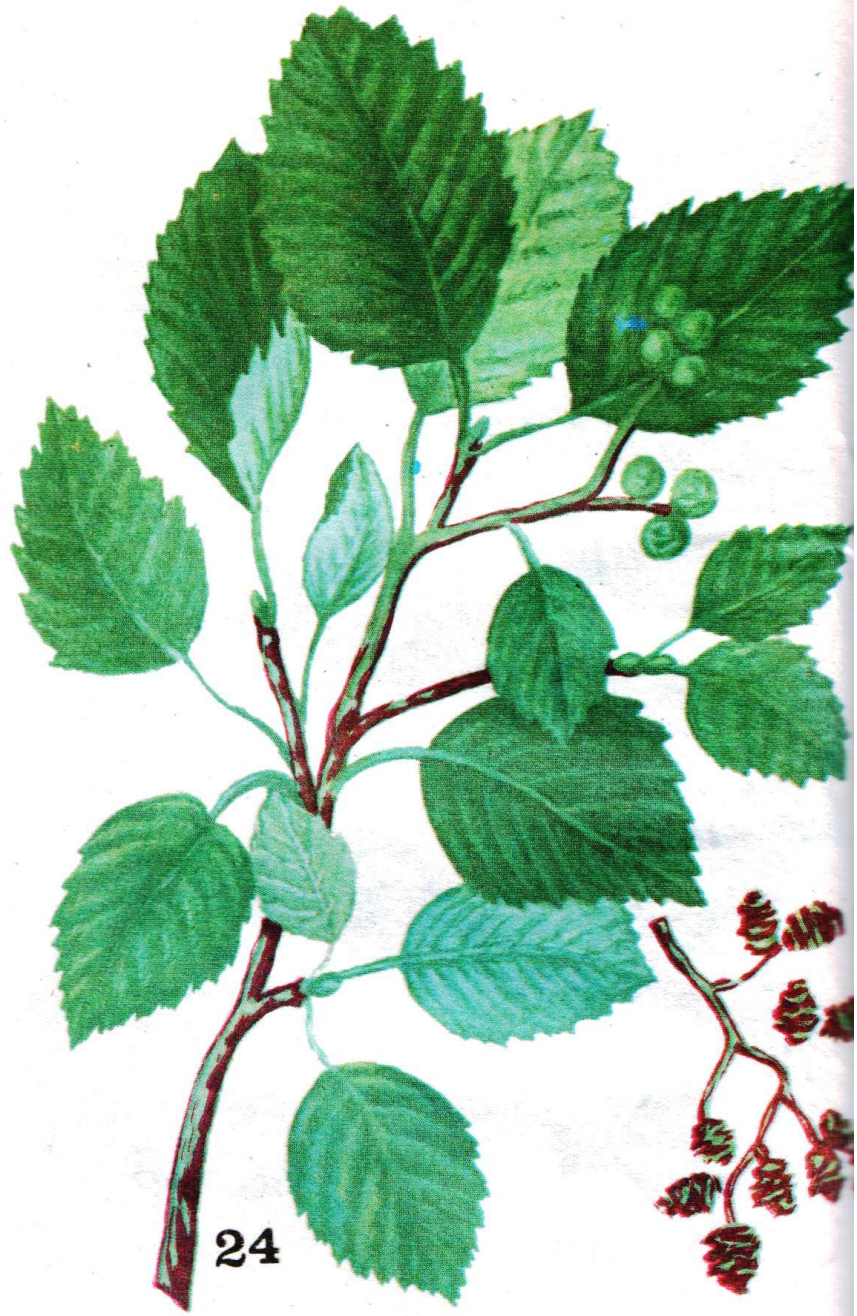


22





23



24





25



26



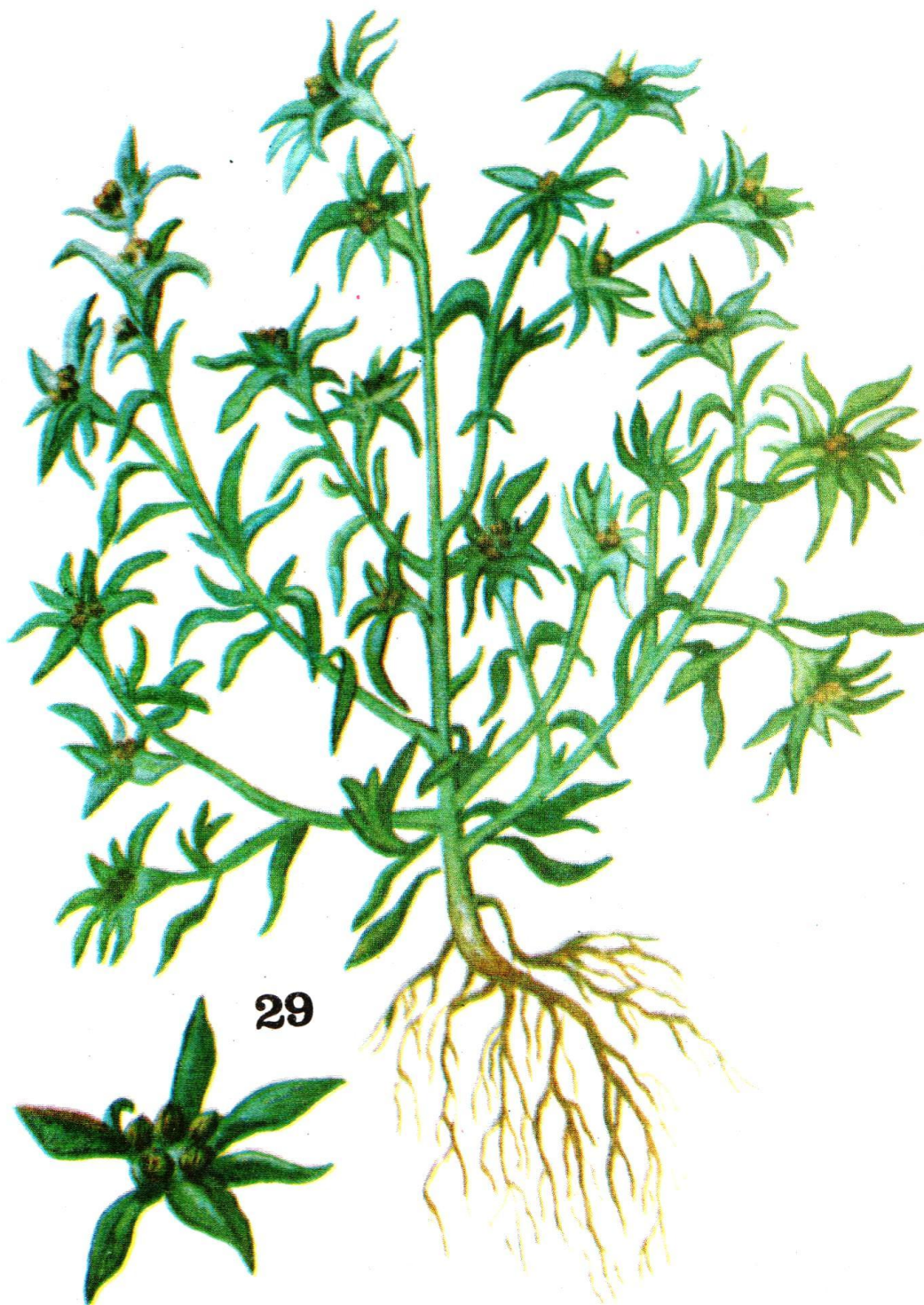


27



28





29



30







32



**33**



34





35



36

## МАТЬ-И-МАЧЕХА ОБЫКНОВЕННАЯ

(Рис. 22)

Наступает апрель. В лесу еще много снега. Понадобится немало теплых дней, чтобы он растаял. Но март уже пробудил первые цветочки и в это время на полях, пашнях, пригорках и по краям канав на уже пригретой земле появляется один из первых цветов. С восходом солнца вспыхивают сочно-желтые цветки мать-и-мачехи. Они создают удивительный контраст первых живых цветов и последнего мертвенно-белого снега.

Из земли сначала выглядывают только бутончики на коротких, толстых, чешуйчатых цветоножках. Они сразу раскрываются под ласковым солнечным теплом. К вечеру или даже днем, если солнце надолго скроется, цветы мать-и-мачехи закрываются, как бы засыпая. Широкие снизу беловатые листья выходят из земли гораздо позже, когда цветение почти закончилось. Нижняя сторона листьев опушенная, мягкая и теплая - ее отождествляют с "матерью", а верхняя - жесткая и холодная, ее сравнивают с "мачехой". Вот почему этому растению дано такое русское название - мать-и-мачеха.

Научное название мать-и-мачехи - "туссиляго фарфара". Родовое название происходит от латинских слов "туссис" - "кашель" и "агере" - "выводить, гнать, преследовать", что указывает на применение растения при кашле. Кстати, название "туссилаго" встречается еще у Плиния как название мать-и-мачехи. Видовое название "фарфара" образовано также от латинских слов: "фар" - "мука" и "фаро" - «несу». Оно связано с опушенной нижней частью листьев, которые кажутся как бы посыпанными мукой.

Растение имеет длинное, ползучее корневище. Стебли высотой 10-25 см с чешуевидными, прижатыми листьями, часто красноватыми. После цветения появляются прикорневые длинночерешковые округлосердцевидные, неравнозубчатые листья, достигающие в поперечнике 10-25 см.

Мать-и-мачеха растет по обрывам, оврагам, глинистым склонам, по холмам и канавам. По мнению древних римлян, мать-и-мачеха растет там, где близки подземные воды. Это трудноискореняемый сорняк. Она быстро распространяется, так как плоды ее, образующиеся в большом количестве, способны прорасти через несколько часов после попадания на землю. Кроме того, благодаря своему ползучему корневищу, она размножается и вегетативно, растет обычно больши-

ми зарослями. Даже обрывки корневища могут давать самостоятельные побеги. Растет почти по всей территории СССР.

В современной медицине лист мать-и-мачехи употребляют отхаркивающее средство, он входит в состав грудных сборов и потогонных чаев, применяется как вяжущее при желудочно-кишечных заболеваниях.

В народной медицине отвар из листьев и цветков пьют отхаркивающее и мочегонное. Сок свежего растения считается ранозаживляющим, его капают в нос от насморка. Отвары мать-и-мачехи пили при заболеваниях желудка, почек и мочевого пузыря. Размятые листья прикладывают к нарывам для их скорейшего созревания, варом из взятых поровну листьев мать-и-мачехи и крапивы моют голову при выпадении волос и обильной перхоти.

Мать-и-мачеха имеет значение в пчеловодстве, поскольку является медоносным растением и зацветает рано, когда других цветов еще нет.

Препараты мать-и-мачехи с успехом используют в гомеопатии и ветеринарии.

Как раннецветущее декоративное растение мать-и-мачеху, но использовать для озеленения глинистых обнажений в парках, лесопарках, а также вблизи пасек.

## МОЖЖЕВЕЛЬНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

(Рис. 23)

Отдыхая в южных районах нашей страны, вы, вероятно, любовались стройными кипарисами. Но и в наших широтах можно встретить их родственников - можжевельники.

Можжевельник обыкновенный - хвойный вечнозеленый кустарник или дерево, достигающее в высоту 2-5 м, очень редко встречаются отдельные деревья высотой свыше 10 м. Крона - самых причудливых форм. Хвоя - остроигольчатая, расположенная мутовками по три. Можжевельник - двудомное растение: одни экземпляры дают мужские цветки, а другие - женские. Цветет в мае. Весной на женских растениях развиваются небольшие семенные шишечки, которые после оплодотворения разбухают, становятся мясистыми, образуя сочную ягодообразную шишку, или шишкоягоду. Развивающиеся Шишкоягоды сначала зеленые, при созревании темнеют. Созревают они медленно, только на второй год, так что на растении видны одновременно зеленые молодые и черные прошлогодние шишкоягоды. Зрелый плод сине-черного цвета, покрыт сизоватым налетом, шаровидной формы, 6-9 мм в поперечнике, на верхушке снабжен трехлучевой бороздкой. Внутри рыхлой зеленовато-бурой мякоти зреют 3 семени с твердой оболочкой. Вкус шишкоягод сладко-пряный, так как они включают от 13 до 40 % сахара. Запах ароматный, смолистый благодаря содержанию эфирного масла.

Растет можжевельник в подлеске сосновых, еловых и смешанных лесов. На Украине чаще встречается в Карпатах, Полесье, изредка северной части Лесостепи, где иногда образует густые заросли. А вообще вид встречается в лесах почти по всей территории СССР. Культивируется в садах, парках как декоративная порода.

Украинское название растения - "яловець" связано с поверьем, что корова, съевшая его хвою, остается яловой. В народе его еще называют жереп, женепир, джапар, тетеревиный куст, тете-ревині ягоди, ялинець, фиомак и т. д.

Научное название - "юниперус коммунис". Первое слово происходит либо от кельтского "йенепрус" - "шершавый" из-за колючих иголок, хвои, либо от латинских слов "ювенис" - "юный,



незрелый" и "парно" - "рождаю", намек на abortивные способности растения; "коммунис" - "общий, обыкновенный".

Можжевельник обладает сильными фитонцидными свойствами. Издавна отмечено, что в тех местах, где он растет, воздух чище, туда идут истощенные больные животные, которые, поедая шишкоягоды, восстанавливают свои силы. Индейцы Северной Америки для лечения туберкулеза кожи, костей и суставов помещали больных в заросли этого растения, где воздух насыщен летучими выделениями. Еще в Гвее Вергилий писал, что во время сильнейших эпидемий холеры жилища следует окуривать дымом от веток можжевельника. Из полученного из незрелых шишкоягод эфирного масла делают иммерсионное масло для микроскопических исследований и освежающие эссенции. В медицине употребляют шишкоягоды, называемые "можжевельными ягодами", как мочегонное, дезинфицирующее мочевыводящие пути, отхаркивающее, желчегонное и улучшающее пищеварение средство, при поносах, метеоризме. Эфирное масло хвои обладает сильными дезинфицирующими свойствами, им лечат трихомонадный кольпит. Можжевельные ягоды входят в состав микстуры по прописи М. Н. Здренко, употребляемой для лечения папилломатоза мочевого пузыря, анацидного гастрита и язвенной болезни желудка. Из древесины путем сухой перегонки получают так называемое пригорелое можжевельное терпентинное масло ("можжевельный деготь"), рекомендуемое как наружное болеутоляющее отвлекающее средство.

Шишкоягоды применяют в гомеопатии, ветеринарии.

В народной медицине их использовали внутрь при отеках, малярии, заболеваниях почек, цистите, при белях, подагре, ревматизм в составе смесей при метаболическом полиартрите; наружно - к отвлекающее и болеутоляющее средство для полосканий при воспалении десен. Из размятых шишкоягод готовили наружное средство от чесотки и лишая. Из отвара ветвей и шишкоягод делали ванн при ревматических болях в суставах и аллергии. Корни, употребляли при туберкулезе, бронхите, язвенной болезни желудка, кожных болезнях.

Применение шишкоягод противопоказано при воспалении почек, так как оно может вызвать появление крови в моче, серьезные отравления и усиление воспалительного процесса.

Растение применяют в декоративном садоводстве и в полезном лесоразведении как противозероизирующую породу.

## ОЛЬХА СЕРАЯ

(Рис. 24)

Это дерево или высокий кустарник. Растет быстро, достигая 12-метровой высоты, но живет недолго. Кора гладкая, серебристо-серого цвета. Крона нераскидистая. Листья очередные, черешковые, широкоовальные, зубчатые по краю, темно-зеленые сверху, снизу более светлые, опушенные. Мужские цветки - в виде округлых шишковидных сережек. Как мужские, так и женские цветки образуются осенью, цветут весной, в апреле. Чешуйки женских округлых сережек зеленые, но впоследствии цветения они древеснеют, чернеют и становятся похожими на небольшие шишки, собранные вместе по 4-8 штук.

Растет ольха серая в сырых местах, да берегах водоемов. Распространена по всей лесной зоне европейской части СССР.

Очень близка по практическому значению к ольхе серой и ольха черная, или клейкая. Это дерево часто растет совместно с ольхой серой на болотистых почвах, где образует большие леса - черноольшанники. Листья ее округлые, тупые или с выемкой наверху, с зубчатым краем, сверху блестящие, темно-зеленые, голые, снизу тускло-зеленые; молодые листья очень клейкие.

Ольха имеет большое народнохозяйственное значение. Древесина ее мягкая, легкая, эластичная, хорошо и легко обрабатывается, колется, полируется и красится. На ней почти не видно годичных колец и нет разницы между весенним и летним слоями древесины. По строению и цвету, эти слои одинаковы, что повышает ценность древесины. Ее используют для производства мебели, столярных изделий. Древесина ольхи является отличным сырьем для прессования втулок, прокладок и других деталей. Прессованная древесина ольхи заменяет баббит, бронзу и медь. Детали из прессованной древесины ольхи служат в несколько раз дольше, чем металлические, и в десятки раз дешевле их.

Древесина ольхи имеет преимущество перед всеми другими породами по водостойкости. Дубильные вещества, содержащиеся в ольхе, в холодной воде не растворяются. Выступая на поверхность древесины, они образуют с солями металлов, растворенных в воде, соединения, служащие защитным барьером и повышающие ее стойкость. Кроме того, дубильные вещества имеют противомикробные и противогрибковые особенности. Вот почему она широко применяется при строительстве гидротехнических сооружений. В подводных соо-

ружениях ольха сохраняется до 3000 лет. Долго она служит также, а сухих и влажных местах.

Ольха - это чудесное топливо. Дрова из нее хорошо горят, и дают мало копоти и сажи. Из них изготавливают древесный уголь и бездымный порох.

Плоды ольхи - настоящий источник здоровья. С лечебной целью шишечки ольхи использует научная и народная медицина при колитах, энтероколитах, подагре, дизентерии, заболеваниях слизистой оболочки полости рта. Используют их как кровоостанавливающее и вяжущее средство, при ожогах, ангине, воспалениях кожи, кровотечениях из носа и десен, простуде и ревматизме. Вяжущий чай из ольховых шишечек помогает при расстройстве желудка и кишечника.

Лечебными свойствами обладают также кора и молодые листочки ольхи. Свежесорванные листья прикладывают к гнойным ранам и чирьям. Отвар сережек пьют и делают из него примочки при диатезе. Настойку из сережек используют при геморрое и как слабительное средство. Отварами или настойками из шишечек, коры или молодых листьев полощут рот и горло при ангилах, стоматитах и для укрепления десен.

Цветки ольхи - источник перги в то время, когда для пчел, кроме ивы, практически нет другого взятка. В листьях, коре, молодых ветвях коры имеется коричневая краска. Кора используется для лечения телят. Молодые листья - источник протеина для животных. Ольха выделяет большое количество фитонцидов.

## ОМЕЛА БЕЛАЯ

(Рис. 25)

Отдыхая в парках или в лесу вы, вероятно, замечали на ветвях или стволах некоторых деревьев густые зеленые шары. Они слабо заметны среди зелени летом, но зимой они видны отчетливо. Эти удивительные шары, или "гнезда", есть ни что иное, как отдельные растения. И называются они омела. Правда, не везде она известна под таким названием. В некоторых местах ее называют птичьим клеем, "ведьминой метлой", чортово помело, умела, обмила, омелха, шульга, івілга, імецр, зелена гива, ямелина и т. д.

Научное название омелы - "вискум альбум" - происходит от слов "вискум" - "клей" (ягоды омелы очень клейкие) и "альбум" - "белый", по цвету спелых плодов.

Омела белая - вечнозеленое растение, полупаразит. У нее зеленые не только листья, но и стебли. Листья толстые, двулетние. Цветки собраны по 5-6 штук в щиток или ложный пол у зонтик, желто-зеленые. Плоды - шаровидные белые "ягоды". Паразитирует растение на тополе, клене, березе, липе, вязе, груше, яблоне, дубе и других древесных породах. Поселившись на дереве, омела с помощью присоски проникает в древесину растения-хозяина и получает за его счет воду и минеральные соли. Органические соединения синтезирует сама.

Лекарственным сырьем являются листья и побеги (молодые с листочками). Химический состав растения зависит от дерева-хозяина. Некоторые считают, что наибольшей активностью обладает омела, выросшая на иве, груше, клене.

Современная научная медицина омелу не использует, так как установлена токсичность этого растения, особенно свежего. В народной медицине она используется со времен Гиппократов, а в Германии считается священным растением. Применяется при эпилепсии, гипертонии, головных болях и головокружениях, неврозах, одышке и пр.

# ПЛАУН БУЛАВОВИДНЫЙ

(Рис. 26)

В северных хвойных лесах легко зацепиться ногой за стелющееся по земле длинное растение. Вы его приподнимаете, а оно тянется без конца. У растения длинный стебель с отходящими веточками, густо покрытыми мелкими листочками, похожими на хвою. В июле и августе на концах ветвей поднимаются кверху три-пять колосков со спорангиями, из которых сыплется мелкий желтый порошок - споры. Называется это растение - плаун, или ликоподий, что означает: "вочья нога".

Плаун - вымирающий потомок древнейших на земле деревьев. Потомок мощного, до 30 м высотой дерева лепидодендрона - на современный плаун - выродился в малозаметное, стелющееся по земле растение.

Плаун ценен своими спорами. Споры содержат 49 % жира и 2 % сахара. Они употребляются в аптеках для пересыпки пилюль, чтоб они не становились влажными, и как присыпка для грудных детей. Споры плауна не впитывают воду и плавают на ее поверхности. Он издавна использовались в театрах для световых эффектов: при зажигании они дают яркую вспышку. Их употребляют и при изготовлении ракет, применяемых для сигнализации во время военных действий.

Особенное значение споры плауна, или ликоподия, имеют в литейном деле при отливке мельчайших деталей: ими обсыпают формы.

Из побегов плауна получают краситель для окраски тканей в синий цвет.

Растение ценится как декоративное. Его используют для изготовления зеленых гирлянд и букетов.

Препараты из спор применяют в космической практике, гомеопатии и ветеринарии. Они хорошо инсектицидны.



# ПОЛЫНЬ ГОРЬКАЯ

(Рис. 27)

*Лучше б мені, мати,*

*Гіркий полин істи...*

**Народная песня**

Трудно найти траву горше ее. Этому своеобразному вкусу полынь обязана содержащейся в ней группе растительных лекарственных веществ - гликозидов, которые вопреки своему "сладкому" названию ("гликозид" происходит от греческого "гликос" - сладкий) обладают чрезвычайно горьким вкусом.

Родовое название "артемизия" образовано от греческого "арте-мис" - "здоровый" из-за целебного действия растения. Некоторые связывают родовое название с именем жены царя Мавзола Артемиды, которая, по сообщению Плиния, якобы излечилась этим растением. Другие утверждают, что растение так названо в честь богини охоты Артемиды.

Видовое определение "абсintiум" образовано от греческого "а" - "не" и "псинтос" - "удовольствие", то - есть "без удовольствия" из-за горького вкуса.

Русское "полынь" связано с глаголом "полететь - гореть", "палить - жечь", то есть также указывает на горький вкус.

Трудно найти траву, овеянную более поэтическими легендами.

В старину говорили, что полынь, впитав в себя всю горечь людских страданий и разочарований, исцеляет больных и вселяет уверенность в путников. Сохранилось поверье, что пучок полыни, взятый с собой в дорогу, предохранит от усталости и чувства безысходности в бескрайней степи.

Старинная легенда о пучке полыни, вразумившем беглеца, рассказана еще на страницах Волынской летописи XIII века. Этот сюжет красочно использован поэтом А. Н. Майковым в стихотворении "Емшан".

Еще более древняя, чем эта легенда, лекарственная слава полыни. Великий Авиценна, например, считал, что полынь предохраняет мореплавателей от морской болезни.

Седые заросли полыни и на корню терпко чадят. Наломанные же ветки подавно обдадут горчайшим духом - крепким, стойким.

Горше полыни нет горечи. Недаром полынь названа "вдовьей травой": с ее горечью разве что сравнима вдовья доля!

В медицине многих стран мира растение используется в качестве средства, улучшающего пищеварение и возбуждающего аппетит. Абсинтин, содержащийся в полыни, стимулирует функцию желез пищеварительного тракта, повышает секрецию желчи, панкреатического и желудочного сока. Препараты полыни горькой применяют при диспепсии, гипоацидных гастритах, при заболеваниях печени, желчного пузыря, бессоннице, малярии, гриппе, катаре верхних) дыхательных путей. Хамазулен, получаемый из надземной част полыни горькой, используют при лечении бронхиальной астмы, ревматизма, экзем и ожогов рентгеновскими лучами. Действие эфирного масла на центральную нервную систему сходно с камфорой Хамазулен активизирует ретикуло-эндотелиальную систему и фагоцитарные функции, что обуславливает противовоспалительное послабляющее действие растения. Полынь горькая включена в фармакопее более 20 стран, в том числе и в фармакопее СССР.

Ее применяют в гомеопатии. Широко и разнообразно используют полынь горькую в отечественной и зарубежной народной медицине: внутрь - как аппетитную горечь, противоглистное, вяжущ средство, при гастрите, язвенной болезни желудка, дизентерии, ревматизме, анемии, желтухе, ожирении, метеоризме, гипертонии мигрени, туберкулезе легких, при отеках, язвенном колите, геморрое, неприятном запахе изо рта, эпилепсии, при белях, как отхаркивающее и антиспазматическое, при неврастении, изжоге, при холе и для лечения алкоголизма; наружно - как кровоостанавливающее противовоспалительное, болеутоляющее и ранозаживляющее, для примочек и компрессов при ушибах, гнойных ранах и язвах, алле гаи.

Употребление полыни горькой противопоказано при беременности. Ввиду ее токсичности при внутреннем применении следует соблюдать осторожность. Чрезмерное применение препаратов полыни может вызвать судороги, конвульсии, галлюцинации.

Охотно поедается коровами и овцами. В небольших дозах повышает аппетит и улучшает пищеварение, в значительных - придает, молоку и маслу из него неприятный запах и привкус.

Листья, а иногда и вся надземная часть используются в качестве приправы к жареным и мясным жирным блюдам. Надземную часть используют в ликеро-водочном производстве для приготовления шартреза и перцовой водки, а эфирное масло - для произведет вермута и абсента. Растение обладает фитонцидными свойствами.

# СОСНА ОБЫКНОВЕННАЯ

(Рис. 28)

*Пред ними лес; недвижны сосны*

*В своей нахмуренной красе;*

*Отягчены их ветви все*

*Клоками снега...*

**А. С. Пушкин**

В 1956 году Жак Картье выехал на исследование берегов Канады. На его корабле весь экипаж заболел цингой. Двадцать шесть матросов погибли от цинги, когда корабль подплыл к реке св. Лаврентия. Высадившись на берег, команда корабля не могла найти в северных лесах ни лимонов, ни овощей. Однако Жаку Картье удалось завязать дружеские отношения с индейцами, которые решили помочь ему и его товарищам: они посоветовали лечиться от цинги настоем из сосновой хвои. И Картье спас остатки своей команды от смерти этим средством.

Много путешествовавший по северу Сибири русский академик Петр Паллас в 1785 году писал в своей книге "Описание растений Государства Российского": "Собираемые по концам веток молодые сосновые и кедровые вершинки похваляются от всех наших в Сибири промышленников и мореходов как лучшее противцинготное средство и бальзамическое средство и составляют в лечебной науке преизрядное от цинготных болезней лекарство".

Где только не встретишь красавицу сосну с красноватым стволом и темно-зеленой хвоей! И в бору, где прямые стволы ее, как колонны в прекрасном здании, стройно высятся над лиловым вереском и сухим седым лишайником, и карликовые деревца на торфяном болоте, и на песках, и на скалах, и над оврагами. Сосна везде растет, на самой различной почве. Ее считают лесным пионером, завоевателем новых земель.

В современной медицине собранные ранней весной почки сосны употребляют в виде отвара и настойки как отхаркивающее, мочегонное и дезинфицирующее средство и для ингаляции. Эфирное масло, получаемое из хвои, применяют при заболеваниях дыхательных путей. Настой хвои применяют как витаминное питье.

Скипидар, производимый из сосновой смолы, идет для приготовления пластырей и мазей, употребляется для ингаляции при заболеваниях верхних дыхательных путей, его используют как местное раздражающее средство при ревматизме, невралгиях, подагре, а также в качестве противомикробного средства. Общеизвестны хвойные лечебные экстракты для ванн. При сухой перегонке стружки получают деготь, из него готовят мази и серно-дегтярное мыло, используемое для лечения кожных заболеваний.

В народной медицине хвою, обработанную водой и высушенную, набивают в подушечки и прикладывают их к суставам при ревматических болях. Молодые побеги сосны в виде отвара и настойки применяли при туберкулезе. Хвою использовали как противочинготное средство. Живицей смазывали раны. Отвар из сосновых почек принимали при сыпи.

Сосна имеет большое народнохозяйственное значение. Ее древесина - это и мачты, и бумага, и кровельная дранка, и мебель, и шпалы, и дрова. Из живицы получают скипидар и канифоль. Живица имеет прямое отношение к изготовлению красок, резины и многого другого. Канифоль употребляется в радиотехнике, электронике. Ее добавляют в бумагу, и чернила не расплываются. При перегонке древесины получают деготь.

Сосна обыкновенная - танидоносное, красильное и пергоносное растение. Из молодых побегов и шишек получают красную краску. Высоко ценится как декоративная и лесомелиоративная порода. Как фитонцидное растение она имеет большое санитарно-гигиеническое значение.

## СУШЕНИЦА БОЛОТНАЯ

(Рис. 29)

Большая популярность и громкая слава досталась немногим растениям. Всем хорошо знакомы ландыш, валериана, горичвет. Однако среди большого количества лекарственных растений есть много малоизвестных. И хоть имеют они вековую историю, но знакомы они были только отдельным народам или одиноким травоведам-знахарям.

Вероятно, из-за скромной внешности мало известна людям, несмотря на широкое распространение по Украине, сушеница болотная. Это однолетнее травянистое растение высотой до 30 см, покрытое серо-войлочным опушением. Ветви распростерты. Листья очередные, линейно-продолговатые. Мелкие корзинки желтых цветов собраны в пучки на концах ветвей. Цветет сушеница с июня по август. Растет на сырых местах, на высыхающих болотах, на берегах водоемов.

Научное название растения - "гнафалиум улигинозум" происходит от греческого "гнафалон" - "войлок" (из-за опушения растения), а "улигинозум" в переводе с латыни - "болотный, топяной" (любит влажные болотистые места).

Сушеница сравнительно недавно заимствована из народной медицины, где отвар травы ее применялся при болезнях печени, мочевого пузыря, как успокаивающее, при желудочно-кишечных заболеваниях. Отвар сушеницы в льняном масле использовали для лечения ран и ожогов. Народное название - "жабник" - дано по применению сушеницы для лечения грудной жабы.

В современной медицине препараты, приготовленные из травы сушеницы, применяют как средство, понижающее кровяное давление. Масляный экстракт из травы употребляют как ранозаживляющее при лечении ожогов, как кровоостанавливающее. Настои находят применение при лечении язвы желудка и двенадцатиперстной кишки.

В настоящее время доказано, что наибольший и лучший эффект дает применение сушеницы при лечении запущенных язв и ран.



# ТМИН ОБЫКНОВЕННЫЙ

(Рис. 30)

Это двулетнее растение в первый год выбрасывает прикорневую розетку листьев, на второй год развивается стебель, ветвистый в верхней части, высотой 30-80 см. Корень утолщенный, цилиндрический. Листья продолговатые, с линейно-ланцетными конечными дольками. Прикорневые и нижние стеблевые листья черешковые, верхние - сидячие с пленчатым по краю влагалищем. Цветы расположены 5-12-лучевыми зонтиками. Лепестки цветков белые или розовые. Плод коричневый, до 4 мм длиной. Цветет тмин в первой половине лета. Растет на лугах, вдоль дорог, по опушкам, сорным местам.

В современной медицине тмин используется в комплексном лечении атонии кишечника для активизации его секреции и перистальтики. Содержится тмин и в составе лечебных чаев - для возбуждения аппетита, успокоительного, желудочного, слабительного, ветрогонного. Эфирным маслом ароматизируют лекарственные препараты.

Тмин знали уже в Древнем Риме под названием "кареум". Карна - так называлась малоазиатская провинция, откуда семя тмина доставлялось в Рим. Врачеватели тех времен использовали тмин как средство, возбуждающее аппетит и улучшающее деятельность кишечника. Помимо того, тмин являлся неотъемлемой частью напитка, который, как считалось, сохранял молодость и здоровье. Тмин применяется и как пищевое сырье в ликеро-водочному хлебопекарном, кондитерском производствах, а также в парфюмерной промышленности, сыроварении и в кулинарии.

В домашнем хозяйстве плоды используют при засолке огурцов засолке и квашении капусты, приготовлении кваса, как специи я супы, соусы и мясо (особенно баранину).

В ветеринарии тмин дают скоту при коликах, метеоризме, нарушениях бродильных процессов в кишечнике.

Для птиц тмин - сильный яд.

## ТОЛОКНЯНКА ОБЫКНОВЕННАЯ

(Рис. 31)

В сухих сосновых лесах-беломошниках встречается низенький стелющийся вечнозеленый кустарничек, с длинным, до 150 см ветвистым стеблем. Листья сверху темно-зеленые, снизу - светло-зеленые, продолговато-обратнояйцевидные, кожистые, плотные, блестящие, короткочерешковые. Нежно-розовые кувшинчатые цветки собраны в короткие поникающие кисти. Плод - красная костянка с мучнистой мякотью, но эти плоды противны на вкус и несъедобны. Цветет толокнянка в мае-июне.

Растет в сухих лесах, на опушках, на сухих песчаных почвах, на полянах. Встречается по всей стране в лесной полосе.

Внешне толокнянка похожа на бруснику. Но отличие брусники в том, что у нее короткий прямостоячий стебель, листья с завернутыми краями, ягода сочная.

Научное название толокнянки - "арктостафиллос ува-урси". И родовое, и видовое название толокнянки означает приблизительно одно и то же, а именно: "арктос" по-гречески "медведь", а "стафиллос" - "кисть винограда"; то же по-латыни: "ува" - "ягода", "урсус" - "медведь"; "медвежий виноград", "медвежья ягода". В народе ее называют также "медвежье ушко". Толокнянкой растение названо потому, что раньше его высушенные ягоды толкли, а полученный мучнистый порошок (толокно) подмешивали к муке, из которой выпекали хлеб.

Препараты и отвар листьев толокнянки используют как мочегонное, вяжущее, противоглистное, при болезнях мочевого пузыря и при каменной болезни. Настой и отвар листьев обладают обеззараживающими свойствами.

В народной медицине отвар листьев применяли при болезнях почек, мочевого пузыря, при каменной болезни. В ветеринарии используют при болезнях мочевых органов коров.

## ФИАЛКА ТРЕХЦВЕТНАЯ

(Рис. 32)

Среди многочисленного рода фиалок трехцветная фиалка имеет наибольшее медицинское применение и была известна как лекарственное растение с глубокой древности. В римской мифологии она упоминается под названием "Цветок Юпитера".

Родовое название "виоля" - название фиалки и левкоя у древних римлян. Слово образовано от греческого "ион" - "фиалка" и является уменьшительной формой к нему.

Видовое определение "триколор", образованное от латинского "три" - "три" в сложных словах и "колор" - "цвет, окраска", дано в связи с разной окраской лепестков (фиолетовая, белая, желтая).

В народе ее называют по-разному. В Московской области - анютины глазки, в Могилевской - братики, троецветка, золотуха, в Киевской - сорока недужная, камчуг и т. д. Она цветет все лето, с мая до осени. Красоту цветков фиалки заметили давно любители-цветоводы и стали выращивать ее в садах, создавая различные декоративные сорта и формы.

Препараты фиалки трехцветной применяют внутрь в качестве отхаркивающих средств при катарах дыхательных путей. Под влиянием препаратов наблюдается усиление секреции бронхиальных желез, разжижение мокроты и более легкое ее выделение. Она входит в состав чая от золотухи («Аверин чай»), применяют ее также при кожных сыпях и при экземе. Настой травы пьют при кашле.

Широкое применение имеет фиалка трехцветная в народной медицине. При золотухе ее принимают в отварах внутрь и наружно в виде примочек или ванн. Кроме того, ее отвары считают кровоочистительным, мочегонным и потогонным средством.

В Болгарии траву фиалки трехцветной употребляют внутрь в качестве потогонного, противоревматического и смягчительного средства, наружно - при экземе и рахите.

## ФЕНХЕЛЬ

(Рис. 33)

Это растение так похоже на всем нам хорошо известный укроп огородный, что неопытный человек при первом знакомстве с фенхелем уверенно утверждает, что это обыкновенный укроп. Однако, если хорошо присмотреться, а тем более если - попробовать на вкус, наверняка заподозришь, что здесь что-то не то.

Фенхель обыкновенный и укроп огородный - близкие родственники. Даже известный ботаник Карл Линней относил их к одному роду. Но, в отличие от укропа, фенхель - растение двулетнее и имеет сизовато-зеленый стебель, а у укропа он беловато-сизый.

В народе бытуют такие названия фенхеля, как сладкий укроп, аптечный укроп, копр, копрій, копрій волоський,

Как лекарственное средство фенхель применяли давно, с древних времен, Гиппократ и Асклепиад - как диуретик, Dioscorid и Плиний - как глазное средство, Авицена - как отхаркивающее.

Фенхелевое масло применяют при болях в области пищеварительного тракта. Чаще всего эфирное масло служит сырьем для выделения анетола. Из плодов фенхеля получают препарат "Анетин" - сумму действующих веществ. Он обладает спазмолитическим действием, особенно в отношении коронарных сосудов. В терапевтической практике его применяют при хронических спастических колитах, при спазмах органов брюшной полости, при хронической коронарной недостаточности. Эфирное масло входит в состав лакричного эликсира, применяемого как противокашлевое средство. Плоды фенхеля входят в состав слабительного, ветрогонного, желчегонного, грудного и успокоительного сборов.

Народная медицина использовала плоды аналогично официальной.

Эфирное масло применяется в парфюмерии и кулинарии. Зеленъ употребляют в сыром виде как десерт, добавляют в салаты, бульоны

## ЦМИН ПЕСЧАНЫЙ

(Рис. 34)

В зените лета на сухих местах, на бедном песчаном грунте, где редко какие существа в состоянии выжить, загораются золотые соцветия бессмертника песчаного. Их можно наблюдать на протяжении длительного времени, а одиночные цветущие растения встречаются аж до начала осени.

Цмин песчаный - многолетнее травянистое растение до 30 см высотой. Внешне все растение опушено и имеет беловато-сизую окраску, благодаря чему цмин может сохранять даже незначительные количества влаги, запасенные им, благодаря чему он и выживает в таких экстремальных условиях, в которых многие другие растения гибнут. Мелкие его цветочки собраны в многочисленные соцветия-корзинки, листочки-обертки которых окрашены в соломенно-желтый или бледно - оранжевый цвет.

Родовое название "гелихризум", образованное от греческого "гелиос" - "солнце" и "хризос" - "золото", указывает на часто встречающиеся у растений этого рода золотистоопушенные листочки-обертки. Видовое определение "аренариум" - "песчаный" связано с местом произрастания.

Препараты бессмертника практически безопасны, при их применении отсутствуют побочные эффекты. Они обладают желчегонной и мочегонной активностью, могут усиливать секреторную деятельность желудка и поджелудочной железы. Их применяют при заболеваниях печени, желчного пузыря и желчевыводящих путей. Внутрь назначают в виде отвара. Бессмертник входит в состав желчегонного чая. Фламин - лечебный препарат, содержащий флавоноиды бессмертника.

В народной медицине бессмертником пользовались при изгнании глистов, при болезнях печени, желудка, мочеполовых органов, от кашля, лишаев, паралича, простуды, кровохарканья и кровавого поноса, от укуса бешеной собаки и в виде питья после родов.



## ЧЕРЕДА ТРЕХРАЗДЕЛЬНАЯ

(Рис. 35)

Если в конце лета пройти по влажному берегу реки или оврага, то на одежде останется множество крепко прицепившихся к ней плодиков. И не совсем приятное занятие отрывать их поодиночке. В то же время вы помогли растению, сами того не замечая, поселиться на новом месте. Эти плодики принадлежат череде. В народе растение называют: чернобривец болотный, причепа, козы рожки, собачьи репяхи, золотушная трава, стрелка, кошки, купчак дикий, собачки т. д.

Научное название - "биденс трипартита" - происходит от латинских слов "бис" - "два - , дважды" и "денс" - "зуб", что означает "двузубец" и указывает на два зубчатых острия у плода; "трипартита" переводится как "трехраздельная", что характеризует форму листа.

"Причепой" траву называют из-за плодов, прочно впивающихся в ткань, шерсть животных, перья птиц.

На Востоке листья череды употребляют при дизентерии и экземе, а также при заболевании суставов.

В отечественной народной медицине применяется в качестве противозолотушного средства, при экссудативном диатезе, рахите, подагре, как мочегонное и потогонное средство (в виде водного настоя или отвара).

Входит в состав "Аверина чая".

Отвар травы назначают наружно в виде ванн или для обмывания в детской практике при диатезах и чесотке.

Растертую свежую, траву накладывают на раны от укусов змей.

Известно, что трава череды содержит слизь, горечи, эфирное масло, большое количество каротина, аскорбиновую кислоту, дубильные вещества с высоким содержанием полифенолов, которым приписываются противовоспалительные и антисептические свойства. Кроме того, череда содержит марганец, способный переходить в водный раствор. Она понижает местную температуру, подсушивает раневую поверхность и способствует быстрому заживлению.

## ЧЕРНИКА

(Рис. 36)

Всем, пожалуй, хорошо знаком этот мелкий лесной кустарничек с черными шаровидными ягодами, которые появляются на нем в середине лета. Это растение - настоящая копилка витаминов и других, полезных для организма человека веществ.

Чернику применяют в пищу в свежем и переработанном виде.

Из нее готовят варенья, сиропы, соки, морсы, экстракты, компоты, мармелад. Пектины, содержащиеся в плодах, придают кондитерским изделиям высокие вкусовые качества. С древних времен чернику использовали как вяжущее средство при дизентерии, в русской медицине ее начали употреблять при желудочно-кишечных расстройствах с XVIII века. Научная медицина применяет сухие плоды черники в виде отвара при острых и хронических энтероколитах, особенно у детей, при дизентерии и пониженной кислотности желудочного сока. Дубильные вещества, входящие в состав черники, обуславливают ее вяжущее действие. Черника обладает антисептическими свойствами, что подтверждено при лечении язвенно-мембранозного и афтозного стоматита. Фармакологические исследования позволили установить, что черника обостряет ночное зрение, расширяет поле зрения, способствует снижению утомляемости глаз при продолжительной работе с искусственным освещением. Многочисленными исследованиями доказано, что ягоды улучшают обменные процессы в сетчатке глаза. В годы Великой Отечественной войны летчикам перед ночными полетами давали черничный кисель. Черника входит в состав меню космонавтов. Из листьев ее получен и проходит испытание препарат миртиллин, который оказывает гипогликемический эффект - снижает количество сахара в крови и моче, эффективен при лечении сахарного диабета. Сухие плоды черники входят в состав закрепляющих, желудочных сборов. Но длительное применение листьев черники при диабете не рекомендуется. Листья повышают желудочную секрецию и показаны при гипоацидных и анацидных гастритах. Обладают вяжущим, кровоостанавливающим, противовоспалительным, противоспазматическим и мочегонным действием. Настои листьев снижают количество сахара в моче при диабете, способствуют растворению камней при почечно-каменной и мочекаменной болезнях.

# ПРИМЕНЕНИЕ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ

## *Ингаляции при заболеваниях носа*

*Листья мать-и-мачехи (сок)* - 20 мл. 4 КАПЛИ В КОС ПРИ ЗАТЯЖНОМ НАСМОРКЕ.

## *Чай при заболеваниях горла* КОРНЕВИЩЕ АИРА - 1г.

ЧАЙНУЮ ЛОЖКУ ИЗМЕЛЬЧЕННОГО КОРНЕВИЩА НАСТОЯТЬ НА СТАКАНЕ ХОЛОДНОЙ ВОДЫ, ЗАТЕМ ПРОКИПЯТИТЬ. ПОЛОСКАТЬ ПОЛОСТЬ РТА ПРИ СТОМАТИТАХ И ЛАРИНГИТАХ. КОРНЕВИЩЕ ЛАПЧАТКИ ПРЯМОСТОЯЧЕЙ - 1г.

ЧАЙНУЮ ЛОЖКУ ИЗМЕЛЬЧЕННОГО КОРНЕВИЩА НАСТОЯТЬ НА СТАКАНЕ ХОЛОДНОЙ ВОДЫ 1 ЧАСОВ, ЗАТЕМ ПРОКИПЯТИТЬ. ПОЛОСКАТЬ ПОЛОСТЬ РТА ПРИ СТОМАТИТАХ И ЛАРИНГИТАХ.

## *При заболеваниях бронхов и легких*

ТРАВА КОРОВЯКА.

1/2 СТОЛОВЫЕ ЛОЖКИ ЗАВАРИТЬ 1/2 Л КИПЯТКА, НАСТОЯТЬ В ТЕРМОСЕ 1 ЧАСА. ПРИНИМАТЬ ПО 150 МЛ ЗА 10-15 МИНУТ ПЕРЕД ЕДОЙ: ПРИ ЗАБОЛЕВАНИИ ЛЕГКИХ, БРОНХИАЛЬНОЙ АСТМЕ.

Листья мать-и-мачехи - 50 г. 1/2 СТОЛОВЫЕ ЛОЖКИ ЛИСТЬЕВ КИПЯТИТЬ В 1/2 Л ВОДЫ ДО ПОЛУЧЕНИЯ ПОЛОВИНЫ ЖИДКОСТИ. ПРИМЕНЯЮТ ПО 15 МЛ КАЖДЫЕ 1/2 ЧАСА (МОЖНО С МЕДОМ) ПРИ БРОНХИТЕ.

## *При туберкулезе легких* КОРЕНЬ ПОЛЫНИ ОБЫКНОВЕННОЙ

(ЧЕРНОБЫЛЬНИК).

ВАРИТЬ В БЕЛОМ ВИНЕ 10 МИНУТ, В КИПЯЩИЙ ОТВАР ДОБАВИТЬ МЕД (СТОЛОВУЮ ЛОЖКУ), ОСТУДИТЬ. ПИТЬ ПО ПОЛСТАКАНА УТРОМ ПЕРЕД ЕДОЙ ИЛИ ПО 1/2 СТОЛОВЫЕ ЛОЖКИ В ДЕНЬ.

СОК ИЗ ЛИСТЬЕВ МАТЬ-И-МАЧЕХИ. КОНСЕРВИРОВАННЫЙ С 40% СПИРТОВОЙ РАСТВОРОМ ИЛИ САХАРОМ ПО 1/2-1 МЛ В ДЕНЬ ПРИ ТУБЕРКУЛЕЗЕ ЛЕГКИХ.

*При болезнях кровеносной системы (сердца)* ПЛОДЫ БОЯРЫШНИКА - 100 г. 1 СТОЛОВУЮ ЛОЖКУ ПЛОДОВ ОТВАРИТЬ 10 МИНУТ В 400 МЛ. ВОДЫ, НАСТОЯТЬ, ПРОЦЕДИТЬ. ПИТЬ ПО 1/2 СТАКАНА НАСТОЯ 3 РАЗА В ДЕНЬ ДО ЕДЫ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ СЕРДЦА.

Трава грыжника - 50 г.

Столовую полную ложку травы залить стаканом кипятка, настоять в тепле минут, процедить. Пить по 1/3 стакана 3-4 раза в день при сердечных отеках.

При гипертонической болезни и атеросклерозе Цветки боярышника - 50 г.  
2 столовые ложки цветков настоять 2 часа в 300 мл кипятка. Принимать по 1 стакану 3 раза в день до еды при гипертонической болезни. Листья омелы белой - 50 г.

1 столовую ложку измельченных листьев залить 250 мл холодной вода, наст ночь. Это дневная доза (3 раза в день) при гипертонической болезни.

При болезнях нервной системы Листья вахты трехлистной - 30 г, листья мяты перечной - 30 г, корень валерианы -30 г.

Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка. Отстоять, процедить, выпить на ночь 1-2 стакана настоя. При неврозах.

При заболеваниях почек и мочевых путей Можжевельник (ягоды) - 10 г, береза (лист) - 10 г, одуванчик (корень) - 10 Измельчить, смешать. Столовую ложку смеси заварить в стакане кип ятка настаивать до охлаждения. Процедить, пить по одной столовой ложке 3 раза в день При нефрите.

Корень аира (порошок).

Столовую ложку порошка размешать в стакане меда на водяной бане, нагреть 15 минут. Остудить и принимать по 1 чайной ложке 3-4 раза в день до еды. П камнях в почках и пиелонефрите.

При заболеваниях мочевого пузыря Трава грыжника - 20 г, плоды петрушки - 20 г, листья толокнянки - 60 г. Полную столовую ложку смеси настоять на стакане холодной воды в течение

часов, затем кипятить 15 минут. Процедить; выпивать за день в несколько приемов

При щелочной моче.

При камнях в почках, мочеточниках, мочевом пузыре Трава копытня с корнем - 15 г, листья березы белой - 50 г, листья брусники 25 г, корень солодки - 25 г.

Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять. Утром и вечером пить по одному стакану настоя.

При заболеваниях желудка

Травы полыни горькой - 35 г, трава золототысячника - 35 г.

Чайную ложку сбора заварить стаканом кипятка, остудить, процедить. Пить по стакану настоя в день.

При ахилии желудка.

Корень алтея - 30 г, корень окопника лекарственного - 20 г.

Столовая ложка сбора на стакан кипятка, варить 5-7 минут, отстоять. Выпивать глотками стакан отвара каждый день перед едой. При гастрите.

Корень аира - 5 г, трава тысячелистника - 25 г, трава золототысячника - 25 г.

Столовую ложку сбора залить кипятком, варить 5-7 минут, процедить. Принимать 1/3 стакана теплым перед едой. При язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

Плоды фенхеля (укропа) - 50 г, трава золототысячника - 50 г.

Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять 15 минут, процедить, выпивать 1-2 стакана в день глотками. При диспепсии.

Листья вахты трехлистной - 20 г, плоды фенхеля - 20 г, листья мяты перечной - 20 г, трава тысячелистника - 20 г, трава золототысячника - 20 г.

2 чайные ложки сбора на стакан воды, кипятить 5 минут, процедить, выпивать полстакана за 30 минут до еды. При гиперацидных состояниях.

При заболеваниях кишечника Плоды тмина - 10 г, кожура апельсина - 10 г, кора крушины - 80 г. '

Столовую ложку сбора на стакан кипятка варить 5-7 минут, отстоять 30 минут. Пить по стакану отвара утром и вечером. При вздутии живота. Цветки бузины черной - 30 г, плоды жостера - 30 г.

Столовую ложку сбора на стакан кипятка, варить 5-7 минут, отстоять 30 минут. Пить по стакану отвара утром и вечером. Слабительное.

Кора крушины - 20 г, плоды фенхеля - 20 г, плоды жостера слабительного - 30 г. корень солодки - 30 г.

2 чайных ложки сбора заварить стаканом кипятка. Отстоять, процедить. Принимать утром и вечером по стакану настоя. Для поддержания регулярного стула при гепатите.

Кора крушины (порошок) - 20 г, плоды жостера (порошок) - 20 г, плоды фенхеля (порошок) - 10 г.

Хорошо смешать. По 1/2 или по одной чайной ложке без верха 2-3 раза в день при хроническом запоре.



Корневище лапчатки прямостоячей - 20 г, листья черники - 15 г, плоды черники - 15 г, цветки ромашки аптечной - 50 г.

Полную чайную ложку смеси настоять в течение 6 часов на стакане холодной воды, сварить, процедить. Выпить глотками в течение дня. При поносе.

При геморрое Трава горца перечного - 100 г. 100 г сухой травы кипятить 15 минут в 2 л воды, затем прибавить 0,5 л молока и столовую ложку крахмала. Делать теплые сидячие ванны ежедневно в течение 1-2 месяцев при геморрое.

Трава горца почечуйного - 30 г. Столовую ложку травы настоять в 250 мл кипятка, остудить, процедить. Принимать по 0,5 стакана 2-3 раза в день после еды при геморрое, запорах.

При заболеваниях печени и желчных протоков Листья вахты трехлистной - 30 г, трава полыни горькой - 30 г, листья мяты перечной - 30 г.

Две столовые ложки на стакан кипятка. Парить 30 минут, процедить. Принимать по 3-5 столовых ложек отвара за полчаса до еды (желчегонное средство).

Плоды фенхеля - 10 г, плоды тмина - 10 г, кора крушины - 20 г, листья мяты перечной - 20 г, трава тысячелистника - 20 г, трава золототысячника - 20 г.

Столовую ложку сбора залить стаканом кипятка. Отстоять, процедить. Выпить за день. Для поддержания регулярного стула при гепатитах.

Трава с цветками цмина - 14-16 стеблей.

Измельчить, варить 8-10 минут в 1 л воды. Пить по 0,5 стакана вместе с 0,5 стакана горячего молока и 2 чайными ложками меда за 20 минут до еды. 4 дня принимать, 2 дня - перерыв и т. д. в течение 2 месяцев, при холецистите, гепатите.

Трава золототысячника - 30 г, корень аира - 30 г, цветки цмина - 30 г.

Столовую ложку смеси настаивают в 0,5 л сырой воды ночь, потом кипятят 5-7 минут. Принимают по 1 стакану натощак, а остальное - в течение дня до 4 приемов, через час после еды, при холецистите.

Лекарственные сборы, стимулирующие обмен веществ Трава дымянки - 30 г, трава тысячелистника - 30 г, корневище пырея - 30 г кора крушины - 10 г.

Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка и варить 15 минут. За день выпивать 2-3 стакана отвара. Для активизации секреции желудочного сока (противопоказано беременным).

Плоды можжевельника - 20 г, корень цикория - 20 г, корень дягиля - 20 г, трава полыни горькой - 20 г, листья шалфея - 30 г.

Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка и варить 15 минут. Принимать утром перед завтраком по стакану настоя. Общеукрепляющий работу желудка, печени, почек.

При ревматических болях в суставах

Липовый цвет - 20 г, трава золототысячника - 20 г, трава зверобоя - 20 г, цветки бузины черной - 20 г.

Столовую ложку сбора на стакан кипятка. Отстоять. Пить по 2 стакана в день. При боли в коленных суставах.

При нарывах, фурункулах Кора дубовая - 50 г, корневище аира - 50г.

Одну столовую ложку смеси залить 1/3 л кипятка, настоять 15 минут. Для компрессов и ванн при нарывах, фурункулах, панарициях. Прикладывать теплым при воспалении молочных желез.

Цветы коровяка скиптровидного - 20 г, моркови (сок) - 20 г.

При трещинах и ранах на сосках у женщин смазать сосок сокошморкови и присыпать порошком из цветов коровяка.

При гипертиреозе (базедовой болезни) « Трава ландыша - 20 г, плоды фенхеля - 40 г, листья мяты перечной - 50 г, корень валерианы - 50 г.

1 столовую ложку смеси на 250 мл кипятка, настоять 30 минут, процедить. Принимать по 15 мл 3 раза в день при базедовой болезни.

При ожирении

Трава тысячелистника - 5 г, корень любистка - 5 г, плоды можжевельника - 5 г, кора крушины ольховидной - 15 г.

Весь сбор залить 0,5 л кипятка, настаивать 30-40 минут. Принимать по стакану 3-4 раза в день.

Справочное издание

Автор-составитель

**КУНЕНКО**

Наталья Павловна  
Лекарственные растения  
Определитель

Главный редактор В. Г. Силка  
Художественный редактор А. В. Малюгин.  
Редактор В. С. Близнюков.  
Технический редактор О. И. Савченко.  
Корректор В. Г. Ершик

**н/к**

Сдано набор 26.07.91. Подпис. в печать 03.09.91. Формат 60x84/16. Бумага писчая. Гарнитура Тиде. Печать офсетная. Усл. печ. л. 5,58. Усл. кр.-отт. 13, (ч.-изд. л. 7,14). Тираж 100000 экз. Изд. 173. Заказ Лп. Цена 9 р. 11 к. Редакционно-издательский отдел облуправления по печати, 348037, Луганск, пл. Героев Великой Отечественной войны, За. ЧП Набор: Городская типография, 349870, Рубежное, ул. 30-летия Победы, 5. Печать: Типография издательства "Луганская правда". 348022, Луганск, ул. Лермонтова, 16.

