

# КРАТКИЙ СПРАВОЧНИК

ПО ПРИМЕНЕНИЮ ЛЕКАРСТВЕННЫХ  
РАСТЕНИЙ В ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ  
ПРАКТИКЕ



КРАТКИЙ СПРАВОЧНИК  
ПО ПРИМЕНЕНИЮ ЛЕКАРСТВЕННЫХ  
РАСТЕНИЙ В ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ  
ПРАКТИКЕ



Дагестанское книжное издательство  
Махачкала 1990

Автор-составитель С. Е. Осипов  
Краткий справочник по применению лекарственных растений  
в терапевтической практике / Автор-составитель С. Е. Осипов. —  
Махачкала: Дагкнигоиздат, 1990—108 с.

В справочнике описаны способы приготовления наиболее распространенных сборов и чаев, представлены краткие сведения о часто применяемых лекарственных растениях. Издание поможет сориентироваться в выборе лекарственного сырья и метода приготовления препарата.

Распечатан на медицинских работников и широкий круг читателей.

О  $\frac{370403200 - 307}{M123 - 90}$  за счет средств автора-составителя

© Осипов С. Е., 1990

## ВВЕДЕНИЕ

В последние годы все большей популярностью в терапии различных заболеваний пользуется лечение лекарственными травами и растениями. И это не случайно. Несправедливо забытые нетрадиционные (а когда-то именно традиционные) методы лечения лекарственными растениями находят все большее признание как у врачей-специалистов, так и у больных. В настоящее время мы переживаем своего рода бум повального увлечения нетрадиционными методами лечения, в том числе и фитотерапией, исторические корни которой уходят в далекое прошлое.

Времена, когда практически все существовавшие болезни лечились (пытались лечить) исключительно лекарственными растениями, канули в Лету. Многие рецептурные прописи бесследно утеряны, многое из медицинского наследия, косающегося этого вида лечения, забыто. Очевидно, поэтому в арсенале современного врача так мало знаний о фитотерапии.

На современном этапе учение о лечении лекарственными травами и растениями переживает практически свое новое рождение. Популяризация фитотерапии среди населения диктует необходимость более профессионально подходить к этому вопросу. Ведь консультация врача в правильности подбора тех или иных лекарственных трав является определяющей в лечении больного.

Теоретический и практический уровень профессиональной подготовки врача в вопросах фитотерапии становится особенно важным на фоне массового увлечения населения лечением травами.

Правильность подбора необходимых трав или растений, сочетания с другими травами, правильность приготовления отваров и настоев, кратность применения, употребления трав в той или иной фазе течения болезни, длительность применения, дозировки — вот круг вопросов, на которые современный врач должен обратить особое внимание.

Есть еще одна деталь, о которой нельзя забывать. Отдавая дань фитотерапии, как врачу, так и пациенту необходимо постоянно помнить о том, что этот метод лечения не является панацеей и при многих терапевтических заболеваниях должен применяться лишь как вспомогательный. Ведь масса терапевтических заболеваний с их типичным или атипичным течением требует многокомпонентного комбинированного лечения с учетом этиопатогенеза, стадии, степени тяжести, осложнений, сопутствующих заболеваний и пр. Трудно поверить, что только применение лекарственных трав без базисного комбинированного лечения избавит больного от тяжелого недуга.

Еще и еще раз хочется напомнить широкому кругу читателей об опасности увлечения «модными» методами лечения. Только ваш лечащий врач, знающий все нюансы вашего заболевания (заболеваний) может вам назначить адекватное лечение, применяя как вспомогательный метод лечения фитотерапию.

## ЛЕКАРСТВЕННЫЕ ФОРМЫ

### НАСТОИ И ОТВАРЫ

Настои и отвары представляют собой водные извлечения из лекарственного сырья. Настои чаще готовят из листьев, цветов и травы, а отвары из грубых частей растений — корней, коры, корневища и др.

Растительное сырье (высушенные различные части лекарственных растений) предварительно измельчают: траву, листья и цветы — до частиц размером не более 5 мм; корни, стебли, кору — не более 3 мм; плоды и семена — не более 0,5 мм. Измельченные части растений отвешивают и помещают в эмалированный или фарфоровый сосуд, обливают водой комнатной температуры, закрывают крышкой и ставят на кипящую водяную баню. Настои нагревают в течение 15 мин., а отвары 30 мин. при частом помешивании. После этого сосуд снимают с водяной бани и охлаждают при комнатной температуре: настои не менее 45 мин., а отвары 10 мин. Затем процеживают сначала через ситечко (отжимая остаток растения), а потом сквозь вату и добавляют воды до соответствующего объема. Если отвары готовятся из растительного сырья, содержащего дубильные вещества (кора дуба, корневища ревеня и др.), то процеживание производят немедленно после снятия сосуда с водяной бани.

Обычно настои и отвары готовят из расчета 1:10, т. е. из 10 весовых частей сырья получают 100 объемных частей настоя или отвара. Из растений, содержащих сильнодействующие вещества, настои и отвары готовят в более разведенных пропорциях. Если по условию рецепта требуется добавление твердых лекарственных веществ, то их вновь процеживают. Сиропы, настойки и другие жидкости прибавляют к готовому настою или отвару. Так как настои и отвары — скоропортящиеся лекарственные формы, их следует хранить в прохладном месте и не более 3—4 дней.

## НАСТОЙКИ

Настойки представляют собой жидкие спиртовые, спиртово-водные или спиртово-эфирные прозрачные извлечения из лекарственных растений. Готовят их следующим образом:

Растительное сырье, предварительно высушенное и измельченное, отвешивают, помещают в специальный сосуд и заливают соответствующим количеством экстрагирующей жидкости (чаще всего 70-градусным спиртом). Настаивание производят при комнатной температуре в течение 7 дней, затем извлечение сливают. Остаток растений отжимают, промывают той же экстрагирующей жидкостью, вновь отжимают и доводят настойку до соответствующего объема той же жидкостью. Для приготовления настоек обычно одну весовую часть растения берут на 5 объемных частей получаемой настойки. Если же растительное сырье содержит сильнодействующие вещества, то настойки готовят из расчета 1:10. Полученные настойки отстаивают в течение нескольких дней при температуре не выше 8 градусов, после чего фильтруют их. Готовые настойки должны быть прозрачными и обладать запахом и вкусом соответствующего лекарственного сырья.

## СБОРЫ И ЧАИ

Сборы и чаи представляют собой смеси высушенных и измельченных различных растений, иногда с добавлением солей, эфирных масел и других веществ.

Различные части лекарственных растений, входящих в состав сборов или чаев, подвергают измельчению по отдельности. Траву, кору, листья и некоторые корни нарезают, твердые корни и корневища дробят, кожистые листья размельчают в крупный порошок, семена и плоды измельчают в специальной мельнице. Степень измельчения сырья зависит от назначения сбора. Если сбор или чай предназначены для внутреннего употребления или полоскания, то сырье просеивают сквозь сито с отверстиями 4x6 мм.

Если сбор предназначен для приготовления ванн, то его просеивают сквозь сито с отверстиями 2x2 мм. Лекарственное сырье, из которого готовят мягчительные сборы для припарок, просеивают сито с отверстиями 1x4 мм. При всех степенях измельчения производят отсеивание пыли сквозь сито с размером отверстий 1x1 мм.

Измельченное сырье тщательно и осторожно перемешивается для получения равномерной смеси. Если к сбору или чаю нужно добавить какую-либо соль, то их опрыскивают насыщенным раствором соответствующей соли из пульверизатора и перемешивают с

последующим высушиванием (не выше 60 градусов). Опрыскивание применяется и при добавлении к сборам эфирных масел. Сборы могут быть дозированными и недозированными. Дозированными отпускают сборы, содержащие сильнодействующие или ядовитые вещества.

Сборы и чаи предназначены для приготовления на дому настоев и отваров, полосканий и припарок, лечебных ванн и др., в соответствии с указаниями в каждом отдельном случае.

Готовые сборы и чаи хранят в сухом месте. Сборы и чаи, содержащие душистые вещества, сохраняют в жестяных коробках, а остальные — в закрытых деревянных ящиках. Для предупреждения порчи сборов (особенно содержащих ягоды) в ящики помещают банку с ватой, пропитанной хлороформом; по мере испарения хлороформ вновь добавляют.

## ОПИСАНИЕ, СОСТАВ И ПРИМЕНЕНИЕ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ

### АЛТЕЙ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ (ПРОСКУРНЯК)

В медицинской практике и в народной медицине как отхаркивающее средство используется корень алтея. Применяется алтей чаще всего при воспалительных заболеваниях дыхательных путей в виде настоя (1:20), приготовляемого холодным способом и в составе различных сборов. В корнях алтея содержатся: слизистые вещества — до 35%; крахмал — до 37%; аспарагин, дентаин, сахароза, пектиновые вещества, жирное масло — до 10%. В листьях и цветах — твердое эфирное масло. В основном за счет слизи алтей обладает противовоспалительным, смягчительным и отхаркивающим действием. Благодаря наличию большого количества слизи алтей замедляет всасывание одновременно назначаемых с ним веществ и таким образом продлевает их действие. В народной медицине настой из корня растения считают очень хорошим средством при болях в кишечнике и при воспалении мочевого пузыря. Наружно настой употребляют для полоскания горла, промывания глаз, припарок и для клизм при поносах; в остальном применение такое же, как в научной медицине.

Из корня алтея готовят настой холодным способом: 20—30 г измельченного корня залить стаканом холодной воды, настоять 8—10 часов. Применять по две столовые ложки 4—5 раз в день.

### АНИС ОБЫКНОВЕННЫЙ

Лекарственным сырьем являются плоды. Действующим началом плодов аниса является эфирное масло, в состав которого входят анетол, анисовый альдегид, анисовый кетон, метилховекол, анисовая кислота. Кроме эфирного масла, семена содержат и жирное масло. Анис давно применяется в медицине как отхаркивающее и слабодезинфицирующее, а также повышающее двигательную, секреторную функцию желудочно-кишечного тракта и как ветрогонное средство. В народной медицине, помимо этого, анис употребляется для повышения отделения молока у кормящих женщин, как мочегонное, желчегонное и общевозбуждающее средство. Анис

рекомендуют при болезненных менструациях, поносах и кишечных кровотечениях, а в смеси с яичным белком наружно — для лечения ожогов. Используют анис в виде нашатырно-анисовых капель, анисового масла, сиропа, отваров и настоев из плодов. Плоды входят в состав слабительных и грудных сборов.

Одну чайную ложку плодов толченого аниса заварить стаканом кипятка, настоять 20 — 30 минут и пить после процеживания перед едой 3—4 раза в день по четверти стакана.

### АСТРАГАЛ ПУШИСТОЦВЕТКОВЫЙ

В качестве лекарственного сырья применяется надземная часть астрагала пушистоцветкового, собранная во время цветения, сок выступающий из естественных трещин и надрезов ствола кустарника.

В траве астрагала пушистоцветкового содержатся в относительно большом количестве железо, кальций, алюминий, фосфор, магний и натрий, в умеренном количестве — барий, кремний, стронций, молибден, ванадий, марганец, полисахариды — бассорин (60%) и арабин (3—10%); крахмал, сахара.

В медицинской практике настой астрагала с успехом применяется при хронической сердечной недостаточности, сопровождающейся тахикардией, венозным полнокровием внутренних органов и отеками, а также при лечении стенокардии, гипертонической болезни и сосудистых заболеваниях почек. В результате лечения отмечается увеличение скорости кровотока, исчезновение тахикардии, нормализация артериального давления, улучшение наполнения пульса, понижение венозного давления, увеличение диуреза, сопровождающееся уменьшением отеков. Кроме того, астрагал пушистоцветковый можно применять для лечения сердечно-сосудистой недостаточности, сопровождающейся нарушением коронарного кровообращения и приступами стенокардии. Под влиянием астрагала у таких больных ослабевают и вскоре проходят загрудинные боли.

Назначают астрагал в виде настоя внутрь по 1—2 столовые ложки 3—4 раза в день.

### АИР БОЛОТНЫЙ (ИРНЫЙ КОРЕНЬ)

Лекарственным сырьем являются корневища. В корневищах аира содержатся эфирное масло, состоящее из пинена, камфена, камфоры, борнеола, ангенола и др.; гликозид акорон, алкалоид калямен, аскорбиновая кислота, дубильные вещества, слизь, крах-

мал, фитонциды. В листьях аира обнаружены эфирное масло и дубильные вещества.

В медицине аир применяется как горечь для возбуждения аппетита, улучшения пищеварения, лучшего отхождения газов из кишечника; для тонизирования центральной нервной системы при ее угнетении, как отхаркивающее, иногда как желчегонное и мочегонное средство. Корневище аира используется для приготовления ароматических ванн и обмываний, входит в ароматический сбор.

Применяется аир в виде отвара, настоя, настойки, экстракта, порошка. Он входит в состав горькой настойки и желудочного сбора.

Отвар корня (1:20) по 2 столовые ложки 2—3 раза в день.

### АЛОЭ ДРЕВОВИДНОЕ

В качестве лекарственного сырья используются листья алоэ.

Из листьев алоэ получают сабур — это выпаренный, сгущенный и затвердевший сок листьев (порошок или куски темно-коричневого цвета), горького вкуса и своеобразного запаха.

В состав сабура входят алонины, представляющие собой смеси антраглюкозы, которые при расщеплении образуют эмодин (триоксиметилантрахинон) и сахар арабинозу. Кроме того, сабур содержит смолу, эфирное масло и некоторые другие вещества.

Действующие начала сабура способны вызвать усиление перистальтики толстых кишок, поэтому алоэ издавна применяется в качестве слабительного средства. Слабительное действие наступает через 8—10 часов после приема.

Для расщепления антраглюкозидов алоэ необходимо наличие желчи в кишечнике, поэтому не следует применять препараты сабура больным с заболеванием печени и желчного пузыря. Противопоказан сабур при маточных кровотечениях, геморрое, цистите и беременности (из-за прилива крови к органам малого таза).

В медицинской практике назначают препарат сабура чаще всего при хронических запорах внутрь в виде порошка (0,05—0,2 г на прием), сухого и густого экстракта в таблетках (0,02—0,1 г), а также настойки сабура (20 капель на прием).

Сок алоэ в малых дозах применяется как средство, возбуждающее аппетит.

Сок, консервированный спиртом, рекомендуют назначать при анацидном гастрите и колите по 1 чайной ложке 2 раза в день за полчаса до еды.

Из листьев алоэ готовится экстракт для подкожных инъекций.

Применяют такой экстракт в виде инъекций по 1 мл подкожно при различных заболеваниях глаз (конъюнктивитах, блефаритах, кератитах, иритах и т. д.) бронхиальной астме, при язвенной болез-

леваниях женских половых органов, воспалительных заболеваниях периферической нервной системы, бронхитах, пневмониях.

Местно применяются сок из листьев и мазь из сока алоэ при острых и хронических заболеваниях кожи, при незаживающих язвах, ранах, ожогах, лечении ожогов от рентгеновских лучей и дерматитов, при хронических гастритах и запорах.

### АРАЛИЯ МАНЬЧЖУРСКАЯ

Лекарственным сырьем являются корни растения. В своем составе они содержат следы алкалоидов, эфирные масла (0,05%), сапонины, гликозиды.

Препараты аралии маньчжурской оказывают стимулирующее действие на центральную нервную систему. Показаниями для назначения служат гипотоническая болезнь, астенические и депрессивные состояния.

Применяют в виде настойки внутрь каплями.

При длительном введении препарата возникают осложнения, проявляющиеся в виде неприятных ощущений со стороны сердца и ухудшения общего самочувствия.

Противопоказания — повышенная возбудимость нервной системы, бессонница, гипертоническая болезнь.

Настойку аралии принимают по 30—40 капель 3 раза в день.

### БАГУЛЬНИК БОЛОТНЫЙ

Во всех частях растения, за исключением корней, содержится эфирное масло, которое обуславливает резкий запах багульника. В состав эфирного масла входят: ледол, полустрол,  $\pi$ -цимол, гераниланетат, бициклический спирт и углеводороды. В листьях, кроме эфирного масла, обнаружены арбутин и дубильные вещества. Ледол и эфирное масло обладают значительным раздражающим действием и могут вызывать воспаление слизистой оболочки желудочно-кишечного тракта. Основное их действие сводится к способности расширять сосуды и понижать кровяное давление, они также обладают выраженным отхаркивающим действием. Эфирное масло, ледол и сок из листьев багульника губительно действуют на некоторые микробы (золотистый стафилококк), простейших.

В медицинской практике настой из листьев багульника применяется внутрь как отхаркивающее при острых и хронических бронхитах, бронхиальной астме, а также при спастических состояниях кишечника. Настой из листьев при употреблении внутрь оказыва-

ет общеуспокаивающее и наркотическое действие. Элеонтеи и стереоптеи (жидкая часть эфирного масла) в виде 10% масляного раствора с успехом применяется при лечении острых ринитов и гриппа (капли в нос). В народной медицине багульник применяется в виде чая при простуде, коклюше, золотухе, бронхиальной астме, ревматизме, подагре, мокнувшей экземе, а также в качестве потогонного, мочегонного и успокаивающего средства.

2—3 столовые ложки травы заварить одним литром кипятка. Настоять 20—30 минут, процедить и принимать по полстакана 5—7 раз в день. Детям — по одной чайной ложке 3—4 раза в день.

### БЕРЕЗА БОРОДАВЧАТАЯ

Лекарственным сырьем являются набухшие, но нераспустившиеся смолистые почки и листья. Собираются почки ранней весной в период набухания, но обязательно до распускания.

Почки березы содержат эфирное масло, смолу, дубильные вещества, сапонины, бетулоретиновую кислоту.

Листья содержат каротин и аскорбиновую кислоту; березовый сок—сахар (левулезу). Кроме того, установлено, что листья и почки березы обладают фитонцидными свойствами.

В медицинской практике применяют настой листьев березы (1:10), который обладает мочегонным действием, а отвар из почек — мочегонным и желчегонным действием. При назначении отвара из березовых почек следует учитывать возможность раздражения почек смолистым веществом. Спиртовую настойку из почек березы (1:10) рекомендуют применять наружно при вялопротекающих грануляциях, плохо заживающих ранах, ссадинах и пролежнях. Горячие ванны с добавлением настойки из почек рекомендуется употреблять при лечении острых и хронических экзем.

Березовый деготь (готовят из бересты) применяют для лечения кожных заболеваний (чесотка, экзема, чешуйчатый лишай и др.) в виде 10—30% мазей, линиментов. Как составная часть березовый деготь входит в состав мази Вишневского (для лечения ран) и мази Вилькинсона (для лечения чесотки).

Березовый уголь получают прокаливанием древесины, употребляют в размельченном виде как адсорбирующее при острых отравлениях (30 г), в виде водной взвеси, а также при метеоризме (0,5—2 г на прием).

В народной медицине применяют почки, листья и сок березы. Из березовых почек готовят настойку на спирту и употребляют при болях в желудке, язвенной болезни, а также при отеках и как глистогонное (при острицах и аскаридах). Наружно настойку рекомендуют для лечения ран и для втираний при ревматизме. Вместо на-

стойки можно употреблять отвар из березовых почек. Весенний сок березы (получают из надрезов ствола) применяют внутрь при подагре, ревматизме, цинге, а также при отеках. Наружно рекомендуется употреблять при экземе. Сок березы является приятным освежающим напитком.

1 чайную ложку березовых почек заварить 1/2 стакана кипятка, принимать в течение дня.

### БЕССМЕРТНИК ПЕСЧАНЫЙ (ЦМИН ПЕСЧАНЫЙ)

В цветочных корзинах цмина содержатся эфирное масло, стероидные соединения, красящие, дубильные вещества, витамин С и каротин. В траве найдены эфирное масло, витамин С и каротин, дубильные вещества.

В медицинской практике применяются соцветия в виде отвара, сбора (чай), настойки, сухого концентрата — фламина и жидкого экстракта при холециститах, гепатитах, холангитах как желчегонное средство. Препараты бессмертника увеличивают желчевыделение, уменьшают концентрацию желчных кислот и содержание билирубина в желчи, изменяют соотношение холестерина и желчных кислот; увеличивая количество последних, повышают тонус желчного пузыря, стимулируют секреторную функцию поджелудочной железы и желудка, увеличивают диурез.

В народной медицине отвар из трав и цветков бессмертника применяют для лечения различных заболеваний печени (как желчегонное), мочевого пузыря и мочевыводящих путей — как мочегонное, а также используют при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Кроме указанного, бессмертник используется в качестве противоглистного средства (аскариды) и как кровоостанавливающее. Отвар из цветков и спиртовой экстракт из травы употребляют наружно при лечении некоторых кожных заболеваний.

2—3 столовые ложки заварить 2 стаканами кипятка, настоять в течение 30 минут, принимать по 1/2 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

### БОЯРЫШНИК КРОВАВО-КРАСНЫЙ

Лекарственным сырьем служат цветки, собранные в начале цветения (когда часть цветков еще не распустилась), и плоды без плодоножек, собранные в период полного созревания.

Боярышник содержит в плодах кислоты: урсоловую, олеановую, хлорогеновую, кофейную, лимонную, винно-каменную и аскорбиновую; каротин, гиперозид (гиперин), дубильные вещества, сор-



бит, холин, ацетилхолин, жирное масло и сахара. В семенах обнаружены жирное масло, амигдалин и гиперозид. В цветках—кофейная и хлорогеновая кислоты, гиперозид, кверцитин, ацетилхолин, холин и триметиламин.

В листьях боярышника обнаружены кислоты: кратеголовая, хлорогеновая и урсоловая, кверцитин, рамнозид витексина, витексин, эфирное масло. В коре — гликозид эскулин (кратегин).

Действующие начала боярышника, понижая возбудимость сердечной мышцы, способствуют повышению ее сократимости, улучшают коронарное и мозговое кровообращение, снимают тахикардию и аритмию, устраняют тягостные ощущения в области сердца.

Применяют препараты боярышника при вегетоневрозах с явлениями расстройства кровообращения, при нарушениях ритма сердечной деятельности (тахикардии) и гипертонической болезни. Препараты боярышника понижают возбудимость центральной нервной системы, ведут к понижению кровяного давления в начальных формах гипертонической болезни, помогают при бессоннице, особенно у сердечных больных, и гипертиреозе, а все это вместе ведет к улучшению общего состояния больных.

Назначают внутрь в виде экстракта, настойки, каплями или в составе сборов.

Препараты: настойка из цветов, настоек и жидкий экстракт из плодов, экстракт (входит в состав кардиовалена).

В народной медицине применение такое же, как и в научной медицине.

Употребляют боярышник в виде настоя из цветков из расчета 3 столовые ложки на 3 стакана кипятка и принимают по стакану 3 раза в день при сердечных заболеваниях, головокружении, удушье, в начале климактерического периода.

Рекомендуют сок из свежих цветков (смешав его с двойным количеством 90% спирта и дав настояться в течение 15 дней) по 40 капель на столовую ложку воды 3 раза в день.

Целебным считается и чай, заваренный из плодов боярышника.

## БРУСНИКА

Лекарственным сырьем являются листья и зрелые ягоды. Листья собираются до цветения или ранней весной из-под снега. Ягоды—по мере созревания. Сушится сырье в затемненном помещении.

В листьях брусники содержатся гликозиды: арбутин (5—7%), флавонол (0,5—0,6%), гидрохинон, эрицинол и эриколин, много дубильных веществ (14—15%), галловая, эллаговая, хинная и винно-каменная кислоты, витамин С.

Зрелые ягоды брусники содержат до 7% сахаров (преимущественно глюкозу и фруктозу), лимонную, яблочную и бензойную кислоты, небольшое количество винной кислоты, дубильные вещества, гликозиды арбутин и вакцин, много клетчатки, витамин С и следы каротина. Брусника отличается высоким содержанием марганца — 0,4% от веса золы.

Брусника имеет разнообразное применение. Листья брусники действуют подобно листьям толокнянки и обладают мочегонным, антисептическим, вяжущим свойствами. Настои и отвары из листьев брусники готовятся из расчета 1:10 и применяются в качестве мочегонного по 1 столовой ложке 3—4 раза в день. Листья брусники входят в состав мочегонных сборов.

Зрелые ягоды брусники в сыром виде широко употребляют в качестве противоглистного и противогрибкового средства.

В народной медицине листья брусники используют для лечения почечно-каменной болезни, при камнях желчного пузыря, гастритах с недостаточной кислотностью, болезнях печени, при затянном суставном ревматизме, ночном недержании мочи. Отвар готовится из расчета 20—30 г листьев на 3 стакана кипятка, кипятят 10 минут, затем процеживают и принимают все количество в течение дня в 3 приема. При ночном недержании мочи в народе считают полезным применять смесь ягод и листьев брусники с добавлением двух ложек травы зверобоя. Смесь заваривают 3 стаканами кипятка, кипятят 10 минут, процеживают и принимают по 1 стакану 3 раза, начиная со второй половины дня. Последний стакан принимается перед сном.

Водный настой ягод брусники считается хорошим прохладительным напитком, утоляет жажду и дается лихорадящим больным. Брусничная вода обладает легким слабительным свойством. Вареную с медом бруснику рекомендуют при туберкулезе легких, кровохаркании.

Свежая, моченая и вареная брусника применяется при катаре желудка с пониженной кислотностью, поносах, ревматизме, подагре. Ягоды брусники действуют как сильное мочегонное и даже в больших дозах не оказывают вредного действия на почки.

1 столовую ложку листьев залить стаканом кипятка, настоять в течение 1/2 часа, принимать по 1 столовой ложке 4 раза в день.

## БУЗИНА ЧЕРНАЯ

Лекарственным сырьем являются соцветия и плоды, высушенные в печах и сушилках.

В соцветиях бузины содержатся слизистые вещества, яблочная, уксусная и валериановая кислоты, парафиноподобное вещество,

твердое эфирное масло, терпен и гликозид, обладающий потогонным действием, имеются указания о содержании рутина.

В плодах бузины находится 2,8% глюкозы; 2,5% фруктозы; 1,1% свободных кислот (главным образом, яблочная) и 0,31% дубильных веществ. Незрелые плоды и листья бузины содержат ядовитый гликозид самбунигрин (распадается на синильную кислоту и бензальдегид). Высушенные листья содержат провитамин А.

Цветы, цветочные почки и высушенные ягоды бузины в медицинской практике применяют в виде настоя (1:10).

Настой или чай из цветков бузины (1 столовую ложку цветов на стакан кипятка, настаивать 20 минут, затем процедить) назначают по 1/4 стакана за 15 минут до еды 3—4 раза в день как мочегонное, потогонное и вяжущее средство. Настой из высушенных ягод бузины (1:10) улучшает желчевыделение, усиливает диурез, способствует продвижению содержимого кишечника.

Рекомендуются препараты бузины при ларингитах, бронхитах, гриппе, невралгиях, а также при заболеваниях почек и мочевого пузыря; кроме того, употребляются для полоскания полости рта, как противовоспалительное.

Соцветия бузины входят в состав потогонных, слабительных и мочегонных сборов. Из высушенных ягод бузины готовят кисели, которые употребляют как слабительное средство.

В народной медицине цветы употребляются в качестве потогонного, жаропонижающего, а также мочегонного средства. Отвар из цветков бузины рекомендуется при простудных заболеваниях, а также при ревматизме, подагре. Ягоды в свежем виде употребляют при ревматизме, невралгиях.

При ревматизме и подагре рекомендуется делать горячие обkladyвания из мешочков, наполненных смесью цветов бузины и ромашки (поровну), облитых кипятком. Молодые весенние листочки бузины варят в меду и употребляют как слабительное при хронических запорах. Отвар из корней бузины рекомендуется при диабете, болезнях почек и отеках. Молодые листья, отваренные в молоке, рекомендуется прикладывать к воспаленным местам (ожоги, опухоли, геморроидальные узлы и др.).

По 1 столовой ложке листьев на 1 стакан кипятка, настоять 20 минут, процедить, принимать 1/4 стакана 3—4 раза в день.

### ВАСИЛЕК СИНИЙ

Лекарственным сырьем являются краевые воронковидные цветки. Сбор цветков производится в период полного цветения. Цветки выдергивают из сорванных корзинок и немедленно сушат в темном, хорошо проветриваемом помещении.

В цветках василька содержатся горький гликозид centaурин (кницин), цианин (красящее вещество) и др.

В медицинской практике цветки применяются в виде настоя или как легкое мочегонное и желчегонное средство: 1 чайную ложку цветов заварить стаканом кипятка, настоять 20 минут, охладить и процедить. Принимать по 1/4 стакана за 20 минут до еды 3 раза в день. Кроме того, цветы василька входят в состав мочегонного чая.

В народной медицине цветки василька применяются как противолихорадочное (жаропонижающее) средство, а также при болезнях почек, мочевого пузыря и в виде примочек при заболеваниях глаз.

1 чайную ложку листьев заварить стаканом кипящей воды, настоять (мочегонное), принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

### ВАЛЕРИАНА ЛЕКАРСТВЕННАЯ (МАУН)

Лекарственным сырьем являются корневища с корнями, собранные осенью или ранней весной.

Корни и корневища валерианы содержат эфирное масло, главной составной частью которого является борнил-изовалерианат (валериано-борнеоловый эфир).

В состав масла также входят: изовалериановая кислота, борнеол, 1-миртенол и его изовалериановый эфир, 1-камфен- $\alpha$ -пинен, терпинеол, 1-лимонен, сесквитерпен, борнеоловые эфиры муравьиной, уксусной и масляной кислот, алкалоиды валерин и хатинин. Имеются летучие основания, пиррил- $\alpha$ -метилкетон, гликозид валерид, дубильные вещества.

Валериана принадлежит к числу популярнейших лекарственных средств. Препараты валерианы оказывают регулирующее влияние на нервную систему, способствуют расширению коронарных сосудов, обладают спазмолитическим действием, нормализуют кровообращение, несколько усиливают моторную функцию кишечника и подавляют броодильные процессы в нем.

Назначается валериана как успокаивающее средство при нервном возбуждении, бессоннице, неврозах сердечно-сосудистой системы, при спастических состояниях желудочно-кишечного тракта.

Валериана применяется в виде настоя из корня или корневища (1:30), настоек (спиртовых и эфирных) и экстрактов. Корни и корневища валерианы входят в состав различных сборов (ветрогонного, желчегонного, общеуспокаивающего действия).

Раньше рекомендовали давать валериану в виде чая: 8 — 10 г измельченного корня следует с вечера заварить крутым кипятком. Чтобы не улетучились эфирные масла, надо закрыть стакан

блюдем так, чтобы донышко окунулось в настой (для достижения герметичности). Содержимое стакана должно быть выпито в течение следующего дня.

Благоприятным лечебным действием валериана обладает при лечении заболеваний с повышенной функцией щитовидной железы.

Настойка валерианы входит в состав капель Зеленина, а эфир бромизовалериановой кислоты содержится в валокордине. Эти препараты широко применяются в комплексе средств для лечения сердечно-сосудистых заболеваний.

В народной медицине валериана используется как ветрогонное, способствующее пищеварению и как противоглистное средство.

Маленьким детям при болях в животе дают по чайной ложке ежечасно водный настой валерианового корня.

### ГОРИЦВЕТ ВЕСЕННИЙ (АДОНИС, ЧЕРНОГОРКА)

Лекарственным сырьем является вся надземная олиственная часть, собранная во время цветения и плодоношения растения.

Действующими началами весеннего горницета являются сердечные гликозиды (цимарин и адонитоксин) и сапонины.

Применяют весенний горнецвет как средство, регулирующее сердечную деятельность, а также как общеседативное и мочегонное средство. В отличие от препаратов наперстянки гликозиды весеннего горницета не кумулируют, что позволяет проводить лечение больных препаратами весеннего горницета в амбулаторных условиях.

Назначают препараты весеннего горницета внутрь в виде настоя (1:30) или в составе микстур столовыми ложками.

Назначение препаратов весеннего горницета производится исключительно по указанию врача и под его наблюдением.

### ГОРЕЦ ПОЧЕЧУЙНЫЙ (ПОЧЕЧУЙНАЯ ТРАВА)

Лекарственным сырьем является надземная часть — трава, собираемая во время цветения и высушенная в тени или в сушилке.

В траве растения содержатся танин, яблочная, уксусная, галловая кислоты, эфирное масло, пектин, флавоноиды: гиперозид, авикулярин, кверцитин, витамины С и К, слизь, воск, флорафен, фитостерин, сахар, оксалат кальция.

В научной медицине применяется как нежное слабительное при атонических и спастических запорах, как кровоостанавливающее при геморроидальных, маточных кровотечениях. Это применение находит подтверждение в опытах, которыми установлено, что

препараты из почечуйной травы повышают свертываемость крови, тонус матки и кишечника, суживают сосуды, не повышая при этом артериального давления, усиливают деятельность сердца.

В народной медицине препараты горца употребляют при геморрое, как мочегонное и болеутоляющее средство.

Препараты: настой, жидкий экстракт.

По 1 столовой ложке (настой травы 1:10) 3 раза в день.

### ГРЕЧИХА ПОСЕВНАЯ

Лекарственным сырьем являются верхушки цветущих олиственных стеблей — трава и семена.

В траве обнаружены: гликозид рутин, хлорогеновая, галловая, протокатехиновая и кофейная кислоты. В семенах содержатся крахмал (до 67%), жирные масла, лимонная и яблочная кислоты. Из цветков выделен фагопирин.

Листья и цветы гречихи посевной применяются в фармацевтической промышленности для производства препаратов рутина, урутина, рутамина. Рутин относится к группе витамина Р (уменьшает хрупкость и проницаемость капилляров). Применяется при тех же показаниях, что и витамин Р: лечении гипо- и авитаминозов Р, лечения и для профилактики кровоизлияния в мозг, сердце, сетчатку глаза, при наклонности к кровоизлияниям в кожу и слизистую оболочку (геморрагические диатезы), при гипертонической болезни, совместно с препаратами, снижающими кровяное давление, при лечении ревматизма, скарлатины, кори, сыпного тифа, а также для профилактики и лечения поражения сосудов, связанных с применением антикоагулянтов (дикумарин), салицилатов, мышьяковистых соединений, рентгено- и радиотерапии, и при лучевой болезни.

Дозы и продолжительность лечения индивидуальны и зависят от клинической картины и результатов определения проницаемости капилляров. Одновременно с рутином рекомендуется назначать аскорбиновую кислоту (по 50 мг).

Выпускается в форме порошка и таблеток по 0,02 г.

Рутин противопоказан при повышенной свертываемости крови.

В народной медицине применяют цветы, листья гречихи и просеянную через мелкое сито муку. Настой из цветков гречихи (40 г на 1 л воды) рекомендуется в качестве отхаркивающего средства при сухом кашле.

Очищенные плоды гречихи (гречневая крупа) благодаря содержанию в них железа, кальция, фосфора, лимонной и яблочной кислот, а также витаминов В<sub>1</sub>, В<sub>2</sub> и белков, легко усваиваемых организмом, являются ценным диетическим продуктом.

## ГРЫЖНИК ГОЛЫЙ

Лекарственным сырьем является трава. Трава собирается во время цветения, сушится в тени на открытом воздухе или под крышей.

Трава грыжника содержит сапонинообразный гликозид герниарин, расщепляющийся на сахар и герниаровую кислоту; герниарисапонин, распадающийся при гидролизе на сахар и оксисапонин и обладающий выраженным гемолитическим действием; алкалоид паронихин, метиловый эфир умбеллиферона, кумарин и эфирное масло.

Применяется грыжник в народной медицине многих стран. Его считают специфическим средством при лечении острых воспалительных процессов мочевого пузыря, спазмах мочевого пузыря. Широко используют грыжник как мочегонное, применяют его при всех заболеваниях почек, особенно при остром нефрите, непроизвольном мочеиспускании, водянке, ревматизме, артритах, подагре, гонорейных воспалениях мочевыводящих путей и других заболеваниях.

В народе рекомендуют принимать грыжник при мышечных болях после тяжелой физической работы. Применяется грыжник в форме настоя. Настой готовится из расчета 1:10 и употребляется по 1 столовой ложке 3—4 раза в день.

## ГОРЕЦ ПТИЧИЙ (СПОРЫШ)

Лекарственным сырьем является трава. В траве спорыша содержатся флавоноиды (аквиларин, кверцитин, изометин, миррицетин, кемпферол и лютеолин), в листьях — в небольшом количестве дубильные вещества (0,35%), витамин С (700—800 мг%), каротин (до 4,5 мг%), в корнях обнаружены антрагликозиды.

Трава горца птичьего (спорыша) применяется в виде настоя в качестве противовоспалительного средства, способствующего отхождению конкрементов при камнях в почках и в мочевом пузыре.

## ДЕВЯСИЛ ВЫСОКИЙ

Лекарственным сырьем является корневище с корнями. Корневища собирают осенью, очищают от земли, промывают в холодной воде, нарезают на кусочки, высушивают в хорошо проветриваемом помещении.

Действующими началами девясила являются инулин, геленин, эфирное масло, содержащее алантолактон и изоалантолактон, а также горькие вещества, полисахариды и сапонины.

Препараты из девясила применяются в основном как отхаркивающее и мочегонное средство. Кроме того, они обладают желчегонным и противомикробным действием. Назначается девясил в виде отваров и сборов в сочетании с другими растениями аналогичного действия.

В народной медицине девясил применяется как маточное кровоостанавливающее, противоглистное средство. Кроме того, препараты девясила используются наружно при различных кожных заболеваниях (чесотка, экзема, нейродермиты), сопровождающихся кожным зудом.

Одну столовую ложку измельченного корня (корневища) девясила кипятить в течение 30—40 минут в одном стакане воды. Процедить в теплом виде и принимать по одной столовой ложке три раза в день.

## ДУШИЦА ОБЫКНОВЕННАЯ

Лекарственным сырьем является трава, собранная во время цветения. Сушится трава на воздухе, в тени или в сушилках.

Сухая трава душицы содержит от 0,12 до 0,7% эфирного масла. Эфирное масло является основным действующим началом растения и содержит в своем составе тимол, бициклические сесквитерпены, сводные спирты, геранилацетат и дубильные вещества.

Лечебное применение душицы основано на ее способности усиливать секрецию пищеварительных, бронхиальных и потовых желез, перистальтику кишечника и оказывать некоторое обезболивающее и дезодорирующее действие.

Употребляют душицу в форме настоев и отваров наружно и внутрь. Настои и отвары готовятся из расчета 1:10. Внутри назначают душицу при атонии кишечника, при понижении секреции пищеварительных желез, а также как потогонное и отхаркивающее. Душица входит в состав грудного и потогонного сборов.

Наружно для полосканий настоем из травы душицы применяют при воспалении слизистой ротовой полости, глотки, зева; при этом отмечается уменьшение болезненности. Трава душицы употребляется для ароматических ванн.

Эфирное масло душицы, известное под названием хмельного масла, употребляется только наружно. Оно широко применяется в парфюмерной промышленности в качестве ароматического вещества, так как имеет сильный и приятный запах.

Раньше эфирное масло душицы было излюбленным средством против зубной боли, его закапывали в дупло больного зуба.

В народной медицине душица издавна известна как лекарственное растение. Ее широко применяют при разнообразных заболеваниях.

Настои травы душицы, приготовленные из расчета 30 г листьев на 1 литр кипятка, пьют при вялой перистальтике кишечника, нарушении моторной функции желудка.

Настои и отвары душицы можно приготовить также из расчета 1:10 и 1:15 и принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день при бессоннице, депрессивном состоянии, простудных заболеваниях, болезнях горла, золотухе.

Наружно в виде сухих (порошок из травы) и влажных компрессов душицу применяют при золотухе, фурункулах, нарывах, различного рода сыпях. Теплым отваром травы моют голову при головной боли. После мытья рекомендуется обвязать голову платком.

2 чайные ложки сбора залить стаканом кипятка, настоять в течение 20 минут, процедить и пить по 1/2 стакана 3—4 раза в день.

### ДЯГИЛЬ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

Лекарственным сырьем является корневище вместе с корнями. Корни и корневище дягиля содержат смолы (до 60%), эфирное масло (до 1%), воск, дубильные и горькие вещества, валериановую, ангеликовую и уксусную кислоты, а также в небольшом количестве гидрокаротин (ангелицин), крахмал и сахар, в плодах содержится жирное масло (до 20%).

В медицинской практике корни и корневища дягиля в настоящее время применяются в виде настоя (1:10) как средство, усиливающее выделение желчи и других пищеварительных соков, а также как мочегонное средство. Корни и корневища дягиля входят в состав мочегонного сбора. Имеются указания о тонизирующем действии дягиля на сердечно-сосудистую и центральную нервную системы.

В народной медицине дягиль рекомендуется при расстройстве пищеварения, отсутствии аппетита, атонии кишечника, метеоризме. Кроме того, применяется в качестве мочегонного, потогонного и отхаркивающего средства, а также как общетонизирующее при нервном расстройстве и других заболеваниях нервной системы (при истерии, эпилепсии, бессоннице). Наружно рекомендуется в виде настойки на спирту для пачирианий при подагре, ревматизме, болях в пояснице.

15—20 г измельченных корней на 200 мл воды. Принимать в виде настоя 1 столовую ложку 3 раза в день.

### ДУБ ОБЫКНОВЕННЫЙ, ЛЕТНИЙ, ЧЕРЕШЧАТЫЙ

Лекарственным сырьем является кора.

Главное действующее начало — дубильные вещества, содержащиеся в количестве до 20% в различных частях растения и в основном определяющие практическое использование лекарственного сырья.

Кроме того, в коре дуба содержатся белковые вещества, крахмал, кверцитин и леулиин.

Действие препаратов из различных частей растений сводится к вяжущему и противовоспалительному эффекту, основанному на способности дубильных веществ уплотнять клеточные мембраны.

Применяют отвар из коры дуба как противовоспалительное средство в виде полосканий при стоматитах, гингивитах, хронических тонзиллитах, фарингитах и внутрь при желудочных и кишечных кровотечениях как кровоостанавливающее; кроме того, применяют в комплексе лечения ожогов, кожных заболеваний, сопровождающихся обильной экссудацией, при чрезмерной потливости ног, а также при воспалительных заболеваниях урогенитальной сферы (в виде спринцеваний).

Широкое применение коры дуба в народной медицине основано на вяжущем и противовоспалительном действии.

Отвар коры дуба (1:10) рекомендуется для полосканий полости рта (при стоматитах).

### ЖЕЛТУШНИК СЕРОВАТЫЙ

Лекарственным сырьем является трава, лучше только верхняя ее часть без грубых нижних стеблей, собранная в период бутонизации и цветения.

В траве желтушника содержатся сердечные гликозиды, которые по эффекту действия на организм аналогичны строфантину.

Используют препараты желтушника как средство неотложной помощи при расстройстве функций сердечно-сосудистой системы. Препараты желтушника способствуют нормализации функций нервно-мышечной системы сердца, гемодинамики. Препараты желтушника в организме не кумулируют, но в силу большой биологической активности требуют осторожности при назначении. Сохраняются под замком (список А) в защищенном от света месте.

Нашей промышленностью выпускаются препараты различных видов желтушника.

Кроме того, сок из свежей травы желтушника входит в состав широко употребляемого при сердечных заболеваниях препарата — кардиовалена.

Вытяжка из желтушника применяется внутрь каплями. Применяются препараты желтушника только по назначению врача.

## ЖЕНЬШЕНЬ (КОРЕНЬ-ЧЕЛОВЕК)

Лекарственным сырьем является корень растений в возрасте не ранее 5 лет.

Корень женьшеня содержит ряд физиологически активных веществ. В частности, в его состав входят гликозиды панаксапониин, панаквилон, панаксозиды А и В, гинзенин, относящийся, по-видимому, также к гликозидам, панаксовая кислота (смесь пальмитиновой, стеариновой, олеиновой и линолевой кислот), небольшое количество алкалоидов неизученного состава, летучее эфирное масло, называемое панаценом, витамины В<sub>1</sub> и В<sub>6</sub>, аскорбиновая кислота, фосфорная кислота, железо, марганец. Кроме того, корень содержит смолистые вещества, крахмал, жирное масло, фитостерин, пектиновые вещества, тростниковый сахар.

Действие препаратов корня женьшеня на организм многосторонне. Женьшень считают средством, активно влияющим на нервную систему, эндокринный аппарат, обмен веществ, сердечно-сосудистую систему, дыхание, мочеотделение.

Согласно экспериментальным данным действие женьшеня на организм обусловлено его стимулирующим влиянием на кору и подкорковые образования головного мозга.

Женьшень повышает силу и подвижность основных корковых процессов, усиливает положительные условные рефлексы, облегчает выработку условных рефлексов и упрочняет дифференцировку.

Установлено, что препараты из корня женьшеня благоприятно влияют на картину крови: увеличивают газообмен, стимулируют тканевое дыхание (особенно мозга), увеличивают амплитуду и снижают частоту сокращения сердца, ускоряют заживление ран и язв. Экстракт женьшеня, принятый внутрь, увеличивает секрецию желчи, концентрацию в ней билирубина и желчных кислот; повышает светочувствительность человеческого глаза в процессе адаптации в темноте. Женьшень, вводимый профилактически, повышает сопротивляемость экспериментальных животных к лучевым воздействиям.

Благоприятное действие женьшеня на организм объясняется содержанием в нем биологически активных веществ. Так, гликозиду панаксапониину приписывают возбуждающее действие, этот гликозид обладает также свойством тонизировать сердце и сосуды. Панаксовая кислота активно влияет на обмен веществ. Панацен обладает болеутоляющим и успокаивающим нервные центры дей-

ствием. Панаквилон стимулирует эндокринный аппарат. Гензенин регулирует углеводный обмен и вызывает снижение уровня сахара в крови и увеличение образования гликогена.

Прием препаратов корня женьшеня сопровождается увеличением физической, умственной работоспособности, повышением веса тела, улучшением самочувствия, сна, аппетита, настроения. В отличие от других стимуляторов типа фенамина при приеме женьшеня отрицательные последствия отсутствуют.

В научной медицине женьшень применяют как тонизирующее средство при гипотонии, физической и умственной усталости, пониженной работоспособности, ухудшении аппетита, функциональных нарушениях сердечно-сосудистой системы, расстройстве половых функций, особенно при гипофункции половых желез, диабете, невропсихических заболеваниях функционального характера, как-то: неврозах, неврастении, психастении. Препараты женьшеня показаны также при хронических гипо- и ацидных гастритах. Прием препаратов женьшеня способствует более быстрому восстановлению функционального состояния печени при болезни Боткина.

При приеме препаратов женьшеня нужно помнить, что указанные дозы являются средними и в зависимости от индивидуальных особенностей больного и характера заболевания могут быть увеличены или уменьшены.

Противопоказанием к применению препаратов корня женьшеня является повышенное артериальное давление. Китайские врачи не рекомендуют назначать женьшень во время летней жары и детям до 16 лет.

В медицине восточных стран женьшень считается универсальным лечебным средством. Древнейшая китайская медицина считает его «корнем жизни» и «сосудом мира», восстанавливающим больным утраченное здоровье. Корню женьшеня приписывают способность продлять жизнь и молодость, в силу чего некоторые рекомендуют применять женьшень здоровым лицам, начиная с 40-летнего возраста. Китайские врачи считают, что женьшень повышает иммунобиологические свойства организма и при длительном применении действует противовоспалительно. В народной медицине Китая женьшень применяют в сочетании с другими средствами при лечении туберкулеза, ревматизма, диабета и в качестве отхаркивающего при некоторых заболеваниях бронхов, при ночных изнуряющих потах, кровохаркании, малокровии, истерии, общем упадке сил и многих других заболеваниях.

В СССР допущены к применению 10-процентная спиртовая настойка и порошок из корня женьшеня.

Назначают препараты женьшеня внутрь до еды. Настойку принимают по 15—25 капель 3 раза в день, порошок по 0,25—0,32 г тоже 3 раза в день.

## ЗАМАНИХА (ЭХИНОПАНАКС ВЫСОКИЙ)

Лекарственным сырьем являются корневища с корнями. В своем составе корни и корневища заманихи содержат сапонины, следы алкалоидов и гликозидов, эфирное масло до 1,8%

Заманиха с давних пор известна в народной медицине как тонизирующее средство. Препараты ее оказывают стимулирующее действие на центральную нервную систему, снижают повышенный уровень сахара в крови в начальных стадиях сахарного диабета; в малых дозах повышают, в больших снижают уровень артериального давления, в значительной мере увеличивают диурез. Из растения готовится спиртовая настойка. Настойка заманихи применяется внутрь каплями. Препарат мало токсичен, но при длительном использовании возможна крапивница и проявление других кожных осложнений.

Настойка заманихи назначается при физическом и нервном утомлении, чувстве усталости, пониженной работоспособности, половом бессилии, сердечной недостаточности, гипотонии, при депрессивных и астенических состояниях, сахарном диабете 2 типа.

Применяют по 30 — 40 капель 3 раза в день.

## ЗВЕРОБОЙ ПРОЗЕННЫЙ, ОБЫКНОВЕННЫЙ, ПРОДЫРЯВЛЕННЫЙ

Лекарственным сырьем является трава без твердых нижних частей стебля, собранная в период цветения.

Во всех частях растения, кроме корней, обнаружены: флавоноиды, гиперозид, рутин, кверцитрин, изокверцитрин и кверцитин, эфирное масло, в состав которого входят терпены, сесквитерпены и небольшое количество сложных эфиров изовалериановой кислоты; дубильные вещества, каротин, никотиновая кислота, аскорбиновая кислота и следы алкалоидов.

В научной медицине препараты из травы зверобоя употребляются как вяжущие, противовоспалительные и антисептические средства, способствующие быстрой регенерации поврежденных тканей. Их назначают внутрь при воспалительных заболеваниях желудочно-кишечного тракта, используют для полоскания рта и смазывания десен при их воспалении. Зверобой применяют наружно при ожогах, для обработки ран и при всевозможных повреждениях кожи (язвах, абсцессах, фурункулах, маститах), а также при острых воспалениях слизистой носа и глотки.

Зверобой применяют при самых разнообразных заболеваниях, чаще в сочетании с другими травами: при заболеваниях кишечника и желудка, сердца, мочевого пузыря, женских болезнях, воспали-

тельных процессах, кашле, язвах, нарывах и как дезодорирующее средство.

Свежую траву зверобоя растирают и прикладывают при ушибах к ранам, при ломоте. Зверобой возбуждает аппетит, улучшает работу кишечника, повышает отделение мочи, останавливает кровотечение и оказывает общеуспокаивающее действие.

Отвар травы зверобоя (1:10) применяют по 1/3 стакана 3 раза за 30 минут до еды или через час после еды.

## ИСТОДЫ

В старых фармакопеях в качестве лучшего отхаркивающего средства значился корень американской сенеги, произрастающей в Северной Америке. Советскими учеными были найдены и предложены виды — истода тонколистый и сибирский. На основании благоприятных клинических испытаний при лечении хронического бронхита корни их включены в советскую фармакопею. Есть они и в японской фармакопее. Так же, как корни американской сенеги, они содержат сапонины.

Корни истода выкапывают осенью, отряхивают от земли, которая легко осыпается (поэтому их не промывают), коротко обрубая стебли и сушат на воздухе в тени или на солнце; затем оставшуюся землю отделяют встряхиванием на ситах. В корнях обоих видов содержится тритерпеновые сапонины (до 1%), жиры, смолы.

Применяют от кашля в виде отвара (8—10 г на стакан горячей воды).

## КУКУРУЗА ОБЫКНОВЕННАЯ

Лекарственным сырьем являются рыльца. В рыльцах кукурузы обнаружены эфирные масла (до 0,12%), жирное масло (до 2,5%), камедоподобное вещество (до 3,8%), аскорбиновая и пантотеновая кислоты, витамин К, инозит, а также криптоксантин, ситостерол, стигмастерол, горькие вещества.

Препараты кукурузных рылец оказывают желчегонное, мочегонное и кровоостанавливающее действие. При употреблении препарата из рылец кукурузы отмечается не только увеличение секреции желчи, но также качественные ее изменения: уменьшение вязкости, плотного остатка, удельного веса ее и снижение содержания билирубина. Вследствие значительного содержания витамина К наблюдается увеличение содержания в крови протромбина и ускорение ее свертывания.

Основными показателями для применения препаратов кукурузных рылец являются воспаление желчного пузыря (холециститы)

и желчных путей (холангиты), а также заболевания печени, сопровождающиеся задержкой желчевыделения. Препараты кукурузы, наряду с препаратами витамина К, могут употребляться при кровотечениях, связанных с понижением протромбина. Назначают их в виде отвара, настоя (1:20) или жидкого экстракта.

За последнее время нашло применение как лечебное средство кукурузное масло, которое содержит в своем составе насыщенные жирные кислоты, фосфатиды, фитостерол и другие вещества, способные снижать уровень холестерина в крови. Это масло, наряду с другими препаратами, рекомендуется для профилактики и лечения атеросклероза.

В народной медицине рыльца кукурузы издавна применяются как мочегонное и желчегонное средство.

1 столовую ложку залить полутора стаканами холодной воды, кипятить 60 минут, процедить в охлажденном виде, принимать по 1—2 столовых ложки 4 раза в день.

### КРУШИНА ЛОМКАЯ, ОЛЬХОВИДНАЯ (КРУШИННИК ЛОМКИЙ)

Лекарственным сырьем является кора. В коре крушины ломкой содержатся антрагликозиды, производные антрахинона, главным из которых является франгулин, органические кислоты, эмодин, изоэмодин, антранолы, рамнустоксин, смолистые, крахмалистые вещества, эфирные масла и сапонины.

Антрагликозиды крушины при введении в организм под влиянием пищеварительных ферментов разрушаются с освобождением действующих начал (эмодина и хризофановой кислоты) и способствуют усилению перистальтики толстых кишок.

Применяют крушину как нежно действующее слабительное при атонических запорах, спастических колитах и запорах при беременности, а также для размягчения стула при трещинах прямой кишки, геморрое и т. д.

1 столовую ложку измельченной коры крушины облить 1 стаканом кипяченой воды, кипятить 20 минут, процедить в остуженном виде. Принимать по 1/2 стакана на ночь и утром.

### КРУШИНА СЛАБИТЕЛЬНАЯ (ЖОСТЕР)

Лекарственным сырьем являются плоды, собранные без плодоножек и высушенные сначала в тени, а затем в сушильных печах или на солнце.

Зрелые плоды крушины содержат антрагликозиды (около 0,76%), красящие вещества и сахар.

Антрагликозиды и продукты расщепления (главным образом эмодин) раздражают стенки в толстом отделе кишечника, умеренно усиливая волнообразные и маятникообразные движения кишечника.

Применяются плоды жостера как легкое слабительное средство при хронических запорах. Действие наступает через 8—10 часов после приема. Назначается жостер в форме настоев и отваров, приготовляемых из расчета 1 столовой ложки плодов на стакан кипятка. Настаивают залитые кипятком плоды в течение 2 часов, процеживают и принимают по 1/2 стакана на ночь. Жостер также входит в состав слабительного чая. Жостер может быть также назначен в виде жидкого экстракта.

В народной медицине плоды слабительной крушины применяют с той же целью, что и в научной медицине.

1 столовую ложку плодов залить стаканом кипящей воды, настаивать 2 часа, процедить. Принимать по 1/2 стакана на ночь.

### КАЛИНА ОБЫКНОВЕННАЯ

Лекарственным сырьем является кора. Снимается кора весной, разрезается на полосы и высушивается на открытом воздухе или в хорошо проветриваемых помещениях.

Кора калины содержит гликозид вибурнин, дубильные вещества пирокатехиновой группы, смолородные сложные эфиры, муравьиную, уксусную, валериановую, каприловую, масляную, митиновую кислоты, витамины С и К, горькие вещества.

В медицине кору калины используют главным образом как вяжущее, кровоостанавливающее и уменьшающее сократимость мускулатуры матки средство. Используется также успокаивающее и противосудорожное действие калины.

Применяется калина как кровоостанавливающее при кровотечениях, особенно маточных и геморроидальных, при болезненных менструациях, при начавшемся аборте для предупреждения выкидыша и как противосудорожное и успокаивающее средство.

Назначается кора калины в форме жидкого экстракта, реже в виде отвара, приготовленного из расчета 1:10, или свечей.

В народной медицине отвары из корней и цветов калины применяют для лечения золотухи, а ягоды как слабительное и потогонное средство.

2 столовые ложки коры на стакан кипятка, кипятить 30 минут, процедить. Принимать по 1/2 стакана 2 раза в день.



## КОШАЧЬЯ ЛАПКА ДВУДОМНАЯ

Лекарственным сырьем являются трава и цветочные корзинки.

Кошачьи лапки содержат дубильные вещества, смолу, сапонины, витамин К и фитостерин.

Применяется трава кошачьих лапок, главным образом, как кровоостанавливающее средство при различных кровотечениях. Назначается в форме настоя. Дозировка может быть очень разнообразной ввиду неядовитости растения.

При желудочных и кишечных кровотечениях рекомендуют назначать внутрь настои, приготовленные из расчета 1:200 или 1:100 по 1 столовой ложке через 10—30 минут до остановки кровотечения. При кровоточивости десен и носовых кровотечениях назначают стерильные настои в виде тампонов и полосканий. При геморроидальных кровотечениях настои назначают в виде примочек или тампонов. При кровохаркании, маточных и раневых кровотечениях настои приготавливаются из расчета 1:10 или 1:20 и назначаются по 1 столовой ложке через 1—1,5 часа до остановки кровотечения.

Корзинки кошачьих лапок обладают желчегонным действием и применяются в форме отваров (1:20 — 1:50) как желчегонное при гепатитах и холециститах.

## КРАПИВА ДВУДОМНАЯ

Лекарственным сырьем являются листья, собранные во время цветения.

В листьях крапивы двудомной обнаружены витамин С, витамин К, витамин В<sub>1</sub>, пантотеновая кислота, гликозид уртицины, хлорофилл, дубильные и белковые вещества, муравьиная кислота, протопорфирин и копропорфирин, фитостерин, гистамин, а также каротиноиды: каротин, ксантофилл, ксантофиллэтоксид, виолаксантин, соли железа, Са и др.

В клеточном соке волосков крапивы содержится муравьиная кислота, которая и обуславливает жгучесть крапивы.

В научной медицине крапива используется, главным образом, как кровоостанавливающее при маточных, почечных, кишечных, легочных кровотечениях, и для этого есть прямые основания, так как в растении содержатся витамин К, С, каротин и хлорофилл. Последний обладает способностью усиливать обмен, повышать тонус матки и кишечника, ускорять регенерацию поврежденных тканей, возбуждать сердечно-сосудистую систему и дыхательный центр. Крапиву назначают при гиповитаминозах, для лечения плохо заживающих ран, при кровотечениях. При этом не только повышается свертываемость крови, но и нарастает гемоглобин

количество эритроцитов. Кроме того, отмечена последующая нормализация овариально-менструального цикла. Уменьшается количество теряемой во время менструации крови и сокращается до нормы число менструальных дней. Отмечено хорошее противовоспалительное действие крапивы.

Крапива служит ценным источником витамина С, так как появляется рано весной, когда еще нет свежих овощей, обычных поставщиков витамина С.

Препараты: настой, жидкий экстракт, порошок из листьев. Крапива входит в состав чая желудочного, слабительного и поливитаминного.

В народной медицине используют как кровоостанавливающее при кровохаркании, сильных кровотечениях из носа, кровотечениях маточных и геморроидальных в виде свежего сока. Настой из цветов, кроме указанного, назначается как мочегонное и как средство против хронических заболеваний кожи.

Крапива применяется наружно на язвы, раны как ранозаживляющее и препятствующее нагноению средство; при остеомиелите используется сок свежей крапивы, листья и свежие семена. Листья и корни крапивы в народе употребляют как мочегонное, противолихорадочное и противокашлевое средство. При упорном кашле хорошо помогают засахаренные корни (сваренные в сахарном сиропе).

## КЛЕВЕР ЛУГОВОЙ (ДЯТЛИНА КРАСНАЯ)

Лекарственным сырьем являются соцветия—головки вместе с верхушечными листьями, собираемые во время цветения растения.

Цветы клевера содержат витамин С, каротин, эфирное масло, гликозиды, трифолин и изотрифолин, жирные масла.

Применение. В народной медицине цветы (в виде отвара и чая) применяются при истощении и малокровии, а также как отхаркивающее, мочегонное и антисептическое средство. Наружно (в виде припарок) рекомендуется применять как смягчительное и болеутоляющее при ожогах и нарывах.

1—2 столовые ложки листьев на стакан, заварить как чай, принимать по 2 столовых ложки 2—3 раза в день.

## КЛЮКВА БОЛОТНАЯ, КЛЮКВА ЧЕТЫРЕХЛЕПЕСТНАЯ

Лекарственным сырьем являются плоды, употребляемые в свежем виде или в виде сиропа.

Ягоды клюквы содержат кислоты: лимонную, хинную, бензойную, у-окси-α-кетомасляную, α-кетоглутаровую, олеановую и урсо-

ловую, сахар, витамин С, пектиновые и красящие вещества, гликозид вакцинии.

В научной медицине издавна используются ягоды клюквы для приготовления кислых напитков, назначаемых лихорадящим больным как освежающее средство. Помимо указанного, этот напиток является источником витамина С и может использоваться при гиповитаминозах.

Содержащаяся в клюкве бензойная кислота способна убивать микробы. Благодаря этому клюкву используют в пищевой промышленности: оказывается, попав в организм человека, она помогает ему бороться с инфекцией. За счет органических кислот клюква обладает способностью стимулировать секрецию желез желудочно-кишечного тракта. Поэтому ее назначают при гастритах с секреторной недостаточностью в стадии компенсации.

Противопоказания: острые воспалительные процессы в желудке и кишечнике.

В народной медицине рекомендуется смесь клюквы с сахаром в комплексе лечения гипертонической болезни.

### КАЛЕНДУЛА (НОГОТКИ)

Лекарственным сырьем являются корзинки и трава без нижних частей стеблей.

В цветках ноготков содержатся эфирное масло, календулин (студенистое вещество), горькое вещество, желтое красящее вещество (каротин, ликопин), фитонциды, салициловая и яблочная кислоты, сапонины, белковые вещества, слизь.

Препараты календулы (настой, настойка, мазь) применяются в практической медицине наружно для лечения ран, ожогов, длительно незаживающих язв и свищей, для полосканий рта и горла, при ангинах, стоматитах и альвеолярной пиорее. Они нашли также применение при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, гастритах, болезнях печени и желчных путей, при заболеваниях сердца, сопровождающихся нарушением ритма, при гипертонической болезни и в климактерическом периоде.

В народной медицине ноготки издавна применялись во многих странах. Препараты календулы в виде водного настоя употребляют в народной медицине внутрь при заболеваниях печени, желудка, кишечника (язва, спазм), рахите, золотухе, кожных заболеваниях. Наружно настой ноготков применяют при различных ранах, язвах, фурункулах, лишаях, бородавках, мозолях. Отвар из ноготков рекомендуется при лечении различных заболеваний печени.

2 чайные ложки листьев на 2 стакана кипятка, настоять 15 минут, процедить и выпить в течение дня (при гастритах).

### КРОВОХЛЕБКА ЛЕКАРСТВЕННАЯ

Лекарственным сырьем являются корневища с корнями. Корни и корневища кровохлебки богаты дубильными веществами. Подземные части растения содержат также крахмал, кальций щавелево-кислый, красящие вещества, витамины С и А, фитонциды, следы эфирного масла, галловой и эллаговой кислот. Корни кровохлебки, кроме того, содержат 2,5 — 3% сапонины сангвисорбина. В листьях содержатся аскорбиновая кислота, эфирное масло.

Как лекарственное растение кровохлебка известна со времен глубокой древности. Ее широко используют и в настоящее время во многих странах в качестве вяжущего, болеутоляющего и кровоостанавливающего средства.

Отвар из корней кровохлебки обладает свойством тормозить перистальтику кишечника. Экстракт из корней кровохлебки, применяемый наружно, действует противовоспалительно и сосудосуживающе.

В научной медицине кровохлебку с успехом применяют при лечении острых энтероколитов, дизентерии, в случае непереносимости сульфамидных препаратов.

Кровохлебку применяют также как кровоостанавливающее при различных кровотечениях — легочных, желудочных, кишечных, геморроидальных, маточных, кровавой рвоте, кровавом поносе. Кровохлебка назначается при гипертонической болезни, приливах крови к голове. Противовоспалительные свойства кровохлебки позволяют применять ее наружно при воспалении вен и лечении стоматитов, гингивитов и трихомонадных кольпитов.

Медицинское применение получил отвар кровохлебки. Для этого берут 1 столовую ложку нарезанных корней кровохлебки, заливают стаканом кипятка, кипятят 30 минут, затем дают остыть, процеживают и принимают по 1 столовой ложке 5—6 раз в день.

### ЛАНДЫШ МАЙСКИЙ

Лекарственным сырьем являются трава или отдельно цветки. Действующими началами майского ландыша являются сердечные гликозиды — конваллатоксин и конваллазид; кроме того, в майском ландыше содержатся эфирное масло, органические кислоты, аспарагин, алкалоид маялин, крахмал и др. Гликозиды майского ландыша нестойки, быстро разрушаются и не кумулируют в организме.

Сердечные гликозиды майского ландыша оказывают нормализующее влияние на функции нервно-мышечной системы сердца и гемодинамику, а также обладают общеседативным действием. Га-

леновые препараты майского ландыша применяются при неврозах сердца и при сердечной недостаточности. Назначаются препараты майского ландыша чаще всего в сочетании с другими или седативными средствами.

При введении различных препаратов майского ландыша внутрь на первый план выступает седативное действие.

Назначают майский ландыш в виде настойки, высшая разовая доза взрослым 20—23 капли, суточная 45—60 капель.

## ЛЕН ОБЫКНОВЕННЫЙ

Лекарственное сырье—семена.

Льняное масло состоит главным образом из глицерида линоленовой кислоты и смеси с глицеридами стеариновой, пальмитиновой, олеиновой и миристиновой кислот.

В практической медицине наружно употребляется толченое льняное семя в качестве смягчающих припарок.

Льняное масло употребляют для приготовления жидких мазей. Для лечения ожогов применяют смесь льняного масла с равной частью известковой воды.

Внутрь применяют слизи, приготовленные из зрелых семян льна (1:30) в качестве обволакивающих, послабляющих и противомикробных средств.

Ненасыщенные жирные кислоты, содержащиеся в льняном масле, входят в состав линетола, назначаемого в комплексной терапии атеросклероза.

В народной медицине при хронических запорах рекомендуется ежедневно перед сном принимать по одному стакану настоя из семян, приготовленного из 1 чайной ложки льняного семени на 1 стакан кипятка. Настой пьют, не процеживая, вместе с семенами.

Из процеженного отвара льняного семени (1 столовую ложку семян на 1,5 стакана воды варят на слабом огне 12 минут) делают клизмы при поносах.

При сахарном диабете в народе рекомендуют принимать отвар из равных количеств льняного семени, стручков фасоли (без зерен), листьев черники и овсяной соломы (измельченной на сечку). Для приготовления отвара берут 3 столовые ложки смеси, заливают 3 стаканами холодной воды, варят 10 минут, затем отстаивают и принимают по 1/4 стакана 3 раза в день. Этот отвар применяют также при воспалении мочевого пузыря.

## ЛЕВЗЕЯ САФЛОРОВИДНАЯ (БОЛЬШЕГОЛОВНИК АЛЬПИЙСКИЙ)

Лекарственным сырьем являются корневища с корнями. В состав корневища и корней входят инулин, эфирное масло, смолы, соли, оксалаты и фосфаты, витамины А и С.

В настоящее время установлено, что препараты левзеи сафлоровидной оказывают возбуждающее действие на центральную нервную систему, повышают работоспособность при умственном и физическом утомлении.

Применяется левзея при гипотонии, физической и умственной утомляемости, повышенной сонливости.

Назначается внутрь в виде жидкого экстракта и настойки каплями.

В народной медицине в отношении левзеи бытует выражение: «Мараловая трава поднимает человека от 14 болезней и наливает его молодостью». В Сибири отвары из корней и надземной части левзеи используют как возбуждающее средство при упадке сил, утомлении и половой слабости.

Применяют по 20 — 30 капель 3 раза в день.

## ЛИМОННИК КИТАЙСКИЙ

В качестве лекарственного сырья используют ягоды и семена лимонника.

Ягоды лимонника содержат большое количество яблочной, лимонной, винной кислот, тонизирующие вещества — схизандрин, схизандрол, сахара, танины, красящие вещества, эфирное масло, витамин С. В семенах обнаружены жирное, эфирное масла, смолы. В золе содержатся железо, марганец, кремний, фосфор, кальций. Гликозидов и алкалоидов в лимоннике не найдено.

Лимонник оказывает стимулирующее действие на центральную нервную систему, усиливает положительные условные рефлексы, рефлекторную возбудимость, повышает светочувствительность глаз, тонизирует сердечно-сосудистую систему, при гипотонии повышает кровяное давление, возбуждает дыхание, способствует более быстрому восстановлению сил при физическом и умственном утомлении и более продолжительному сохранению работоспособности. Кроме того, лимонник возбуждает моторную и секреторную функции пищеварительного аппарата, тонизирует деятельность матки и скелетной мускулатуры, активизирует обмен веществ, регенеративные процессы и повышает иммунобиологические реакции. В мышцах под влиянием препаратов лимонника увеличивается, а в печени уменьшается содержание гликогена: количество молочной

кислоты в печени возрастает, в мышцах уменьшается. Отвар ягод лимонника незначительно стимулирует тканевое дыхание, снижает содержание сахара в крови при экспериментальном диабете, понижает содержание хлоридов в крови и резервную щелочность.

В научной медицине лимонник применяется главным образом как средство, тонизирующее центральную нервную систему. Его назначают при физическом и умственном переутомлении, пониженной физической и умственной работоспособности, гипотонии, сонливости, при астенических и депрессивных состояниях у психических и нервных больных, при общем упадке сил в связи с хроническими инфекционными заболеваниями и интоксикациями, при вяло-гранулирующих ранах и трофических язвах. Лимонник применяется также как стимулирующее средство при ряде сердечных заболеваний функционального характера и ослаблении дыхания. Имеются указания о родостимулирующем действии жидкого экстракта семян лимонника. Экстракт семян лимонника готовится на 70-градусном спирту (1:3) и назначается внутрь каплями.

Назначается лимонник внутрь в форме порошка, таблеток, жидкого экстракта или спиртовой настойки. Препараты применяются натощак или спустя 4 часа после приема пищи. Действие наступает через 30—40 минут и продолжается 4—6 часов. Применение препаратов лимонника во избежание перевозбуждения нервной и сердечно-сосудистой системы должно производиться под контролем и по назначению врача.

Противопоказанием к применению лимонника является бессонница, повышенное артериальное давление, нервное возбуждение, органические заболевания сердечно-сосудистой системы.

### ЛИПА МЕЛКОЛИСТНАЯ

Лекарственным сырьем являются цветки, собранные во время цветения вместе с пленчатыми прицветниками. Сбор во время дождя или росы не допускается. Сушатся цветки в тени, на воздухе или в сушилках.

Цветки липы содержат эфирное масло (0,05%), гликозид тилиацин, дубильные вещества, воск, гесперидин, сахар, слизь, витамин С, каротин. Листья содержат фитонциды.

В медицинской практике липовый цвет издавна применяется в качестве потогонного средства: 1 столовую ложку мелко нарезанных цветков заваривают в стакане кипятка, настаивают 20 минут и фильтруют. Настой из цветков рекомендуется для полосканий полости рта, зева, при воспалительных заболеваниях (ангина). Липовый цвет входит в состав потогонного сбора (чай) в равных количествах с плодами малины.

В народной медицине цветы липы являются популярным потогонным средством. Употребляют горячий отвар или настой (1:10) из цветов липы на ночь. Настой из цветов липы употребляется также при головной боли, обмороках и как противосудорожное средство. Разваренная молодая липовая кора дает много слизи и применяется для лечения ожогов, подагры, геморроя. Отвар из свежих цветков употребляется внутрь при резях в мочеиспускательном канале. Измельченные свежие почки или свежие листья употребляются местно в качестве противовоспалительного, болеутоляющего и смягчительного средства при ожогах, воспалении молочных желез и других воспалительных процессах. Порошок из листьев употребляют для остановки носовых кровотечений. Цветы липы применяются также для приготовления смягчительных припарок и ароматических ванн.

Заварить как чай: 2 столовые ложки цветов на 2 стакана кипящей воды, кипятить 10 минут, процедить и пить горячим на ночь 2—3 стакана.

### ЛЮБКА ДВУЛИСТНАЯ (НОЧНАЯ ФИАЛКА, САЛЕП)

Лекарственным сырьем являются молодые корневые клубни. Клубни салепа содержат около 50% слизи, состоящей из маннана, 27% крахмала, 5% белковых веществ, 1% сахара, небольшое количество щавелево-кислого кальция и другие минеральные соли.

Корнеклубни благодаря высокому содержанию слизи и крахмала действуют обволакивающе и антитокически.

При приеме внутрь слизь салепа, покрывая слизистые оболочки пищеварительного канала, защищает чувствительные нервные окончания от раздражающих влияний, вследствие чего уменьшаются боли, нормализуется моторика, затрудняется всасывание токсинов из желудка и кишечника.

Применяются клубни салепа внутрь или в виде клизм в качестве обволакивающего при воспалительных процессах желудочно-кишечного тракта, а также при отравлении ядами преимущественно прижигающего действия. Клубни салепа в связи с высокой калорийностью рекомендуется также использовать в качестве питательного средства, восстанавливающего силы истощенным больным после перенесенных тяжелых заболеваний. По некоторым данным для питания взрослого человека достаточно в день 40 г клубней, истолченных в порошок и приготовленных в виде отвара.

Употребляют клубни салепа в виде порошка, из которого готовят слизистые отвары (1:20 — 1:60).

## МАТЬ-И-МАЧЕХА

Лекарственным сырьем являются листья, реже цветки. Листья собирают в июне, обрабатывают до половины с черешками. Цветки собирают в начале цветения. Листья мать-и-мачехи содержат гетерополисахариды (до 10%), флавоноиды (до 0,2%), дубильные вещества (до 7%), органические кислоты, аскорбиновую кислоту, смолородные вещества.

Мать-и-мачеха обладает отхаркивающим действием, которое зависит, очевидно, от наличия в листьях эфирного масла, а также слизистых веществ. Применяется внутрь в виде отвара 1:10 как отхаркивающее, противовоспалительное, потогонное; наружно — как смягчающее, обволакивающее средство.

Листья и цветы входят в состав грудного чая.

В народной медицине отвар из листьев мать-и-мачехи применяют при воспалительных заболеваниях желудочно-кишечного тракта, почек и мочевого пузыря, при воспалительных заболеваниях верхних дыхательных путей и легких.

Наружно сок, выжатый из свежих листьев, или листья прикладывают к гноящимся ранам, язвам, нарывам. Это считается в народе средством, хорошо заживляющим раны. При выпадении волос и при обильной перхоти с зудом кожи головы рекомендуют 3 раза в неделю мыть голову крепким отваром из смеси листьев крапивы и листьев мать-и-мачехи, взятых поровну.

Свежий сок с сахаром в народной медицине рекомендуется принимать больным туберкулезом легких.

2—3 столовые ложки листьев мать-и-мачехи заварить как чай стаканом кипятка. Настоять 10—15 минут, принимать по 1—2 столовые ложки через каждые 2—3 часа.

## МАЛИНА ОБЫКНОВЕННАЯ

Лекарственным сырьем являются плоды, высушенные или свежие. Собранные плоды подвяливают на солнце, а затем сушат в печах.

Плоды малины содержат эфирное масло, яблочную, лимонную, салициловую и капроновую кислоты, сахар (8%), слизь, витамин С (до 30 мг%), В и Р, каротин, красящие вещества, соли калия (224 мг%), медь, пектиновые, азотистые вещества.

Малина отличается высоким содержанием пуринов, количество которых наибольшее в сушеных ягодах (62,7 мг%).

Еще в древние времена малина считалась целебным средством. Сушеные плоды употреблялись при лихорадочных заболеваниях, а цветы в виде настойки служили противоядием при укусах змей и скорпионов.

В практической медицине сушеная малина употребляется как потогонное средство при простудных заболеваниях и как легкое диуретическое средство.

Из свежей малины готовят сироп, который добавляется в микстуры для улучшения вкуса лекарств.

Назначают малину в форме настоя и лекарственного чая (2 столовые ложки сухих ягод заваривают в стакане кипятка, настаивают 15—20 минут, процеживают, принимают 2—3 стакана в горячем виде в течение 1—2 часов). Ввиду большого количества пуринов малину не следует употреблять больным подагрой и нефритом.

В народной медицине плоды малины употребляют, кроме того, для улучшения аппетита, регулирования деятельности кишечника, как противорвотное, кровоостанавливающее при желудочных, кишечных кровотечениях, обильных менструациях, как отхаркивающее при бронхитах.

2 столовые ложки сухих ягод заварить в стакане кипятка, настоять 15—20 минут, процедить, принимать 2—3 стакана горячего настоя в течение 1—2 часов.

## МАГНОЛИЯ КРУПНОЦВЕТНАЯ

В медицинской практике используются цветки, листья и кора крупноцветной магнолии.

Действующее начало крупноцветной магнолии мало изучено. Известно, что во всех частях растения содержится эфирное масло, в плодах — эфирное и жирное масла, в листьях — алкалоиды (около 2%) и гликозиды. Растение ядовито.

Для лечебных целей в медицине применяют жидкий спиртовой экстракт из листьев магнолии. Назначают его для лечения гипертензивной болезни на ранних стадиях заболевания.

Принимать рекомендуется по 20—30 капель 3 раза в день. Продолжительность курса лечения 3—4 недели.

В народной медицине эфирное масло из молодых листьев и цветков магнолии применяют в качестве средства от выпадения волос. Спиртовую настойку из семян, плодов и коры применяют как противоллхорадочное и тонизирующее сердечную деятельность средство, а также для лечения ревматизма.

## МЕДУНИЦА ЛЕКАРСТВЕННАЯ

Лекарственным сырьем является трава, которая собирается до распускания цветков, высушивается в тени на воздухе.

В траве медуницы содержатся дубильные вещества, слизь.

В народной медицине употребляют медуницу как отхаркивающее, мочегонное, слегка вяжущее и противовоспалительное средство, при воспалениях слизистой дыхательных путей (бронхитах).

Применяется медуница в виде настоя (из расчета 30—40 г на литр воды), водной настойки. Последняя весьма эффективна при заболеваниях кишечника. В этих случаях рекомендуется настой из сбора, состоящего из 40 г травы медуницы, 1 столовой ложки льняного семени, 1 столовой ложки измельченного корня окопника и 100 г плодов шиповника. Указанный сбор с вечера заливают 1 литром воды, утром растирают набухшие плоды шиповника, дважды процеживают и принимают всю порцию глотками в течение дня.

### МОЖЖЕВЕЛЬНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

Лекарственным сырьем являются плоды. Плоды можжевельника содержат эфирное масло (0,5—1,5%), в состав которого входят пинен, камфен, терпинен, фелландрен, терпинолен, дипентен, сабинен, терпинеол, борнеол, изоборнеол, юнипер — камфора, циндрол, кадинен. В плодах содержатся сахара (до 80%), органические кислоты — уксусная, муравьиная, яблочная, смола, воск, желтое аморфное вещество юниперин, минеральные соли.

Плоды можжевельника применяются в виде настоев, отваров в научной и народной медицине как мочегонное, желчегонное средство и как средство, улучшающее пищеварение.

Препараты из ягод можжевельника, принятые внутрь, умеренно раздражают слизистую оболочку пищеварительного канала, активируют моторную и секреторную функции кишечника; освобождающееся эфирное масло действует антимикробно, угнетает броодильные процессы, снимает спазмы сфинктеров.

Выделяемое почками эфирное масло раздражает паренхиму почек, что обуславливает выраженный мочегонный эффект препаратов из ягод можжевельника.

Необходимо помнить, что в связи с раздражающим действием на почки применение препаратов можжевельника противопоказано при воспалительных заболеваниях почек.

Принятое можжевельное эфирное масло в небольшом количестве выделяется бронхиальными и потовыми железами, действуя отхаркивающе и незначительно потогонно. Имеются сведения, что можжевельные ягоды несколько увеличивают отделение молока у кормящих женщин.

Наружно эфирное масло применяют для втираний как болеутоляющее и отвлекающее средство при ревматических болях в виде спиртового раствора или мази.

Заварить 1 чайную ложку в стакане кипятка, настоять 15 минут, процедить и пить по 1 столовой ложке 3 раза в день.

### МЫЛЬНЯНКА ЛЕКАРСТВЕННАЯ

Корневища и корни мыльнянки содержат до 20—25% сапонинов, иногда их в корневищах до 35%. Среди них найдены тритерпеновые сапонины, в качестве агликона включающие гипсогенин и названные сапоназидами А, В, С, Д. Кроме того, выделен тритерпеновый сапонин, представляющий гликозид гипсогеновой кислоты и названный сапонарозидом. Углеводная часть этих сапонинов представляет олигосахариды В, В, С; из них выделены два — генциобиоза и сапонароза.

В ряде стран Европы корневища с корнями мыльнянки лекарственной включены в фармакопеи. Отвар корневища применяют как отхаркивающее средство при бронхите. В прошлом мыльнянка была включена в первые отечественные фармакопеи и применялась с той же целью, а затем была забыта.

В народной медицине корневища мыльнянки используются более широко: не только как отхаркивающее, но и как желчегонное, мочегонное, слабительное средство. Отвар ее применяют при золотухе, ревматизме, при кожных болезнях — экземах, фурункулах, чешуйчатом лишае.

10—15 г на 200 мл кипятка, кипятить 1—2 часа, отстоять 3—4 часа, процедить и пить по 2 столовые ложки 3 раза в день.

### МЯТА ПЕРЕЧНАЯ

Лекарственным сырьем являются листья и трава.

Листья и стебли мяты содержат эфирное масло, состоящее из ментона, ментола, пинена, дипентена, фелландрена, цинеола, пулегона, жасмона и эфиров ментола валериановой и уксусной кислот. В листьях содержатся также каротин (до 40 мг%), гесперидин, бетанин, рамноза, глюкоза, урсоловая, имеллисиновая, леволевая и олеаноловая кислоты.

Мятное масло обладает противовоспалительным и болеутоляющим действием, вызывает местное сужение сосудов, уменьшает зуд кожи, рефлекторно расширяет сосуды сердца, головного мозга, легких.

При приеме внутрь повышает аппетит, уменьшает тошноту, рвоту, икоту, усиливает слюноотделение, перистальтику кишечника, обладает ветрогонным, дезинфицирующим, дезодорирующим и освежающим действием. Ментол снимает спазм желчных протоков, способствуя отделению желчи.

Употребляются листья перечной мяты для получения эфирного, мятного масел и ментола, а также в чистом виде в составе сборов и для приготовления настоев и настоек.

Препараты перечной мяты входят в состав валидола, корвалола, валокордина, капель Зеленина, которые применяют при заболеваниях, сопровождающихся спазмом коронарных сосудов, гладкой мускулатуры (печеночная, почечная, кишечная колики, тошнота, неукротимая рвота, морская болезнь).

Ментол в смеси с вазелиновым маслом применяется при ринитах, менингитах, фарингитах; в смеси с парафином — в виде карандашей для втирания при мигрени.

В китайской медицине в качестве желчегонного, ветрогонного, противовоспалительного, дезодорирующего, потогонного и местно-анестезирующего применяются препараты мяты; трава мяты упоминается как «глазная трава» — ее масло рекомендуется для промывания глаз.

В народной медицине ментол употребляют внутрь при хроническом нефрите в сочетании с другими лекарственными средствами, а также как средство мочегонное, потогонное, противореспираторное и противопоносное.

В виде водного горячего настоя применяют как успокаивающее, противосудорожное и улучшающее аппетит средство. Перечная мята употребляется при гастритах, при повышенной желудочной кислотности. В таких случаях применяют сбор из листьев перечной мяты (15 г), бобовника (2 г), цветков тысячелистника (15 г), семян укропа (15 г), травы зверобоя (30 г). Две столовые ложки такой смеси заливают двумя стаканами кипятка, парят 2 часа, процеживают и принимают в течение дня глотками. Мятую употребляют для лечения сердечных, легочных заболеваний, особенно после кровотечениях. В таких случаях настаивают 20 г листьев в 500 мл кипятка в течение 2 часов и дают пить больному.

## НАПЕРСТЯНКА КРУПНОЦВЕТНАЯ

Лекарственным сырьем являются листья, собираемые во время цветения, во второй половине дня.

Главными действующими началами наперстянки являются гликозиды (гитоксин и дигитоксин) и сапонины.

Применение наперстянки во врачебной практике основывается на нормализующем действии сердечных гликозидов на биохимические процессы и функции нервно-мышечной системы сердца, что приводит к восстановлению гемодинамики и обмена веществ.

Гликозиды наперстянки обладают очень энергичным действием на сердце (список Б) и постепенно накапливаются в организме, что заставляет проводить лечение препаратами наперстянки только под непосредственным наблюдением врача.

Наперстянка назначается при хронической сердечной недостаточности, при мерцательной аритмии, при острых инфекционных заболеваниях, при тиреотоксикозе и др.

При длительном применении, передозировке или повышенной чувствительности наперстянка может оказывать токсическое действие, ранними признаками которого являются резкое замедление частоты сокращений сердца (меньше 60 ударов в минуту), уменьшение диуреза при наличии отеков, нарушение ритма сердечной деятельности.

Применяют настой (1:400) по 1 столовой ложке 3 раза в день.

## ОВЕС ПОСЕВНОЙ

Употребляются крупа и мука из зерна овса, а также солома. Зерна овса содержат: крахмала 44%, белкового вещества 13%, кроме того, имеются камедь, сахар, жир, минеральные соли (фосфорные, кальцевые и др.), витамины В<sub>1</sub>, В<sub>2</sub>, А.

Из овсяной муки готовят кисели, которые употребляются как обволакивающее средство при желудочно-кишечных заболеваниях, сопровождающихся поносом, в этих же случаях рекомендуется принимать отвары из овсяной крупы.

В народной медицине из овсяной соломы готовят отвары и чай, которые употребляют как потогонное, мочегонное, ветрогонное и жаропонижающее средство (для приготовления отвара берут 30 — 40 г изрезанной соломы на 1 литр воды). Употребляют отвар при отеках почечного происхождения, различных желудочно-кишечных заболеваниях, особенно у детей.

При рахите и золотухе у детей рекомендуются ванны из отвара овсяной соломы. При потливости ног делают ванны для ног из крепкого отвара овсяной соломы с добавлением дубовой коры. При почечно-каменной болезни рекомендуют горячие компрессы из крепкого отвара на область почек, как средство, облегчающее прохождение камней. Кроме того, овсяная крупа является ценным пищевым продуктом.

Спиртовую настойку из зеленых растений рекомендуется использовать в качестве укрепляющего, тонизирующего средства при утомлении, плохом аппетите, бессоннице.

В народной медицине настой из овса применяется как желчегонное средство.

Для этого 1 стакан овса заваривают 1 литром воды и томят до выпаривания 1/4 взятой жидкости. Принимают по 2 стакана 3—4 раза в день.

2 стакана семян овса заварить 1 литром кипятка, настоять 20 минут, процедить, принимать в охлажденном виде по полстакана 3 раза в день.

## ОБЛЕПИХА КРУШИНОВИДНАЯ

Лекарственным сырьем являются плоды. В плодах облепихи содержится около 2% сахаров, в плодовой мякоти находится около 8% жирного масла.

Листья содержат свыше 10% танина. Облепиха богата витамином С (120 мг%) и каротином (8 мг%) и может быть использована для получения препарата каротина.

Из плодов облепихи получают облепиховое масло. Масло состоит из смеси глицеридов, олеиновой, линолевой и пальмитиновой кислот, содержит витамин Е (до 165 мг%), В, каротин (до 100 мг%), каротиноиды (до 250 мг%). Представляет собой красно-оранжевую жидкость с характерным запахом и вкусом.

Масло применяют наружно для лечения лучевых повреждений кожи. При лечении кольпитов и эндоцервицитов смазывают стенки влагалища шейки матки облепиховым маслом. При лечении эрозий шейки матки применяют ватные тампоны, обильно смоченные маслом. Тампоны меняют ежедневно.

Облепиховое масло применяется также для лечения язвенной болезни желудка.

## ОДУВАНЧИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

Лекарственным сырьем служат корни, собранные осенью. Корни одуванчика содержат: таракастерол, псевдотаракастерол, стигмастерин, тараксол, много инулина, каучук, жирное масло, состоящее из глицеридов пальмитиновой, олеиновой, линолевой, мелиссовой, церотиновой кислот.

В народной медицине используются как трава, так и корни одуванчика в качестве горечи для возбуждения аппетита и улучшения работы желудочно-кишечного тракта.

Корень одуванчика применяют в виде порошка, густого экстракта, а также в составе желудочного и аппетитных чаев.

В народной медицине одуванчик назначают не только как средство для улучшения аппетита, но также как желчегонное и слабительное. Поэтому его рекомендуют принимать при хронических запорах и геморрое, используют также как отхаркивающее, успокаивающее и снотворное.

Порошок сушеных корней одуванчика употребляется для усиления выведения из организма вредных веществ с потом и мочой. Отвары сухой травы используются при заболеваниях желудка, болях в животе, при образовании камней в желче- и мочевыводящих путях. Назначают препараты одуванчика при экземах, фурункулезе, пигментных пятнах. Масляная настойка корней одуванчика является хорошим средством при лечении ожогов.

5 г корня на 200 мл кипятка, настоять 20 минут, остудить, процедить, принимать по 50,0 г 3 раза в день до еды.

## ПАПОРОТНИК МУЖСКОЙ (ЩИТОВНИК МУЖСКОЙ)

Лекарственным сырьем является корневище. В корневищах папоротника содержатся: папоротниковая, флаваспидовая кислоты, албаспидин, аспидиол (производные флоролюцина) и др. Главными действующими началами являются папоротниковая (филиксосовая) кислота и фильмарон — производные филициновой кислоты, расщепляющейся на филицин и аспидиол. Эти вещества являются преимущественно мышечными ядами. При действии на ленточных глистов вызывают паралич их мускулатуры.

В медицинской практике применяются в виде эфирного экстракта преимущественно против ленточных глистов (широкий лентец, бычий и свиной цепень и др.).

При употреблении препаратов мужского папоротника следует соблюдать осторожность, так как они ядовиты. Лечение необходимо проводить только по указанию и под наблюдением врача по определенной схеме.

В народной медицине водный настой корневищ мужского папоротника употребляется наружно для ванн, при ревматизме, различных язвах и судорожных сокращениях мышц ног (50 г сухого корневища или 100 г свежего корня кипятят 2—3 часа в 2—3 литрах воды, температура ванны 28—30 градусов).

Признаки отравления препаратами мужского папоротника: тошнота, рвота, понос, головокружение, головная боль, угнетение дыхания и сердечной деятельности, желтуха, судороги, нарушение зрения.

Первая помощь и лечение: промывание желудка, солевые слабительные, внутривенное введение изотонического раствора хлористого натрия, глюкозы; грелки, теплые ванны, при судорогах — хлоралгидрат.

## ПЕРВОЦВЕТ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

Лекарственным сырьем являются цветки, вернее их венчики, собранные с полностью распустившихся цветков. Сушатся на воздухе в тени или в сушилке.

В листьях содержится очень много витамина С (5,9%), витамина А.

В корне находятся сапонины, гликозиды примулаверин и примуверин, примуловая кислота, энзим, примвероза, витамины С и А, эфирное масло.



В медицине первоцвет употребляют как потогонное, жаропонижающее и противокашлевое средство, а также как хорошее средство для лечения цинги. Препараты первоцвета увеличивают отделение слизи железами бронхов и выделение мочи. Установлено, что препараты **корня первоцвета** обладают более сильным действием, чем препараты из корня сенегги.

Первоцвет применяется в виде отвара из корней (1:10), сухого экстракта, выпускаемого в виде таблеток по 0,02 г под названием примулен, используется также водный настой из листьев первоцвета (1:10) и порошок из быстро высушенных листьев (в 5,0 г порошка содержится 0,07 г витамина С).

В народной медицине первоцвет рекомендуют при простудных заболеваниях, как противокашлевое. Настой из цветов (4 г цветов на 200 мл воды) употребляется как мочегонное и слабительное при хронических запорах. Его же рекомендуют пить при мигренях. На детей этот настой оказывает легкое снотворное действие.

Листья в ряде стран употребляются как салат. Это обосновано большим содержанием в них витамина С.

5 г сухих листьев заварить 0,5 стакана кипятка и выпить в течение дня.

10 г корней первоцвета заварить в стакане кипятка и настоять в течение двух часов. Принимать по столовой ложке 3 раза в день.

## ПОДОРОЖНИК БОЛЬШОЙ

Лекарственным сырьем являются листья, собираемые в течение всего лета и высушенные в тени или на чердаке. Не следует пересушивать сырье.

В листьях найдены: гликозид аукубин, витамины А, С и К; сульферафен, полисахариды, немного алкалоидов, горькие и дубильные вещества, фитонциды, ферменты, соли калия, лимонная кислота. В семенах много слизи, есть жирное масло, белковые вещества, полисахарид плантеоза, состоящий из глюкозы, фруктозы и галактозы, олеаноловая кислота, сапонины и дубильные вещества.

В медицине препараты из листьев подорожника используются при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. При гастритах, особенно протекающих с пониженной кислотностью, используется сок, так как сок усиливает секрецию желез желудка.

При гастритах может применяться отвар, приготовленный из семян из расчета 20 г на 200 мл воды, по 2 столовые ложки 3 раза в день.

Водные настои и экстракты из листьев обладают способностью регулировать секрецию желез желудка, назначаются как при пониженной, так и при повышенной секреции.

При энтеритах, а также при острых и хронических колитах может быть использован сок подорожника внутрь по 1 столовой ложке 3 раза в день за 15 минут до еды. Курс лечения 30 дней. Установлено, что сок из свежих листьев обладает бактериостатическим действием и может с успехом применяться для лечения плохо заживающих язв, ран, флегмон.

Из листьев подорожника получен препарат плантаглюцид, обладающий антиязвенным действием. Препарат представляет собой комплекс полисахаридов, выделенных из листьев. Он состоит из остатков частично этерифицированной метанол- $\Delta$ -галактуроновой кислоты,  $\Delta$ -галактозы, арабинозы и рамнозы. Препарат вызывает эпителизацию и заживление язвы желудка или двенадцатиперстной кишки, кроме того, обладает спазмолитическим действием. Побочных явлений не обнаружено. Выпускается в гранулах, назначаемых внутрь 3 раза в день в течение 3 — 4 недель.

В народной медицине подорожник издавна пользуется популярностью. Его препараты употребляют как отхаркивающее, для лечения коклюша, для лечения заболеваний желудка и кишечника, в частности дизентерии. Есть указания на антиатеросклеротическое действие листьев и водного настоя из них. Семена подорожника используются как слабительное. Как слабительное употребляют семена в целом или истолченном виде по 1 столовой ложке на ночь или утром до еды, с киселем или чаем. Перед приемом семена обливают кипятком или кипяченой водой и быстро сливают (чтобы не потерять слизь). Действие наступает через 5—12 часов. Иногда рекомендуют иначе: столовую ложку семян заварить полстаканом кипятка, дать остыть, а затем выпить вместе с семенами.

Семена применяют и как противовоспалительное и обволакивающее при колитах, язвах желудка и двенадцатиперстной кишки, а также для успокоения болей в период обострения язвенной болезни. Для этого столовую ложку семян заваривают 1/2 стакана кипятка и дают настояться 30 минут. Принимают за 30 минут до еды столовыми ложками 3 раза в день.

Подорожник употребляют местно при ушибах, порезах, нарывах, воспалениях кожи, ожогах, свежих мозолях и укусах насекомых. Для этих целей могут употребляться не только свежие листья и их сок, но и листья сушеные; перед накладыванием на поврежденную поверхность их предварительно размачивают в воде.

10—15 г на 200 мл кипятка. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

## ПОЧЕЧНЫЙ ЧАЙ

Листья почечного чая содержат тритерпеновые сапонины, органические кислоты, следы алкалоидов, дубильные вещества, фитостерины, гликозид ортосифонин, эфирное и жирное масла.

Почечный чай обладает мочегонным действием, причем мочегонный эффект характеризуется усиленным выделением из организма мочевины, мочевой кислоты и хлоридов. Применяется при различных заболеваниях почек, особенно при почечных камнях, а также при подагре и ревматизме.

Прописывают его в виде водного настоя из одной чайной ложки измельченного чая на стакан кипятка, пьют теплым по 1/2 стакана два раза в день за 30 минут до еды. Лечение продолжительное. Почечный чай очень гигроскопичен, поэтому его следует хранить в сухом месте в стеклянных или жестяных банках.

## ПОЛЫНЬ ЦИТВАРНАЯ

Лекарственным сырьем являются хорошо развившиеся, но не распутившиеся корзинки и трава.

В цветочных корзинках полыни содержатся сантонин (ангидрид сантониновой кислоты), смола, жир, горечи, эфирное масло и др.

Главным действующим началом полыни является сантонин, применяемый как противоглистное средство (против круглых глистов). Высшая разовая доза для взрослых 0,1 г, суточная—0,4 г.

В медицинской практике применяются также высушенные соцветия цитварной полыни как противоглистное средство (аскариды, острицы) под названием «цитварного семени». Высушенные цветочные корзинки растирают в ступке и принимают после соответствующей подготовки больного в смеси с сахаром, вареньем, медом, сиропом по 5,0 г «цитварного семени» (для взрослых) 3 раза в день за 1,5 — 2 часа до еды в течение 2 дней; после последнего приема на ночь назначается слабительное.

Так как сантонин является ядом (список Б), то лечение им следует проводить только по указанию и под контролем врача. Первые признаки отравления при лечении препаратами цитварной полыни: рвота, понос, ксантопсия, угнетение дыхания и сердечной деятельности, судороги. Первая помощь и лечение: промывание желудка, солевое слабительное, при судорогах — хлоралгидрат в клизмах, теплые ванны.

## ПИЖМА (ДИКАЯ РЯБИНА)

Лекарственным сырьем являются корзинки без цветоножек. В пижме содержится горькое вещество танацетин и эфирное масло, в составе которого имеется камфора, борнеол и кетон туйон.

Цветы пижмы и эфирное масло из нее обладают глистогонным действием. Особенно эффективны при аскаридозе и острицах. С этой целью высушенные цветы можно принимать в виде порошка, настоя (1:10), а также в клизмах из экстракта пижмы.

Есть сообщения об успешном применении пижмы в виде настоя при энтероколитах. По данным некоторых авторов, 5% настоек корзинок пижмы (по 70 — 100 мл 2—3 раза в день) способствует рубцеванию язвы желудка и двенадцатиперстной кишки.

В народной медицине соцветия пижмы употребляют в виде настоя: 20 г цветов на 1 литр воды рекомендуется при поносах, как жаропонижающее, потогонное, при мигренях, ломоте в суставах, при обильных менструациях и геморрое для остановки кровотечения.

По 1 столовой ложке 3 раза в день (при аскаридозе и острицах). Выпить в теплом виде в 3 приема (при энтероколитах). Принимать в течение 2 дней (при ленточных глистах).

## ПЫРЕЙ ПОЛЗУЧИЙ

Лекарственным сырьем являются корневища. В корневище содержатся: углеводы, тритицин, агропирен, глюкованилин, соли яблочной кислоты, белковые вещества, жиры, а также каротин и аскорбиновая кислота.

Корневища пырея ползучего применяют как слабительное и мочегонное средство. Назначают в виде отваров, настоев (1:10) внутрь столовыми ложками или в составе сборов.

В народной медицине настоек из корневища пырея ползучего (60 г на 1 литр кипятка, по 1 столовой ложке 3 раза в день) применяют при желудочно-кишечных заболеваниях, при желчно-, мочекаменной болезни и как отхаркивающее средство.

Для усиления отхаркивающего действия пырей комбинируют с липовым цветком, цветками коровяка, бузины. При фурункулезе рекомендуют крепкий отвар из корневища пырея ползучего (1:5) по 1 стакану 3 раза в день.

Отвар корневища пырея используется для клизм при хронических запорах. При кожных заболеваниях рекомендуют ванны из корневища пырея.

## ПУСТЫРНИК ВОЛОСИСТЫЙ, ПУСТЫРНИК СЕРДЕЧНЫЙ

Лекарственным сырьем являются листья и трава, собранные во время цветения и высушенные в тени на воздухе или в сушилке.

Действующими началами пустырника являются эфирные масла, дубильные и горькие вещества, алкалоиды, по данным некоторых авторов, гликозиды.

В практической медицине препараты пустырника используются как заменители валерианы. Применяют препараты пустырника как средство, регулирующее функциональное состояние центральной нервной системы, как успокаивающее при кардионеврозах, а также при гипертонической болезни.

В народной медицине используется сок свежесобранного растения по 30—40 капель на прием в качестве успокаивающего средства.

15 г на 200 мл кипятка, кипятить 20 минут, процедить, принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

## РЕДЬКА ПОСЕВНАЯ

Лекарственным сырьем являются корнеплоды и свежий сок; предпочтительнее черной корнеплод.

Корнеплоды редьки содержат углеводы, азотистые, экстрактивные вещества, жиры, зольные вещества, фитонциды, витамины С, В, кристаллическое вещество рефанол, холин, аденин, пентозан, аргинин, гистидин, оригонеллин, йод, бром; ферменты диастазу, глюкозидазу, оксидазу, каталазу, глюкозу.

В редьке обнаружено активное бактерицидное вещество лизоцим. Редька отличается высоким содержанием солей калия. Особенно богата ими черная редька. По содержанию солей калия редька среди овощей стоит на первом месте.

Острый своеобразный вкус редьки зависит от наличия в ней эфирных масел, содержащих серу, поэтому она является хорошим средством для возбуждения аппетита. Редька усиливает секрецию желудочного сока, улучшает пищеварение, обладает мочегонным и желчегонным действием, повышает толерантность организма к углеводам. Сок черной редьки применяется как желчегонное средство в виде 25—30% водного раствора по 110—150 мл.

В народной медицине редечный сок используется как отхаркивающее средство при бронхитах, коклюше, кровохарканье; он вызывает и усиливает месячные.

Наружно тертую редьку употребляют для натираний при ревматизме, подагре.

Сок и тертая редька, обладая сильным антисептическим свойством, способствуют заживлению гнойных ран и язв.

Противопоказано употребление редьки при язвенной болезни, гиперацидных гастритах, воспалительных заболеваниях тонкого и толстого кишечника. Противопоказана она также при подагре, заболевании печени и почек из-за высокого содержания в ней пуриновых оснований и эфирных масел.

## РЕВЕНЬ ДЛАНЕВИДНЫЙ

Лекарственным сырьем являются корневища и корни. Корни и корневища содержат таннагликозиды, в состав которых входит глюкогаллин, тетрарин и антраглюкозиды, к которым относятся реохризин, ихризофанеин, распадающийся на хризофановую кислоту и глюкозу. Кроме антраглюкозидов, из растения выделены в свободном виде их аглюконы: реуэмодин, диренин, рабарберон, хризофановая кислота, фисцион и др.

В листьях и цветах найдены витамин С, ругин, органические кислоты и много солей калия. В молодых листьях антраценовые производные не обнаружены.

В научной медицине препараты из корней и корневища ревеня употребляются для лечения некоторых желудочно-кишечных заболеваний: при привычном запоре, атонии кишечника, метеоризме. Действие препаратов ревеня зависит от дозы. При использовании малых доз обнаруживается вяжущее противопроносное действие. Большие же дозы усиливают перистальтику главным образом толстого кишечника. Препаратам ревеня свойственно и антисептическое действие. Поэтому препараты ревеня могут быть использованы при диспепсиях и хронических воспалениях кишечника. Кроме указанного, ревеня оказывает желчегонное действие и способствует повышению аппетита. Назначается ревеня в виде порошка, сухого экстракта, водной или винной настоек, сиропа. Ревеня входит также в состав желчегонного чая.

2 столовые ложки измельченного ревеня на стакан, заварить как чай. Принимать по 1/2 стакана на ночь.

## РОСЯНКА КРУГЛОЛИСТНАЯ

В траве содержатся нафтохиноны дрозерон и плумбагин, протеолитический фермент, антоциановый пигмент, танин, аскорбиновая, яблочная, лимонная и другие кислоты.

В научной медицине препараты из травы росянки применяются в качестве отхаркивающего средства при бронхите, ларингите, коклюше.

Росянка круглолистная применяется в виде настоя, экстракта

и спиртовой настойки, в ряде стран выпускают патентованные препараты из росянки — дрозерин, дрозан и др.

В народной медицине препараты из травы росянки употребляются внутрь как противокашлевое, особенно при коклюше, при кровохарканье, а также как потогонное, мочегонное и противолихорадочное средство.

Жидкость, выделяемая железками листьев, обладает способностью раздражать кожу и употребляется наружно для лечения бородавок.

## РОМАШКА ОБЫКНОВЕННАЯ, РОМАШКА АПТЕЧНАЯ

Лекарственным сырьем являются цветки в корзинках без цветоножек, хорошо распустившиеся.

Сбор производится граблями или вручную (лучше) в сухую погоду. Собранные корзинки быстро высушиваются в хорошо проветриваемом помещении или в сушилках при температуре в 40°C.

В цветках аптечной ромашки содержится эфирное масло. В состав эфирного масла входят хамазулен, терпен, сесквитерпен, сесквитерпеновые спирты, кадинен, каприловая, нониловая и изокапериановая кислоты. Кроме эфирного масла в ромашке содержатся апигенин, герниарин, кверцимеритрин: прохамазулен—матрицин; лактон группы гвайянолидов—матрикарин, диоксикумарин, триакантан, таракастерол, холин, фитостерин, салициловая, никотиновая, аскорбиновая кислоты, каротин; глицериды жирных кислот — олеиновой, линолевой, пальмитиновой, стеариновой; горечи, слизи и камедь.

В научной медицине препараты ромашки употребляются внутрь как успокаивающее и противоспазмическое средство при спазмах кишечника, метеоризме как слабительное; с другой стороны, для лечения поносов, как антисептическое и болеутоляющее. Ее используют при расстройствах менструаций и как потогонное. Наружно в качестве слабого вяжущего антисептического и противовоспалительного средства в виде полосканий, ванн, клизм, примочек и припарок. Действие препаратов ромашки обусловлено комплексом веществ, особенно хамазуленом и матрицином. У хамазулена имеется выраженное противовоспалительное действие, он усиливает регенеративные процессы, ослабляет аллергические реакции и обладает местно-анестезирующим свойством.

Апигенин, апиин и герниарин оказывают умеренное спазмолитическое действие.

Эфирное масло ромашки оказывает дезинфицирующее действие, уменьшает газообразование в кишечнике, снижает боли, ослабляет воспалительные явления.

В народной медицине ромашку используют как успокаивающее средство (в виде чая), как противосудорожное, желчегонное, мочегонное, легкое слабительное и при дисменорее. Наружно при нарывах, фурункулах и для промывания глаз. Ромашка используется также для ванн при ревматизме и подагре.

Препараты (настой цветочных корзинок, ромашковая вода) входят в состав ароматического сбора для ванн, ветрогонного, успокаивающего, горлового настоев, смягчительного сбора для полоскания рта и зева.

Ромашку употребляют для мытья головы—от перхоти и придания волосам золотистого оттенка. Четыре столовые ложки сухих цветков кипятить 5 минут в 1,5 литра воды, процедить и ополаскивать волосы после мытья.

1 столовую ложку заварить в стакане кипящей воды, профильтровать после охлаждения. Принимать по 1 столовой ложке 3—4 раза в день или использовать для полоскания и в клизмах.

## РЯБИНА ОБЫКНОВЕННАЯ

Лекарственным сырьем являются плоды. В плодах рябины содержатся аскорбиновая кислота, криптоксантин, лимонная кислота, цианин хлорид, горькие, дубильные вещества и эфирное масло. Семена рябины содержат жирное масло (до 22%) и гликозид амигдалин. Плоды рябины входят в состав поливитаминного чая, применяются в качестве профилактического и лечебного средства при гиповитаминозах.

Поливитаминный чай представляет собой смесь равных частей плодов шиповника и рябины. Чай готовится следующим образом: 1/2 столовой ложки залить двумя стаканами кипятка, кипятить 10 минут, оставить в закрытом сосуде на сутки и по вкусу прибавить сахар. Принимать по 1/4 стакана 2—3 раза в день.

В народной медицине плоды употребляют при желудочных заболеваниях, как мочегонное и кровоостанавливающее средство.

По 1 столовой ложке плодов на стакан, заварить как чай. Принимать по 1/2 стакана 2—3 раза в день.

## РОДИОЛА РОЗОВАЯ (ЗОЛОТОЙ КОРЕНЬ)

Лекарственным сырьем является корень.

Подземные части родиолы розовой содержат главным образом фенольные соединения: фенолспирты и их гликозиды (салидрозид); флавоноиды (кверцитин, гиперозид, кемпферол, изокверцитин); дубильные вещества пирогалловой группы: органические кислоты, сахара, эфирное масло, липиды

Около 400 лет известно применение золотого корня в народной медицине. Его использовали главным образом как средство, повышающее работоспособность, в виде настойки на водке (перед охотой, при сильной усталости). Помимо этого его употребляли при нервных и желудочных заболеваниях, как тонизирующее и противохорадочное средство, при золотухе, сильных маточных кровотечениях, а отвар травы при трахоме.

Фармакологические исследования подтвердили стимулирующее действие этого растения, особенно для повышения умственной работоспособности. Кроме того, оно обладает замечательным свойством повышать сопротивляемость организма к неблагоприятным воздействиям, т. е. обладает так называемым адаптогенным действием, таким же, как растения семейства аралиевых.

К применению в медицинской практике разрешен жидкий экстракт родиолы розовой на 40-градусном спирту, который выпивается как стимулирующее средство при переутомлении, а также при некоторых неврозах.

### СЕННА (КАССИЯ) УЗКОЛИСТНАЯ И СЕННА ОСТРОЛИСТНАЯ

Лекарственным сырьем являются листья, известные под названием александрийского листа, и реже плоды.

Листья и плоды содержат антрагликозиды, красящее вещество изорамнетин, фитостеролин, смолистые вещества и следы алкалоидов.

Препараты из растения применяют как слабительное средство. Слабительное действие сенны обусловлено антрагликозидами, которые под влиянием пищеварительных ферментов и бактериальной флоры тонкого кишечника распадаются с образованием эмерфена и хризофановой кислоты, последние несколько раздражают слизистую оболочку толстого кишечника и, не увеличивая секреции, усиливают его двигательную активность. Действие наступает после приема препаратов спустя 10—12 часов. Во врачебной практике александрийский лист применяется для регуляции функции кишечника (хронические атонические запоры, запоры при беременности), а также для размягчения стула при трещинах заднего прохода и геморрое.

При длительном применении препаратов александрийского листа развивается привыкание к ним, что ослабляет их лечебное действие. Поэтому целесообразно чередовать препараты сенны с другими слабительными средствами.

Назначают александрийский лист в виде настоя из листьев (1:10) по 1 столовой ложке на ночь.

### СЕКУРИНЕГА ВЕТВЕЦВЕТНАЯ

В качестве лекарственного сырья используются листья, стебли (не толще 3 мм).

Действующим началом является алкалоид секуринин, содержание которого в растении 0,3%.

Препараты, содержащие секуринин, оказывают возбуждающее действие на центральную нервную систему, особенно повышается возбудимость спинного мозга (близок по характеру действия к стрихнину, но в 8—10 раз менее токсичен и уступает ему по силе действия).

Применяется в виде нитрата секуринина при астенических состояниях, неврастении, быстрой утомляемости, при парезах и вялых параличах (в восстановительный период после полиомиелита), при половой слабости на почве функциональных нервных расстройств.

Противопоказания — гипертоническая болезнь, атеросклероз, острый и хронический нефрит, гепатит, тетания, базедова болезнь.

### СИНЮХА ЛАЗУРНАЯ, ГОЛУБАЯ

Лекарственным сырьем являются корневища с корнями однодвухлетнего возраста. Собирают корневища в августе—сентябре, очищают от земли, промывают в холодной воде и хорошо высушивают.

Готовое сырье — толстые, вдоль разрезанные корневища с корнями серого цвета, в изломе желтовато-белые.

Корни и корневища растения содержат до 20—30% сапонинов. Выделены кристаллические сапониногенины, ферменты, органические кислоты. Кроме сапонинов, в корневище и корнях имеются эфирные и жирные масла, смолы и неизвестные вещества, действующие на нервную систему.

Благодаря наличию большого количества сапонинов синюха применяется как отхаркивающее средство. Синюха обладает также выраженным успокаивающим действием. Седативное действие синюхи в 8—10 раз сильнее валерианы.

Синюха применяется в виде жидкого экстракта из корня (по 15 капель 3 раза в день) отвара (6 г на 200 мл воды) и настоя (8 г на 200 мл воды по 3—5 столовых ложек).

В народной медицине водный настой корней и травы синюхи используется при бессоннице как успокаивающее, а также как отхаркивающее средство.

6—8 г измельченного корня синюхи залить 200 мл воды, кипятить 30—40 минут, отстоять 10—15 минут, процедить и принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

## СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ

С лекарственной целью используют ягоды и листья. Ягоды собирают в период их полной зрелости. Сушку производят в специальных сушилках или русской печи.

Листья можно собирать в различные периоды вегетации.

Ягоды смородины содержат витамин С (черная смородина до 300 мг%, красная — 30 мг%, белая — 5 мг%), сахара, пектиновые вещества, фосфорную кислоту, эфирное масло, дубильные вещества, витамин Р, каротин. Черная смородина богата солями калия, содержит соли фосфора и железа. Листья содержат фитонциды.

Смородина используется как в сыром виде, так в виде варенья и пасты. Черная смородина широко применяется как источник витамина С в питании здорового человека и при многих заболеваниях, когда повышается потребность организма в витамине С.

Смородину применяют как средство, тонизирующее сердечно-сосудистую систему, при инфекционных заболеваниях в особенности с явлениями геморрагического диатеза (наклонности к кровоточивости и кровоизлиянию). При гастритах, язве желудка, ахилии, энтеритах принимают свежий сок из ягод по 2—3 рюмки 3 раза в день или употребляют отвар и кисель из смородины.

Водный настой листьев черной смородины способствует выделению из организма избытка мочевой и щавелевой кислот, поэтому служит хорошим средством при ревматизме и подагре (1/2 литра 5% настоя листьев ежедневно).

В народной медицине отвар из листьев черной смородины в виде горячего чая применяют при кожных заболеваниях, заболеваниях мочевого пузыря, камнях в почках как мочегонное, при ревматизме и простуде. Сок из ягод принимают при заболеваниях верхних дыхательных путей.

Ягоды входят в состав витаминных сборов.

Заварить 1 столовую ложку плодов в стакане кипящей воды. Принимать по 1/2 стакана несколько раз в день.

## СОЛОДКА ГЛАДКАЯ, СОЛОДКА ОБЫКНОВЕННАЯ, ГОЛАЯ (ЛАКРИЧНИК)

Применение солодкового корня в качестве лекарственного средства было известно еще в глубокой древности.

В настоящее время из корней солодки выделены гликозиды ликвиритозид и глициоризин, сахароза, глюкоза, маннин, горечи, камедь, аспарагин, крахмал, белки, следы эфирного масла, минеральные соли, пектиновые вещества.

Важнейшая часть солодкового корня—гликозид глицирретиновой кислоты (лакричный сахар, находящийся главным образом в

форме калиевой и кальциевой солей). Глицирретиновая кислота близка по химическому строению к стероидным гормонам и обладает противовоспалительным действием.

Ликвиритозид (2, 4, 4'-триоксихалкон) устраняет спазм гладкой мускулатуры. Благодаря содержанию в солодке большого количества слизистых веществ она применяется как отхаркивающее и входит в состав грудного эликсира и грудного сбора.

В медицине с успехом используется лакричный порошок в виде отвара (15 г корня на 200 мл воды, по 1 столовой ложке 4—5 раз в день) в качестве отхаркивающего и смягчительного средства.

Имеются указания на способность лакричного корня влиять на водно-солевой обмен. Эффективность экстракта и сока лакричного корня при язве желудка и двенадцатиперстной кишки связывают с наличием в препарате глицирретиновой кислоты.

Благодаря камеди солодка обладает послабляющим действием и входит в состав сложного лакричного порошка.

При введении 5% раствора лакричного корня в желудок повышается секреция соляной кислоты и общая кислотность.

Имеются попытки использования сока лакричного корня наружно в виде 2% мази в смеси с антибиотиками для лечения экземы, красной волчанки, псориаза, что, очевидно, связано с наличием в солодке глицирризина.

В ряде случаев глицирретиновая кислота оказывает такое же действие, как дезоксикортикостерон и кортизон; ее с успехом применяют при кожных заболеваниях, получая такие же результаты, как от гидрокортизона.

Имеются новые данные об успешном применении корня расегния при Аддисоновой болезни.

Препараты солодкового корня в сочетании с другими лекарственными растениями в китайской медицине применяют в качестве отхаркивающего при коклюше, а также в качестве обволакивающего и легкого послабляющего средства. Препараты корня солодки применяют при туберкулезе легких и сухих бронхитах, как противоядие, при лечении язвенной болезни желудка. Солодковый корень, по мнению китайских врачей, омолаживает организм.

Заварить 1 чайную ложку на стакан кипятка, принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

## СОСНА ОБЫКНОВЕННАЯ

Лекарственным сырьем являются сосновые почки, весенние побеги и хвоя. Собирают сосновые почки ранней весной в момент набухания, когда верхние чешуи замкнуты, почки еще не раскрываются. Срезаются «коронки» (собрание почек по 5—7 штук) с частью стебля (1 — 4 см длиной).

Сушатся почки в хорошо проветриваемом помещении или на воздухе. Почки содержат эфирное масло, дубильные вещества, горькое вещество (пниинцикрин), фитонциды. В хвое содержатся: аскорбиновая кислота (0,1—0,3%), дубильные вещества (0,5%), незначительное количество алкалоидов, фитонциды, а также эфирное масло (до 1,3%). В состав эфирного масла входят пинен, лимонен, борнеол, борнилацетат, кадилен и др. Семена содержат жирные масла. В иглах и коре содержатся антоцианы.

Применяются сосновые почки в виде отвара, настоя и настойки для ингаляции, как отхаркивающее, дезинфицирующее, при заболеваниях верхних дыхательных путей и как мочегонное средство. Кроме того, почки сосны входят в состав грудного сбора. Концентрат и настой хвои являются ценными источниками витамина С, их применяют для профилактики цинги. Экстракт и настой хвои используются для приготовления хвойных ванн, которые обладают регулирующим действием на центральную нервную систему.

Из растения получают скипидар, который широко применяется наружно, в виде линиментов и мазей, как раздражающее и отвлекающее средство при невралгиях, подагре, а также для ингаляции при катаре верхних дыхательных путей и хронических заболеваниях легких, как дезодорирующее и противомикробное средство. Из скипидара готовят терпингидрат, широко применяемый в качестве отхаркивающего средства. Деготь, полученный из сосны, обладает раздражающим, кератопластическим, дезинфицирующим и инсектицидным действием, его препараты применяются наружно для лечения кожных заболеваний, экземы, чешуйчатого лишая, чесотки и др. Канифоль и терпентин используются для приготовления пластмасс и мазей. Хвойный экстракт употребляется в парфюмерной промышленности для приготовления мыл, из хвои готовят витаминные настои.

В народной медицине широко используется отвар из почек, который назначается внутрь при бронхитах, ревматизме, водянке и как желчегонное.

При кашле рекомендуется вдыхать пары водного отвара почек. Спиртовая настойка из сосновых почек употребляется при лечении туберкулеза.

1 столовую ложку заварить как чай 2 стаканами горячей воды, принимать по 1/2 столовой ложки 3 раза в день.

### СУШЕНИЦА БОЛОТНАЯ, ТОПЯНАЯ

Лекарственным сырьем является трава. Растение собирают с корнями, очищают от земли и пыли, сушат на открытом воздухе или в сушилке.

Трава сушеницы содержит дубильные вещества (до 4%), эфирное масло (0,05%), смолы (16%), фитостерины, каротин (12—55 мг%), витамины С и В<sub>1</sub>, следы алкалоидов (гнафалин), жирные, красящие и другие вещества.

Согласно клиническим наблюдениям препараты сушеницы в сочетании с препаратами синюхи дают хорошие результаты при лечении больных язвенной болезнью желудка и двенадцатиперстной кишки.

Масляные извлечения из сушеницы при местном применении усиливают регенеративные процессы, стимулируют грануляцию и эпителизацию поврежденных тканей.

Назначают сушеницу внутрь при лечении гипертонической болезни I и II стадий, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки и язвенных заболеваниях других отделов кишечника.

Принимают сушеницу в виде отвара или настоя.

В последние годы советскими учеными установлено особенно благоприятное действие препаратов сушеницы топяной в сочетании с препаратами из корня синюхи голубой. Синюха голубая оказывает успокаивающее действие.

Настой из травы сушеницы готовится из расчета 30 г травы на 200 мл воды. Принимают перед едой по 1 столовой ложке 4—5 раз в день.

Наружно траву сушеницы используют при лечении гнойных ран, язв, ожогов. Применяют в форме тампонов, смоченных в настое, или используют масляные вытяжки из травы сушеницы.

В народной медицине настои и отвары сушеницы топяной употребляют внутрь при сердцебиениях, стенокардии, гастритах, головной боли, бессоннице, неопределенных страхах, сахарном диабете, туберкулезе и других заболеваниях.

1 столовую ложку травы залить стаканом кипятка, настоять в течение 30 минут, процедить. Принимать по 1—2 столовых ложки 3—4 раза в день за 1/2 часа до еды.

### ТЕРМОПСИС ЛАНЦЕТНЫЙ (МЫШАТНИК)

Лекарственным сырьем являются трава и семена. Собирается трава во время цветения, а семена по созреванию. Сушится сырье в тени, на воздухе или на чердаке и сушилке. Сбор и сушку следует производить с осторожностью, помня, что растение сильно ядовито.

Хранится сырье с соблюдением правил хранения ядовитых растений.

В траве содержатся алкалоиды, термопсин, гомотермопсин, метилцитизин, цитизин, пахикарпин, анагириин.

Кроме алкалоидов содержатся сложный эфир термопсианцин, расщепляющийся при гидролизе на аглюкон и глюкозу; сапонины,

дубильные вещества, смолы, слизь, следы эфирного масла и аскорбиновая кислота (около 2,85%). Семена содержат алкалоиды (2 — 3%), представленные главным образом цитизином. Главными действующими веществами являются термопсин, цитизин и пахикарпин.

Препараты из травы растения в целом оказывают отхаркивающее, а в больших дозах рвотное действие (наряду с препаратами ипекакуаны). Алкалоиды, содержащиеся в растении, обладают разносторонним действием. Так, цитизин (в меньшей степени метилцитизин) возбуждает дыхание, повышает кровяное давление, пахикарпин угнетает узлы вегетативной нервной системы, повышает тонус мускулатуры; термопсин возбуждает рвотный центр (малые дозы оказывают отхаркивающее действие, а большие вызывают рвоту). Другой алкалоид (анагирин) в эксперименте проявляет действие, близкое цитизину, и обладает курареподобными свойствами.

В медицинской практике термопсис (настой, порошок и сухой экстракт из травы) применяется как отхаркивающее средство при различных воспалительных заболеваниях дыхательных путей и легких. Углубление дыхания и учащение, наблюдающееся при приеме термопсиса, в свою очередь, способствует удалению мокроты.

Раствор алкалоида цитизина (цититон) употребляется для возбуждения дыхания. Пахикарпин назначается при спазмах периферических сосудов, гипертонической болезни и для ускорения родовой деятельности. Порошок сухого растения обладает инсектицидными свойствами, являясь ядом контактного действия; имеются указания на то, что отвары из травы употребляют в качестве противоглистного средства.

В народной медицине термопсис применяется как отхаркивающее при катарах верхних дыхательных путей, при воспалении легких.

При назначении препаратов термопсиса следует соблюдать осторожность, так как они являются сильнодействующими веществами (список Б).

Высшие дозы травы термопсиса (для взрослых): разовая 0,1 г, суточная 0,3 г.

В основном применяется в готовом таблетированном виде по 1 таблетке 3 раза в день.

### ТМИН ОБЫКНОВЕННЫЙ

Лекарственным сырьем являются плоды. Плоды тмина содержат наряду с красящими, смолистыми и белковыми веществами жирные и эфирные масла. В эфирном масле содержится около 50% кавона, который придает специфический запах тмину.

Плоды тмина используются в основном народной медициной в качестве тонизирующего кишечника средства, а также как желчегонное, ветрогонное и слабительное.

Применяют тмин в виде настоя при атонических запорах, при явлениях метеоризма и хронических холециститах.

1 столовую ложку на стакан воды кипятить 5 минут, затем прибавить 1 столовую ложку сахара на стакан отвара, принимать по 1 чайной ложке 5—6 раз в день.

### ТОЛОКНЯНКА ОБЫКНОВЕННАЯ (МЕДВЕЖЬЕ УШКО)

Лекарственным сырьем являются листья.

Основным действующим началом листьев толокнянки является гликозид арбутин, который в организме распадается на глюкозу и гидрохинон.

Гидрохинон обладает раздражающим и дезинфицирующим действием, выделяясь через почки, вызывает усиление диуреза и оказывает противомикробное, антисептическое действие.

В листьях толокнянки содержатся также дубильные вещества (до 35%), галловая кислота, галлотанин, урсоловая кислота, уваол, гиперозид, кверцитин, мирицитрин, хинная, муравьиная кислоты, эфирные масла, жир, воск, смола, минеральные соли.

Применяются листья толокнянки при воспалительных заболеваниях мочевого пузыря и мочевыводящих путей как мочегонное, дезинфицирующее и вяжущее средство в виде настоя или отвара (1:10).

Применяется также сухой экстракт из листьев толокнянки, освобожденный от дубильных веществ, — неувен (он содержит 30% арбутина и 12% солей кальция). Применяется в виде порошка по 0,5 г 3 раза в день при циститах и пиелоститах. Листья толокнянки входят также в состав мочегонных сборов.

В народной медицине имеются указания о возможности применения отвара из листьев толокнянки также при нервных расстройствах: 3 стакана сырой воды и 1 столовую ложку листьев варят, пока не испарится 1/3 жидкости, остужают, пьют по 2 стакана ежедневно, при этом запрещают употреблять алкогольные напитки.

При нервных заболеваниях смешивают листья толокнянки с травой пустырника поровну и готовят отвар: по 1 столовой ложке одного и другого растения заливают 3 стаканами воды и варят, пока не испарится 1/3 первоначального объема жидкости, процеживают и выпивают в 3 приема в течение дня.

Заварить 1 столовую ложку листьев стаканом кипятка, настаивать 30 минут, принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.



## ТРИФОЛЬ (ВАХТА ТРИЛИСТНАЯ)

Лекарственным сырьем являются листья. В листьях трифоли содержатся горькие гликозиды (мениантин, мелиатин), алкалоид генцианин, красящие вещества, рутин, гиперзоды, дубильные вещества.

В траве найдены: жирное масло, состоящее из глицеридов пальмитиновой и других кислот, холин, смолы и йод.

Водный настой из листьев (1:10) и спиртовая настойка употребляются как горечи для улучшения аппетита, повышения секреции пищеварительных желез, как средство, улучшающее перистальтику желудка и кишечника, как слабительное, желчегонное.

В народной медицине настой из листьев применяется для возбуждения аппетита, при туберкулезе, при лихорадочных состояниях и используется как антисептическое средство для промывания язв и ран.

2 чайные ложки травы залить стаканом кипятка, настоять в течение 30 минут, процедить, принимать по 1/4 стакана за полчаса до еды.

## ТЫКВА ОБЫКНОВЕННАЯ

Лекарственным сырьем являются семена, хранившиеся не более 2 лет, а также мякоть.

В семенах содержатся эфирное масло, фитостерин (кукурбитол), белок, фитин, сахар, салициловая кислота, также смола с оксигеротиновой кислотой. В мякоти тыквы содержатся фосфорная и кремниевая кислоты, соли кальция, магния, железа, а также сахар, каротин и витамин С.

В медицинской практике применяют семена и приготовленные из них препараты против различных ленточных глистов (свиного, бычьего и карликового цепней, широкого лентеца и др.), они уступают в активности препаратам из мужского папоротника, но не оказывают вредного действия на организм.

Сырые или высушенные на воздухе семена тыквы могут быть назначены при глистных инвазиях в следующем виде: 1) 300 г семян (для взрослых), очищенных от твердой кожуры, но сохранивших мягкую зеленую оболочку, растирают небольшими порциями в ступке, после последней порции семян ступку промывают 50—60 мл воды и сливают эту воду в тарелку с растертыми семенами, можно еще прибавить 50—100 г меда или варенья и тщательно перемешать. Полученную смесь принимают натощак небольшими порциями в течение 1 часа. Через 3 часа после последнего приема дают слабительное, затем еще через 1/2 часа, независимо от действия кишечника, ставят клизму.

Детям 3—4 лет назначают 40—50 г семян на прием, 5—6 лет — 100 г, а с 10 лет и старше — 150—200 г на прием.

2) Сырые семена (500 г для взрослых) измельчают вместе с кожурой в мясорубке или ступке, затем заливают двойным количеством воды и выпаривают в течение 2 часов в водяной бане на легком огне, доводя до кипения. Готовый отвар фильтруют через марлю. С поверхности отвара снимают масляную пленку. Весь отвар принимают натощак в течение 20—30 минут. Через 2 часа после приема отвара назначают солевое слабительное. Детям готовят отвар из 50—150 г семян.

Мякоть тыквы улучшает функцию кишечника при запорах, усиливает диурез. Назначают мякоть сырой тыквы по 1/2 кг в день или 1/2 стакана сока из мякоти.

В народной медицине очищенные семена тыквы (до 3 стаканов в день) издавна применяются как глистогонное. Свежей мякотью плодов тыквы обкладывают воспаленные места при ожогах, экземах. Тыква считается хорошим мочегонным средством.

## ТЫСЯЧЕЛИСТНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

Лекарственным сырьем являются трава и цветки, собранные в период цветения растения.

В листьях растения содержатся алкалоид ахиллен, в листьях и соцветиях — эфирное масло, содержащее проазулен, пинены, борнеол, сложные эфиры, камфору, туион, цинеол, карофиллен, муравьиную, уксусную, аконитовую и аскорбиновую кислоты, витамины С, К, каротин, фитонциды, спирты и другие вещества.

Тысячелистник употребляется в качестве горечи для улучшения аппетита, как кровоостанавливающее при кишечных, геморроидальных, маточных и других кровотечениях, а также наружно при кровотечении из носа, десен.

Опытами показано, что препаратами тысячелистника увеличивают число тромбоцитов в крови и укорачивают время кровотечения. Кроме того, они усиливают сокращение маточной мускулатуры, но сосуды расширяют. Обладают противовоспалительным и антиаллергическим действием и ускоряют заживление ран.

В народной медицине тысячелистник употребляется очень давно как при плохом аппетите, так и для лечения самых разнообразных заболеваний желудочно-кишечного тракта: гастритах, язвенной болезни, нарушении пищеварения, геморрое, болезни почек. Его употребляют при различных кровотечениях (геморроидальных, маточных) как внутрь в виде настоя, так и наружно в виде того же настоя, иногда в виде свежего сока из растения.

## ФЕНХЕЛЬ ОБЫКНОВЕННЫЙ (УКРОП АПТЕЧНЫЙ)

Плоды фенхеля имеют такое же медицинское применение, как и анис, — они тоже прописываются в качестве желудочного и отхаркивающего средства. Особой популярностью пользуется «укропная вода» в качестве ветрогонного при вздутии животика у самых маленьких детей. На вкус плоды фенхеля сладкие, их запах напоминает анис, а эфирное фенхелевое масло, получаемое перегонкой плодов с водяным паром, содержит ту же составную часть — анетол. Количество анетола меньше, чем у аниса, и поэтому масло при комнатной температуре жидкое.

В плодах фенхеля содержится 4—6% эфирного масла, в состав которого входят до 60% анетола, 10—12% фенхола, пинен, камфен, метилхавикол и анисовый альдегид. Семена богаты жирным маслом (до 18%).

Применяют, подобно анису, как средство от кашля, ветрогонное и способствующее пищеварению.

Входит вместе с анисом в состав слабительного чая, в успокоительные, ветрогонные чаи, грудной, желчегонный. Из эфирного масла приготавливают «укропную воду», которую пьют по одной чайной ложке несколько раз в день.

1—2 чайные ложки измельченных плодов заваривают как чай одним стаканом кипятка, по охлаждению пьют по одной столовой ложке несколько раз в день.

## ФИАЛКА ТРЕХЦВЕТНАЯ (АНЮТИНЫ ГЛАЗКИ)

Лекарственным сырьем является трава без корней, собранная в период цветения.

Трава содержит слизь, соль винно-каменной кислоты, салициловую кислоту, витамины С, В, каротин, сапонины, гликозид, распадающийся с образованием метилового эфира салициловой кислоты, желтый пигмент, виолакверцитин, фитонциды.

Препараты фиалки обладают отхаркивающим, смягчительным и мочегонным действием. Применяется как отхаркивающее при бронхитах, слизистое и обволакивающее при гастритах, мочегонное при застойных явлениях (в виде настоя из расчета 1:10). Из травы приготавливают неогаленовый препарат тривиолин, который применяется в каплях при кашле.

В народной медицине фиалка трехцветная применяется при рахите, ревматизме, золотухе, подагре, как потогонное, отхаркивающее. Кроме трехцветной, в народной медицине используется в тех же целях трава фиалки полевой, которая встречается в тех же условиях и в тех же климатических зонах Советского Союза.

Заварить 15,0 — 20,0 г в стакане кипятка, принимать по 1/2—1 стакану 2—3 раза в день.

## ХВОЩ ПОЛЕВОЙ

Лекарственным сырьем являются зеленые бесплодные стебли, собираемые в течение всего лета. Срезанные у корня стебли быстро высушиваются на воздухе или в хорошо проветриваемом помещении.

В траве хвоща полевого содержатся аконитовая (эквизетовая) кислота, сапонины, шавелевая, яблочная кислоты, каротин и витамин С, дубильные вещества, горькое вещество, углеводы, смола, а также значительное количество кремниевой кислоты и солей кальция.

Отвар и жидкий экстракт хвоща полевого применяется в качестве мочегонного средства при отеках, обусловленных недостаточностью кровообращения, а также при воспалительных заболеваниях мочевого пузыря и мочевыводящих путей, плевритах с большим количеством экссудата; кроме того, полевой хвощ используется как кровоостанавливающее средство при геморроидальных и маточных кровотечениях. Трава хвоща входит в состав противоастматической микстуры (по Траскову), имеются указания о применении хвоща при лечении дизентерии.

Не рекомендуется применять препараты из хвоща при воспалительных заболеваниях почек, так как они вызывают их раздражение.

В народной медицине полевой хвощ издавна применяется как кровоостанавливающее и мочегонное средство. Водный настой хвоща употребляется при отеках, особенно сердечного происхождения, при желчнокаменной болезни, подагре, ревматизме. В Европе настоем хвоща рекомендуется употреблять внутрь при лечении заболеваний легких, а наружно для промываний долго не заживающих ран и язв и в виде полосканий при воспалительных заболеваниях полости рта и глотки.

4 чайные ложки травы залить 2 стаканами кипящей воды, настоять 15 минут и теплый настой пить в течение дня.

## ЧАБРЕЦ ОБЫКНОВЕННЫЙ (БОГОРОДСКАЯ ТРАВА, ТИМЬЯН)

Лекарственным сырьем является трава, собранная во время цветения и высушенная в тени на воздухе или в хорошо проветриваемом помещении. По высушивании с травы сдергиваются листья и верхушки цветущих ветвей.

Действующими началами чабреца являются: эфирное масло,

состоящее, главным образом, из терпена цимола, а также белковые, горькие, смолистые и дубильные вещества.

Чабрец используется наружно, как освежающее в ароматических ваннах, для компрессов в расчете на его раздражающее действие при заболеваниях суставов, мышц и периферических нервных стволов. Внутри препараты чабреца назначаются как отхаркивающее при катарах верхних дыхательных путей при бронхитах, а также в периоде «разрешения» пневмоний и т. д.

15 г заварить в 200 мл кипятка, отстоять. Пить по 1 столовой ложке 3 раза в день.

### ЧЕРЕДА ТРЕХРАЗДЕЛЬНАЯ

Лекарственным сырьем является трава. Собираются верхние части травы с листьями во время цветения. Сушится трава на открытом воздухе.

Химический состав череды изучен недостаточно. Известно, что она содержит слизь, горечи, эфирное масло, большое количество каротина (до 60 мг%), аскорбиновую кислоту (от 100 до 1000 мг%), дубильные вещества с высоким содержанием полифенилов, которым приписываются противовоспалительные и антисептические свойства. Кроме того, череда содержит марганец, способный переходить в водные растворы.

Череда популярна в народной медицине. Ее применяют внутрь в виде водного настоя, чая для лечения золотухи, повышения аппетита, улучшения пищеварения. Водный настой травы череды употребляют при подагре, рахите, артритах, болезнях печени и селезенки, кожных заболеваниях, а также как легкое потогонное и мочегонное средство.

Отвары из травы череды используются при золотухе для ванн, умываний и обтираний.

Растертые листья череды прикладывают к ранам и язвам, что способствует очищению их от гноя, подсушиванию и более быстрому заживлению.

В народе для приема внутрь готовят навар. Берут 4 столовые ложки нарезанной травы, заливают 1 литром кипятка, настаивают ночь. Принимают по 1/2 стакана 3—4 раза в день.

### ЧЕРЕМУХА ОБЫКНОВЕННАЯ

В медицинской практике применяются зрелые плоды черемухи. Сбор плодов производится по мере их созревания в июле—августе. Плоды сушат либо на открытом воздухе, либо в печах.

Плоды черемухи содержат дубильные вещества и другие орга-

нические кислоты (яблочную, лимонную), а также эфирное масло горького миндаля и гликозид амигдалин и др.

В практической медицине применяется отвар из плодов черемухи внутрь как прогнотическое средство.

По одной столовой ложке плодов заварить в стакане кипящей воды, кипятить 20 минут, процедить. Принимать по 1/2 стакана 2—3 раза в день.

### ЧЕРНИКА

В лечебных целях, а также в пищевой промышленности используются плоды черники, собираемые в период их полного созревания, и реже — листья черники, собираемые во время цветения, в мае—начале июня.

Ягоды черники содержат от 5% до 20% тростникового сахара, около 7% дубильных веществ пирокатехиновой группы, пектиновые вещества, лимонную, яблочную, молочную, щавелевую, хинную и янтарную кислоты, красно-фиолетового цвета пигмент антоциан, витамин С.

Листья черники содержат гликозиды: неомиртиллин, миртиллин, незначительное количество эриколина (арбутин); 18—20% дубильных веществ, цериловый спирт, эфирное масло, органические кислоты, витамин С.

Благодаря значительному содержанию танинов ягоды черники обладают сильным вяжущим свойством и широко применяются как вяжущее при острых и хронических поносах, особенно у детей, катарах верхних дыхательных путей, ангинах. Для лечения поносов применяют водный настой ягод, черничный кисель или просто ягоды. При воспалительных процессах верхних дыхательных путей, рта и глотки назначают полоскание отваром из ягод.

Ягоды черники входят в состав вяжущего сбора. Листья черники вследствие содержания в них миртиллина, вызывающего снижение содержания сахара в крови и моче, в последнее время стали рекомендовать для лечения диабета.

В народной медицине является популярнейшим средством. Ягоды черники, особенно свежие, регулируют перистальтику кишечника. Хороший результат в народе отмечают как при поносах, так и при хронических запорах. Ягоды черники употребляются также при катарах кишечника и желудка с пониженной кислотностью, камнях почек, подагре, ревматизме, кровотечениях, воспалениях ротовой полости и горла, чешуйчатом лишае.

Чернику и землянику в смеси, чередуя, рекомендуется применять при камнях почек. Хорошие лечебные результаты отмечены в народе при употреблении больших количеств свежих ягод черники при подагре, ревматизме, нарушении обмена веществ. Наружно

для лечения экзем, кожных сыпей, некротических язв, обожженных поверхностей тела применяют сваренные свежие ягоды черники (варят недолго), наносят их толстым слоем на пораженные места, обкладывают марлей и обвязывают. Процедура эта повторяется ежедневно. Присохшую марлю рекомендуют отмачивать теплой чистой сывороткой от кислого молока.

Листья черники в настое или отваре широко применяются в народе как противорвотное, при спазмах желудка, водянке, иногда при камнях желчного пузыря.

При геморроидальных кровотечениях делают клизму из настоя листьев черники, приготовленного из расчета 60 г листьев на 1 литр кипятка.

При диабете в народе рекомендуется чай, приготовленный из расчета 60 г листьев черники на 1 литр кипятка.

Настои и отвары черники готовят из расчета 1—2 чайные ложки сухих ягод на стакан кипятка, настаивают 10—15 минут, процеживают и принимают несколько раз в день.

## ЧЕСНОК

Для медицинских целей используются луковицы чеснока. В луковицах содержатся эфирное масло, глюкозид алин, йод, полисахариды, серосодержащие вещества и фитонциды.

В медицинской практике препараты (аллилсат, сативин и др.) чеснока применяются при атонии кишечника, метеоризме, для подавления процессов гниения и брожения в кишечнике, при коликах, дизентерии и как весьма эффективное противоглистное средство, а также при гипертонической болезни и атеросклерозе. Благодаря содержанию фитонцидов препараты чеснока обладают значительным антимикробным действием.

Имеются положительные результаты при лечении препаратами чеснока трихомонадных кольпитов (тампонами из кашицы чеснока), некоторых заболеваний уха, легких, гнойных язв и ран (опаривание в течение 10 минут кашицей из чеснока), дизентерии и др.

В народной медицине препараты чеснока издавна применяются при желудочно-кишечных заболеваниях и для профилактики их, при гипертонической болезни, кожных заболеваниях и др.

## ШАЛФЕЙ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

Лекарственным сырьем являются листья. Листья шалфея содержат крахмал, смолу, камедь, белковые, дубильные вещества, минеральные соли и эфирное масло до 2,5%. Масло шалфея содержит цинеол, туйон, пинен и другие терпены. Свежие листья содер-

жат фитонциды и обладают сильным бактерицидным действием. Растение известно с давних времен. Шалфей обладает дезинфицирующим, вяжущим, противовоспалительным действием. Применяется при различных катаральных состояниях слизистых оболочек, ангинах, воспалении десен.

Шалфей используют для полосканий в виде настоя или отвара из расчета 1 столовая ложка на стакан кипятка. Настаивают в течение 20 минут. Внутрь чай из листьев шалфея назначают при хронических бронхитах, при воспалении почечных лоханок. В чистом виде и в смеси с другими травами шалфей применяется для лечения заболеваний желудочно-кишечного тракта, печени и желчного пузыря, как мочегонное, ветрогонное, желчегонное и вяжущее средство. При бронхиальной астме курят листья шалфея вместе с листьями дурмана.

В китайской медицине шалфей применяется в качестве общеукрепляющего средства, назначается, кроме того, при дисменорее, суставном ревматизме, наружно при хронических заболеваниях кожи.

При флюсах, зубной боли, заболевании десен и горла хороша смесь из двух отваров: из шалфея (5 г на 1 стакан воды) и дубовой коры (5 г на 1 стакан воды). Отвары процеживают и смешивают. Полученная смесь отваров используется для полосканий в горячем виде.

Заварить 1 столовую ложку в стакане кипятка (полоскание).

1 столовую ложку заварить стаканом кипятка, настаивать 30 минут, выпить в течение дня (грудной сбор при бронхоэктатической болезни).

## ЩАВЕЛЬ ГУСТОЙ, ЩАВЕЛЬ КОНСКИЙ

Лекарственным сырьем являются все части растения в отдельности: листья с черешками, плоды в метелках, корни.

В корнях содержатся органические кислоты (дубильная, пирокатехиновая, пирогалловая, щавелевая), витамин К, эфирные масла и небольшое количество железа.

В листьях и стеблях конского щавеля содержатся преимущественно органические кислоты.

Щавель конский обладает в больших дозах слабительным, в малых дозах — противопоносным и желчегонным действием.

Послабляющее действие наступает через 8—12 часов с момента приема, поэтому препараты из щавеля следует назначать на ночь. Действующее начало щавеля оказывает стимулирующее влияние преимущественно на мускулатуру толстого кишечника, укорачивая время всасывания, способствует размягчению каловых масс. При частом применении может развиваться привыкание к препарату.

Поэтому следует чередовать назначение щавеля с другими препаратами слабительного действия.

При назначении препарата в дозах, в 5—10 раз меньше слабительных, отмечается желчегонное действие.

Показания для назначения: как слабительное при хронических, спастических колитах, при запорах на почве атонии кишечника, для облегчения акта дефекации, при геморрое, трещинах заднего прохода. Отвар из корневища конского щавеля применяется как противопоносное.

За последние годы появились указания о гипотензивном действии препаратов из конского щавеля.

Отвар корня (1:10) по 1 столовой ложке 3 раза в день.

### ШИПОВНИК КОРИЧНЫЙ (РОЗА КОРИЧНАЯ)

Лекарственным сырьем являются ложные плоды.

По содержанию витамина С шиповник превосходит почти все растительные продукты. Содержание витамина С в мякоти зрелых плодов различных видов шиповника колеблется от 4,8 до 14,4% и более, что превосходит содержание его в черной смородине примерно в 10 раз, а в яблоках в 100 раз.

Применяется шиповник главным образом как поливитаминное средство при лечении заболеваний, вызванных недостатком в организме аскорбиновой кислоты и некоторых других витаминов, а также при малокровии как общеукрепляющее, при истощении организма и других заболеваниях.

Установлено, что вытяжка из плодов усиливает секрецию желчи и поэтому рекомендуется в сочетании с другой лекарственной терапией при заболеваниях печени и желчных путей.

Мякоть плодов используется в качестве слабительного. Назначается шиповник внутрь в самых разнообразных формах.

Медицинская промышленность СССР из плодов шиповника изготавливает различные концентраты витамина С и поливитаминные концентраты в форме экстрактов, сиропов, порошков, таблеток, драже и пр.

Сушеные плоды применяются для домашнего лечения.

Для сохранения витамина С настой из плодов шиповника готовят следующим образом: 1 столовую ложку целых плодов заливают стаканом кипятка и кипятят в течение 10 минут в закрытой эмалированной посуде. Затем оставляют на сутки. При этом посуда должна быть тщательно закрыта, так как доступ воздуха ускоряет разрушение витаминов в настое. Через сутки настой процеживают и принимают 1/4 — 1/2 стакана 2 раза в день. Если настой приготавливают из очищенных плодов шиповника, то 1 столовую

ложку плодов заливают 2 стаканами кипятка и после десятиминутного кипячения настаивают 3 — 4 часа. Принимают также по 1/2—1/4 стакана 2 раза в день.

Сухие плоды шиповника входят в состав витаминных сборов.

Настои из витаминных сборов готовятся следующим образом: 2 чайные ложки сбора заливают 2 стаканами кипящей воды, настаивают в теплом месте, процеживают и принимают без сахара или добавляя по вкусу сахар по 1/2 стакана 3—4 раза в день.

В народной медицине плоды шиповника издавна применяют для лечения цинги, при простудных заболеваниях. Лепестки цветов, сваренные с медом, употребляют для лечения рожи. Корни шиповника содержат много дубильных веществ, используются как вяжущее средство. Из корней готовят отвар или настойку на водке и употребляют при поносе.

В тибетской народной медицине шиповник употребляют при лечении неврастении, атеросклероза и туберкулеза легких.

Одну столовую ложку ягод залить двумя стаканами кипятка, кипятить в течение 10 минут. Оставить в закрытой посуде на сутки, процедить. Принимать по 1/2—1/4 стакана 2—3 раза в день (при инфекционных заболеваниях, как поливитаминное средство).

1 чайную ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять в течение часа, процедить, принимать по 1/2 стакана 3—4 раза в день. Можно добавить по вкусу сахар (как поливитаминное средство).

1 чайную ложку сбора залить стаканом кипятка, настоять в течение часа, процедить, принимать по 1/2 стакана 3—4 раза в день. Можно добавить по вкусу сахар (мочегонное).

По 1 чайной ложке 3 раза в день (желчегонное).

### ШЛЕМНИК БАЙКАЛЬСКИЙ

В качестве лекарственного сырья используются корневища и корни шлемника байкальского.

Корни и корневища содержат в своем составе флавоноиды: байкалин, гидролитически расщепляющийся на глюкуроновую кислоту, байкалеин и скутеллярин; вагонин, дубильные вещества пирокатехиновой группы и смолы.

Экспериментальными и клиническими исследованиями установлено, что препараты шлемника байкальского малотоксичны. Содержащийся в растении скутеллярин понижает возбудимость нервной системы.

В клинике препараты шлемника байкальского зарекомендовали себя как ценные гипотензивные и успокаивающие средства.

Основными показаниями к применению шлемника байкальского в клинике являются начальные формы гипертонической болезни, функциональные расстройства нервной системы, протекающие с

явлениями повышенной возбудимости, бессонница. При приеме у больных понижается артериальное давление, исчезают головные боли, шум в голове, неприятные ощущения в области сердца, восстанавливается сон.

Настойка шлемника (25,0 г) употребляется по 20—30 капель 3 раза в день перед едой.

### ЭВКАЛИПТ

В качестве лекарственного сырья используются листья эвкалипта, собираемые в течение всего летнего периода. Однако лучшими по качеству и более богатыми эфирным маслом считаются листья, собираемые осенью. Сушку производят на открытом воздухе.

Высушенные листья эвкалипта содержат от 1,5 до 3% эфирного масла, которое, как полагают, является основным действующим началом растения, дубильные вещества (5—6,3%), горечи, смолу и др.

Препараты из эвкалипта обладают антисептическим, противопаразитарным, противоглистным и болеутоляющим действием. Общеизвестно, что в местностях, где растет эвкалипт, нет малярийных комаров.

Медицинское применение получили настой, отвар, настойка из растения и эвкалиптовое масло.

Настой и отвар из листьев эвкалипта применяют наружно для лечения инфицированных ран, флегмон, абсцессов, а также при плевритах, гнойных маститах, открытых переломах, хроническом остеомиелите, гинекологических и других заболеваниях.

Настойку эвкалипта назначают иногда внутрь при бронхите, гриппе и как успокаивающее средство.

Эфирное масло эвкалипта используется в качестве антисептического средства. Дезинфицирующее действие эвкалиптового масла в 3 раза превосходит действие карболовой кислоты, но в отличие от последней эвкалиптовое масло значительно менее ядовито. Эфирное масло эвкалипта можно применять внутрь как отхаркивающее и противомикробное средство при заболеваниях верхних дыхательных путей. Эвкалиптовое масло используется также для влажных ингаляций при заболеваниях носоглотки и верхних дыхательных путей. В смеси с водой или в спиртовом растворе масло эвкалипта применяют для опрыскивания помещений как освежающее и дезодорирующее воздух средство.

Наружно эвкалиптовое масло назначают в качестве болеутоляющего и отвлекающего средства при невралгиях, ревматизме, люмбаго.

50 г листьев залить 0,5 литра воды, варить в течение 3—4 ми-

нут, затем процедить. Применять в виде примочек или ванночек для лечения ран.

### ЭЛЕУТЕРОКОКК (СВОБОДНОГОДНИК КОЛЮЧИЙ, ПЕРЕЦ ДИКИЙ)

Лекарственным сырьем являются листья и корни. Листья собирают во время цветения, корни — осенью или ранней весной.

В корневище элеутерококка содержатся глюкозиды, производные стероидов, кумаринов и флавоноидов, алкалоиды, эфирное масло (0,8%). В паренхиме коры находятся крахмальные зерна, кальций, имеются смолы (до 18%), жирные масла.

Препараты элеутерококка стимулируют физическую и умственную работоспособность, повышают сопротивляемость организма к различного рода вредным факторам и заболеваниям, нормализуют кровяное давление, снижают повышенный уровень сахара в крови. Улучшая общее состояние, элеутерококк делает организм более устойчивым к простудным и другим заболеваниям, улучшает сон, повышает аппетит, активизирует и уравнивает возбуждительно-тормозные процессы центральной нервной системы, уменьшает токсичность антибластомных веществ (циклофосфана, тиотефа, сарколизина).

Показаниями для назначения являются переутомление, неврастения, психастения, истощение нервной системы, сопровождающееся понижением трудоспособности, раздражительностью, бессонницей; вегетоневрозы, агноспазм, аритмия и гипотония функционального характера, начальные формы атеросклероза, гипертонической болезни, легкая форма сахарного диабета (у пожилых людей в сочетании с букарбаном), острая и хроническая лучевая болезнь (в сочетании с другими средствами).

Противопоказания — инфаркт миокарда, гипертонические кризы, лихорадочные состояния и острые инфекционные заболевания.

Жидкий экстракт по 20—40 капель 3 раза в день.

### ЭФЕДРА ДВУХКОЛОСКОВАЯ (ХВОЙНИК ДВУХКОЛОСКОВЫЙ, КУЗЬМИЧЕВА ТРАВА)

Лекарственным сырьем является все растение. Собирается растение летом, выкапывается вместе с корнем или срезается только трава. Сушится в тени.

Кузьмичева трава содержит алкалоид эфедрин и его изомеры (псевдоэфедрин, метилэфедрин и норпсевдоэфедрин).

Алкалоиды кузьмичевой травы оказывают возбуждающее действие на центральную нервную систему. Эфедрин, являясь препа-







36			
35			
34	+		
33			
32		+	
31		+	
30			
29		+	+
28	+	+	
27			
26			
25			
24			
23			
22			
21			
20			
19			
18			
17			
16			
15			
14			
13	+		
12		+	+
11	+		
10		+	
9		+	
8			
7			
6		+	+
5		+	
3		+	
4		+	
2		+	
1		+	

94. ШЛЕМНИК БАЙКАЛЬСКИЙ

95. ЭВКАЛИПТ

96. ЭЛЕУТЕРОКОК

97. ЭФЕДРА ДВУХКОЛОСКОВАЯ

## ПРИМЕЧАНИЕ К ТАБЛИЦЕ

### НОМЕР ПО ГОРИЗОНТАЛИ СООТВЕТСТВУЕТ СЛЕДУЮЩЕЙ НОЗОЛОГИЧЕСКОЙ ЕДИНИЦЕ

- 1 — ОРЗ, ангины, аденовирусная инфекция
- 2 — Острый и хронический бронхиты
- 3 — Острые и хронические пневмонии
- 4 — Плевриты
- 5 — Бронхоэктатическая болезнь
- 6 — Бронхиальная астма
- 7 — ИБС стенокардия
- 8 — Атеросклероз, склероз сосудов головного мозга
- 9 — Нарушение ритма (аритмии, тахикардия)
- 10 — Ревматизм, ревматические пороки
- 11 — Гипертоническая болезнь
- 12 — Гипотоническая болезнь
- 13 — Невроз сердца
- 14 — Анемии (железодефицит, и постгеморрагичес.)
- 15 — Нарушение свертываемости крови
- 16 — Геморрагии желудочные
- 17 — —«— Кишечные
- 18 — —«— Геморроидальные
- 19 — —«— Легочные
- 20 — —«— Маточные
- 21 — Стоматиты, гингивиты
- 22 — Гастриты, дуодениты
- 23 — Язвенная болезнь желудка и 12-перстной кишки
- 24 — Энтериты и колиты
- 25 — Болезнь печени и желчного пузыря
- 26 — Острые и хронические пиелонефриты и пиелиты, гломерулонефриты, циститы
- 27 — Мочекаменная болезнь
- 28 — Неврастения, астения, истерия
- 29 — Умственное и физическое переутомление
- 30 — Климакс
- 31 — Импотенция
- 32 — Диабет
- 33 — Гиповитаминоз
- 34 — Туберкулез
- 35 — Глистные инвазии
- 36 — Ревматоидный артрит, подагра, обменный артрит

## СОСТАВ И ПРИМЕНЕНИЕ ЛЕКАРСТВЕННЫХ ЧАЕВ И СБОРОВ

### АППЕТИТНЫЙ ЧАЙ № 1

Трава полыни (30,0\*) + трава тысячелистника (10,0).

Одну столовую ложку смеси заварить стаканом кипящей воды, настаивать 20 минут, процедить через марлю. Принимать по столовой ложке за 15 — 20 минут до еды.

### АППЕТИТНЫЙ ЧАЙ № 2

Трава полыни (20,0) + трава тысячелистника (20,0) + корни одуванчика (10,0).

Одну столовую ложку смеси заварить стаканом кипящей воды, настаивать 20 минут, процедить через марлю. Принимать по столовой ложке за 15 — 20 минут до еды.

### АППЕТИТНЫЙ ЧАЙ № 3

Листья вахты (10,0) + трава полыни (10,0)

Одну столовую ложку смеси заварить стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить через марлю. Принимать по столовой ложке за 15 — 20 минут до еды.

### АППЕТИТНЫЙ ЧАЙ № 4

Трава полыни (10,0) + корневища аира (10,0) + листья вахты (10,0) + плоды тмина (10,0).

Одну столовую ложку смеси заварить стаканом кипятка, настаивать 20 минут, процедить через марлю. Принимать по столовой ложке за 15—20 минут до еды.

### АППЕТИТНЫЙ ЧАЙ № 5

Трава полыни (10,0) + листья вахты (10,0).

Одну столовую ложку смеси заварить стаканом кипящей воды,

настаивать 20 минут, процедить через марлю. Принимать по столовой ложке за 15 — 20 минут до еды.

### АППЕТИТНЫЙ ЧАЙ № 6

Трава полыни (10,0) + листья вахты (10,0) + корни одуванчика (10,0).

Одну столовую ложку смеси заварить стаканом кипящей воды, настаивать 20 минут, процедить через марлю. Принимать по столовой ложке за 15 — 20 минут до еды.

### ВИТАМИННЫЙ ЧАЙ № 1

Плоды шиповника (10,0) + ягоды смородины (10,0).

Одну столовую ложку смеси заварить двумя стаканами кипятка, настаивать не менее одного часа в хорошо закрытой посуде, процедить через марлю, добавить по вкусу сахар. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день.

### ВИТАМИННЫЙ ЧАЙ № 2

Плоды шиповника (10,0) + плоды рябины (10,0).

Одну столовую ложку смеси заварить двумя стаканами кипятка, кипятить 10 минут, настаивать 4 часа в хорошо закупоренной посуде (в прохладном и темном помещении), процедить через марлю, добавить по вкусу сахар. Пить по 1/2 стакана 3 раза в день.

### ВИТАМИННЫЙ ЧАЙ № 3

Плоды шиповника (10,0) + плоды брусники (10,0).

Одну столовую ложку смеси заварить двумя стаканами кипятка, кипятить 10 минут, настаивать 4 часа в плотно закупоренной посуде (в прохладном, темном помещении), процедить через марлю. Пить 1/2 стакана 3 раза в день.

### ВИТАМИННЫЙ ЧАЙ № 4

Листья крапивы (30,0) + плоды рябины (70,0).

Одну столовую ложку смеси заварить двумя стаканами кипятка, кипятить 10 минут, настаивать 4 часа в плотно закупоренной посуде (в прохладном, темном помещении), процедить через марлю. Пить по 1/2 стакана 3 раза в день.

\* Здесь и далее цифры в скобках — показатель вещества в граммах.

### ВИТАМИННЫЙ ЧАЙ № 5

Плоды шиповника (30,0) + плоды брусники (10,0) + листья крапивы (30,0).

Одну столовую ложку смеси заварить двумя стаканами кипятка, кипятить 10 минут, настаивать 4 часа в плотно закупоренной посуде (в прохладном, темном помещении), процедить через марлю. Пить по 1/2 стакана 3 раза в день.

### ВИТАМИННЫЙ ЧАЙ № 6

Плоды шиповника (30,0) + ягоды смородины (10,0) + листья крапивы (30,0) + корень моркови (30,0).

Одну столовую ложку сбора заварить двумя стаканами кипятка, кипятить 10 минут, настаивать в хорошо закрытой посуде 4 часа (в прохладном, темном месте), процедить через марлю. Пить по 1/2 стакана 3 раза в день.

### ВИТАМИННЫЙ ЧАЙ № 7

Плоды шиповника (10,0) + плоды малины (10,0).

Одну столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, кипятить 10 минут, настаивать 3 часа, процедить через марлю. Пить по 1/3 стакана 2—3 раза в день.

### ВИТАМИННЫЙ ЧАЙ № 8

Плоды шиповника (10,0) + листья малины (10,0) + листья смородины (10,0) + листья брусники (10,0).

Две столовые ложки смеси заварить стаканом кипятка, кипятить 10 минут, настаивать в плотно закрытой посуде до охлаждения, процедить через марлю, добавить по вкусу сахар. Пить по 1/2 стакана 2 раза в день.

### ЛЕКАРСТВЕННЫЕ СБОРЫ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНОГО ТРАКТА

Подорожник большой (листья 20,0) + мята перечная (трава 10,0) + зверобой продырявленный (трава 10,0) + ромашка аптечная (цветки 10,0) + шалфей лекарственный (трава 10,0) + аир болотных (корень 10,0) + вахта трехлистная (листья 10,0).

Принимать по 1/3 — 1/2 стакана настоя 3 раза в день за 30 минут до еды при хронических гастритах.



Ромашка аптечная (цветки 10,0) + календула лекарственная (цветки 10,0) + зверобой продырявленный (трава 10,0) + бессмертник песчаный (цветки 10,0) + тысячелистник обыкновенный (трава 10,0) + дуб обыкновенный (кора 10,0) + сушеница болотная (трава 10,0).

Принимать по 1/3 — 1/2 стакана настоя 3 раза в день за 30 минут до еды при хронических гастритах с нормо- или гиперсекрецией.



Подорожник большой (лист 10,0) + полынь горькая (трава 10,0) + мята перечная (трава 10,0) + зверобой продырявленный (трава 10,0) + аир обыкновенный (корни 10,0) + одуванчик лекарственный (корни 10,0) + аралия маньчжурская (корни 10,0).

Принимать по 1/3 — 1/2 стакана настоя за 30 минут до еды 3 раза в день при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки с пониженной желудочной секрецией.



Солодка голая (корни 10,0) + календула лекарственная (цветки 10,0) + тысячелистник обыкновенный (трава 10,0) + сушеница болотная (трава 10,0) + девясил высокий (корни 10,0) + валериана лекарственная (корни 10,0) + ромашка аптечная (цветки 10,0) + черника обыкновенная (плоды 10,0).

Принимать по 1/3 — 1/2 стакана настоя за 30 минут до еды 3 раза в день при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки с нормо- и гиперсекрецией.

Валериана лекарственная (корень 5,0) + аир болотный (корневище 10,0) + вахта трехлистная (листья 10,0) + тмин обыкновенный (плоды 10,0) + анис обыкновенный (плоды 10,0) + ромашка аптечная (цветки 10,0) + мята перечная (листья 15,0) + тысячелистник обыкновенный (трава 20,0).

Принимать внутрь по 1/3 — 1/2 стакана отвара на один прием в горячем виде за 1/2 часа до еды при гастритах, язвенной болезни.



Вахта трехлистная (листья 20,0) + золототысячник малый

(трава 20,0) + кожура апельсина (20,0) + полынь горькая (трава 20,0).

Принимать по 1/2 — 1/3 стакана отвара 3 раза в день при эпилептическом гастрите.



Солодка голая (корень 20,0) + аир болотный (корневище 20,0) + мята перечная (листья 10,0) + фенхель обыкновенный (плоды 20,0).

Принимать по 2/3 — 3/4 стакана отвара 3 раза в день за 30 минут до еды при повышенной кислотности желудочного сока.



Тысячелистник обыкновенный (трава 30,0) + ромашка аптечная (цветки 30,0) + зверобой продырявленный (трава 30,0).

Принимать по 2/3 стакана настоя 3 раза в день за 30 минут до еды при повышенной кислотности желудочного сока.



Фенхель обыкновенный (плоды 25,0) + алтей лекарственный (корни 25,0) + ромашка аптечная (цветки 25,0) + солодка голая (корень 25,0).

Принимать по 1/2 — 2/3 стакана отвара 3 раза в день за 30 минут до еды при хроническом гастрите.

Вахта трехлистная (листья 20,0) + фенхель обыкновенный (плоды 20,0) + мята перечная (трава 20,0) + тысячелистник обыкновенный (трава 20,0).

Принимать по 1/2 стакана отвара за 30 минут до еды при гиперацидных состояниях.



Фенхель обыкновенный (плоды 30,0) + ромашка аптечная (цветки 30,0) + липа сердцевидная (цветки 40,0).

Принимать по 1/2 — 2/3 стакана настоя 2—3 раза в день до еды при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.



Анис обыкновенный (плоды 20,0) + фенхель обыкновенный (плоды 20,0) + тмин обыкновенный (плоды 20,0) + мята перечная (листья 40,0).

Принимать по 1/3 — 1/4 стакана настоя глотками за 30 минут до еды 3 раза в день при спазмах желудка и метеоризме.



Аир болотный (корневище 15,0) + валериана лекарственная (корень 20,0) + мята перечная (листья 20,0) + ромашка аптечная (цветки 30,0).

Принимать в виде теплого настоя по 1/2 — 3/4 стакана 3 раза в день после еды при метеоризме и спазмах кишечника.



Фенхель обыкновенный (плоды 20,0) + тмин обыкновенный (плоды 20,0) + ромашка аптечная (цветки 20,0) + мята перечная (листья 25,0).

Принимать в виде теплого настоя по 1/2 — 3/4 стакана 2 раза в день после еды утром и вечером при спастических состояниях кишечника.



Кровохлебка лекарственная (корни 10,0) + черемуха обыкновенная (плоды 10,0) + мята перечная (трава 10,0) + тмин обыкновенный (плоды 10,0) + фенхель обыкновенный (плоды 10,0) +

Солодка голая (корни 10,0) + ромашка аптечная (цветки 10,0) + зверобой продырявленный (трава 10,0).

Принимать по 1/2 — 1/3 стакана настоя 3—4 раза в день за 30 минут до еды при хронических энтеритах.



Ромашка аптечная (цветки 10,0) + фенхель обыкновенный (плоды 10,0) + тмин обыкновенный (плоды 10,0) + мята перечная (трава 10,0) + зверобой продырявленный (трава 10,0) + подорожник большой (листья 10,0) + бессмертник песчаный (цветки 10,0) + кассия остролистная (листья и плоды 10,0).

Принимать по 1/2 — 1/3 стакана настоя 3 раза в день до еды при хронических спастических колитах.



Сушеница болотная (трава 10,0) + календула лекарственная (цветки 10,0) + ромашка аптечная (цветки 10,0) + зверобой продырявленный (трава 10,0) + ольха серая (соплодия 10,0) + мята перечная (трава 10,0) + подорожник большой (листья 10,0) + тысячелистник обыкновенный (трава 10,0) + тмин обыкновенный (плоды 10,0).

Принимать по 1/3 — 1/2 стакана настоя 3 раза в день до еды при хронических неспецифических язвенных колитах.



Мята перечная (листья 25,0) + тмин обыкновенный (плоды 25,0) + фенхель обыкновенный (плоды 25,0) + валериана лекарственная (корень 25,0).

Принимать по 1 стакану настоя утром и вечером в качестве ветрогонного средства.



Ромашка аптечная (цветки 50,0) + валериана лекарственная (корень 40,0) + тмин обыкновенный (плоды 10,0).

Принимать по 1/2 стакана настоя утром и вечером в качестве ветрогонного средства.



Ромашка лекарственная (цветки 50,0) + тмин обыкновенный (плоды 25,0) + душица обыкновенная (трава 25,0).

Принимать по 1/3 стакана настоя несколько раз в день в качестве ветрогонного средства.



Бузина черная (цветки 50,0) + жостер слабительный (плоды 50,0).

Принимать по 1 стакану отвара 2 раза в день после еды утром и вечером при запорах.



Крушина ольховидная (кора 50,0) + вахта трехлистная (листья 10,0) + фенхель обыкновенный (плоды 10,0) + солодка голая (корень 20,0).

Принимать по 1/3 — 1/4 стакана настоя 2 раза в день после еды при запорах.



Крушина ольховидная (кора 60,0) + анис обыкновенный (плоды 15,0) + крапива двудомная (листья 35,0).

Принимать по 1/2 — 3/4 стакана настоя на ночь как слабительное средство.



Кассия остролистная (листья 30,0) + крушина ольховидная (кора 30,0) + жостер слабительный (плоды 20,0) + анис обыкновенный (плоды 10,0) + солодка голая (корень 10,0).

Принимать по 1/2 — 3/4 стакана настоя на ночь как слабительное.



Крушина ольховидная (трава 15,0) + тысячелистник обыкновенный (плоды 10,0) + тмин обыкновенный (плоды 10,0).

Принимать по 1/2 — 3/4 стакана настоя на ночь как слабительное.



Черемуха обыкновенная (плоды 60,0) + черника обыкновенная (плоды 40,0).

Принимать по 1/4 — 1/2 стакана отвара 3—4 раза в день при поносах.

Ольха серая (соплодия 10,0) + горец змеиный (корневище 30,0).

Принимать по 1/4 — 1/2 стакана настоя 3—4 раза в день при поносах.



Черника обыкновенная (плоды 25,0) + бессмертник песчаный (цветки 12,5) + шалфей лекарственный (листья 37,5) + тмин обыкновенный (плоды 12,5).

Принимать по 1/2 стакана отвара 3—4 раза в день за 15 минут до еды при поносах.



Горец змеиный (корневище 50,0) + кровохлебка лекарственная (корневище 50,0).

Принимать по 1/3 — 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день при поносах.



Крушина ольховидная (кора 30,0) + мята перечная (листья 20,0) + крапива двудомная (листья 30,0) + валериана лекарственная (корень 10,0).

Принимать по 1/2 стакана отвара 2 раза в день утром и вечером как желудочное средство, регулирующее деятельность кишечника.



Крушина ольховидная (кора 20,0) + анис обыкновенный (плоды 20,0) + тысячелистник обыкновенный (трава 10,0) + горчица сарептская (семена 20,0) + солодка голая (корень 30,0).

Принимать по 1/2 стакана отвара 2 раза в день утром и вечером как средство, регулирующее деятельность кишечника.



Кассия остролистная (листья 20,0) + тысячелистник обыкновенный (трава 20,0) + крушина ольховидная (кора 20,0) + солодка голая (корень 20,0).

Принимать по 1/2 стакана настоя 1 раз в день на ночь в качестве противогеморроидального средства.

Дуб обыкновенный (корень 30,0) + льняное семя (30,0) + ромашка аптечная (цветки 40,0).

Принимать по 1/3—3/4 стакана настоя 3 раза в день после еды при запорах, осложненных геморроем.



Зверобой продырявленный (трава 15,0) + сушеница болотная (трава 10,0) + горец почечуйный (трава 15,0) + подорожник большой (листья 15,0) + крушина ломкая (кора 10,0) + хвощ полевой (трава 10,0) + ромашка аптечная (цветки 10,0).

Принимать по 1/3 стакана настоя 3 раза в день до еды при геморрое.



Кукуруза (столбики с рыльцами 10,0) + ромашка аптечная (цветки 10,0) + одуванчик лекарственный (корни 10,0) + полынь горькая (трава 10,0) + календула лекарственная (цветки 10,0) + мята перечная (трава 10,0) + пижма обыкновенная (цветки 10,0) + чистотел большой (трава 10,0).

Принимать по 1/3 — 1/2 стакана настоя за 30 минут до еды 3 раза в день при желчнокаменной болезни и заболеваниях желчевыводящих путей.



Бессмертник песчаный (цветки 20,0) + тысячелистник обыкновенный (трава 20,0) + полынь горькая (трава 20,0) — фенхель обыкновенный (плоды 20,0) + мята перечная (листья 20,0).

Принимать по 1/2 стакана настоя 4 раза в день за 15 минут до еды при гепатите, холецистите.



Мята перечная (листья 20,0) + полынь обыкновенная (корни 20,0) + валериана лекарственная (корни 20,0) + зверобой продырявленный (трава 30,0).

Принимать по 1—2 стакана настоя 2—3 раза в день за 30 минут до еды при холецистите, холангите.

Зверобой продырявленный (трава 25,0) + одуванчик лекарственный (корни 15,0) + тмин песчаный (цветки 15,0) + вахта трехлистная (трава 15,0) + ромашка аптечная (цветки 15,0) + золототысячник малый (трава 15,0).

Принимать по 1 стакану настоя 2 раза в день за 30 минут до еды при холецистите, холангите.



Береза повислая (листья 20,0) + можжевельник обыкновенный (плоды 20,0) + полынь горькая (трава 20,0) + тысячелистник обыкновенный (трава 20,0).

Принимать по 1/2 стакана отвара 2 раза в день за 30 минут до еды при холецистите, холангите.



Вахта трехлистная (листья 20,0) + горечавка желтая (корни 20,0) + одуванчик лекарственный (корни 30,0) + мята перечная (листья 30,0).

Принимать по 1/3 — 1/2 стакана отвара 3 раза в день за 30 минут до еды при холециститах.



Фенхель обыкновенный (плоды 10,0) + бессмертник песчаный (цветки 20,0) + мята перечная (листья 20,0) + тысячелистник обыкновенный (трава 20,0) + полынь горькая (трава 20,0).

Принимать по 1 стакану отвара 2—3 раза в день за 30 минут до еды при желчнокаменной болезни.



Тмин обыкновенный (плоды 20,0) + крушина ольховидная (кора 20,0) + дягиль лекарственный (корни 20,0) + мята перечная (листья 20,0) + шалфей лекарственный (листья 20,0).

Принимать по 1/2 — 3/4 стакана отвара 3 раза в день за 30 минут до еды при желчнокаменной болезни.



Одуванчик лекарственный (корни 20,0) + горец птичий (трава 15,0) + кукурузные рыльца (15,0) + анис обыкновенный (плоды 10,0).

Принимать по 1/4 — 1/3 стакана отвара 3 раза в день за 30 минут до еды при желчнокаменной болезни.



Бессмертник песчаный (цветки 40,0) + вахта трехлистная (листья 30,0) + мята перечная (листья 20,0).

Принимать по 1/2 — 1/3 стакана отвара 3 раза в день за 30 минут до еды в качестве желчегонного средства.



Бессмертник песчаный (цветки 30,0) + ревень таугутский (корни 20,0) + тысячелистник обыкновенный (трава 50,0).

Принимать в виде настоя 1 раз в сутки на ночь по 2/3 — 3/4 стакана при желчнокаменной болезни.



Заманиха высокая (корни 10,0) + хвощ полевой (трава 10,0) + шиповник коричный (плоды 10,0) + череда трехраздельная (трава 10,0) + девясил высокий (корни 10,0) + черника обыкновенная (листья 10,0) + зверобой продырявленный (трава 10,0) + мята перечная (трава 10,0).

Принимать по 1/3 стакана настоя до еды 3 раза в день при сахарном диабете.

### ЛЕКАРСТВЕННЫЕ СБОРЫ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ БОЛЕЗНЯХ ПОЧЕК И МОЧЕВЫВОДЯЩИХ ПУТЕЙ

Календула лекарственная (цветки 20,0) + крапива двудомная (трава 10,0) + тысячелистник обыкновенный (трава 20,0) + фенхель обыкновенный (плоды 10,0) + хвощ полевой (трава 10,0) + береза повислая (листья 15,0).

Принимать по 1/3 — 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день как мочегонное и противовоспалительное средство при хронических воспалительных заболеваниях почек и мочевыводящих путей.



Бузина черная (цветки 25,0) + зверобой продырявленный (трава 25,0) + ромашка аптечная (цветки 25,0) + липа сердцевидная (цветки 25,0).

Принимать по 1—2 стакана настоя в теплом виде на ночь при воспалительных заболеваниях почек и мочевыводящих путей.

Береза повислая (листья 15,0) + брусника обыкновенная (листья 15,0) + почечный чай (трава 10,0) + солодка голая (корень 15,0) + зверобой продырявленный (трава 15,0) + календула лекарственная (цветки 15,0).

Принимать по 1/3 — 1/2 стакана настоя 3—4 раза в день при воспалительных заболеваниях мочевыводящих путей.



Береза повислая (листья 10,0) + почечный чай (трава 15,0) + хвощ полевой (трава 10,0) + ромашка аптечная (цветки 15,0) + укроп огородный (семена 15,0).

Принимать по 1/2 — 2/3 стакана настоя 3—4 раза в день при мочекаменной болезни.



Крапива двудомная (листья 20,0) + аир болотный (корневище 15,0) + мята перечная (листья 10,0) + хвощ полевой (трава 15,0) + бузина черная (цветки 10,0) + можжевельник обыкновенный (плоды 15,0) + шиповник коричный (плоды 15,0).

Принимать по 1/2 — 1/3 стакана отвара в теплом виде 2—3 раза в день при мочекаменной болезни.



Пастушья сумка (трава 10,0) + можжевельник обыкновенный (плоды 15,0) + толокнянка обыкновенная (листья 15,0) + стальник полевой (корень 15,0) + одуванчик лекарственный (корень 15,0).

Принимать по 1/2 — 1/3 стакана отвара в теплом виде 2 — 3 раза в день при мочекаменной болезни.



Шиповник коричный (плоды 20,0) + можжевельник обыкновенный (листья 20,0) + береза повислая (листья 20,0).

Принимать по 1/3 — 1/4 стакана настоя глотками 3 раза в день как мочегонное средство при мочекаменной болезни.



Береза повислая (листья 50,0) + шиповник коричный (плоды 25,0).

Принимать по 1/3 — 1/4 стакана настоя 3 раза в день в качестве мочегонного средства при сердечно-сосудистой недостаточности, асците.



Береза повислая (листья 25,0) + толокнянка обыкновенная (листья 25,0) + кукурузные столбики с рыльцами (25,0) + солодка голая (корень 25,0).

Принимать по 1/2 — 1/3 стакана настоя 3 раза в день при цистите.



Крапива двудомная (листья 20,0) + береза повислая (листья 20,0) + льняное семя (50,0).

Принимать по 1—2 стакана настоя в теплом виде в несколько приемов в течение дня при пиелонефрите.



Почечный чай (трава 20,0) + толокнянка обыкновенная (листья 10,0) + хвощ полевой (трава 10,0) + тысячелистник обыкновенный (трава 20,0) + календула лекарственная (цветки 20,0) + шиповник коричный (плоды 15,0).

Принимать по 1/4 — 1/3 стакана настоя 3 — 4 раза в день при хроническом гломерулонефрите.



Почечный чай (трава 15,0) + хвощ полевой (трава 10,0) + тысячелистник обыкновенный (трава 15,0) + календула лекарственная (цветки 15,0) + череда трехраздельная (трава 15,0).

Принимать по 1/4 — 1/3 стакана настоя 3—4 раза в день при гематурической форме хронического гломерулонефрита.

### СБОРЫ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ БОЛЕЗНЯХ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ

Эвкалипт прутовидный (лист 15,0) + шалфей лекарственный (листья 20,0) + ромашка аптечная (цветки 10,0) + мята перечная (трава 10,0) + сосна обыкновенная (почки 15,0) + девясил высокий (корни 20,0) + тимьян обыкновенный (трава 10,0).



Для приготовления ингаляционной смеси при ларингитах, трахеитах, тонзиллитах.



Эвкалипт прутовидный (лист 20,0) + календула (цветки 15,0) + шалфей лекарственный (листья 15,0) + ромашка аптечная (цветки 10,0) + девясил высокий (корни 10,0) + солодка голая (корни 10,0) + липа сердцевидная (цветки 10,0) + багульник болотный (трава 10,0).

Для полоскания ротоглотки при ларингитах, трахеитах, ангинах, тонзиллитах.



Алтей лекарственный (корень 20,0) + ромашка аптечная (цветки 20,0) + аир болотный (корень 10,0) + донник лекарственный (трава 20,0) + льняное семя (20,0).

Применять в виде теплого настоя для полоскания рта и горла при воспалении слизистых оболочек как смягчительное средство.



Липа сердцевидная (цветки 40,0) + ромашка аптечная (цветки 60,0).

Применять в виде настоя для полоскания рта и горла при воспалительных процессах.



Дуб обыкновенный (кора 50,0) + душица обыкновенная (трава 40,0) + алтей лекарственный (корень 10,0).

Применять в виде настоя для полоскания рта и горла при воспалительных заболеваниях.



Фенхель обыкновенный (плоды 10,0) + мята перечная (листья 30,0) + ромашка лекарственная (цветки 30,0) + шалфей лекарственный (листья 30,0).

Применять в виде теплого настоя по 1/2 — 1/3 стакана для полоскания при ларингите и ангине.



Алтей лекарственный (корень 40,0) + мать-мачеха обыкновенная (листья 20,0) + фенхель обыкновенный (плоды 15,0).

Принимать в виде теплого настоя или отвара по 1/3 — 1/4 стакана 3—5 раз в день при остром и хроническом бронхите, эмфиземе легких, пневмонии.



Тимьян обыкновенный (трава 10,0) + фенхель обыкновенный (плоды 10,0) + мята перечная (листья 10,0) + подорожник большой (листья 15,0) + алтей лекарственный (корень 15,0) + солодка голая (корень 15,0) + мать-мачеха обыкновенная (листья 20,0).

Принимать в теплом виде отвар или настой по 1/3 — 1/4 стакана в день при кашле, трахеобронхите, хроническом бронхите, остром сухом бронхите.



Багульник болотный (трава 10,0) + мать-мачеха (листья 10,0) + фиалка трехцветная (трава 10,0) + подорожник большой (листья 10,0) + ромашка аптечная (цветки 10,0) + первоцвет весенний (трава и корни 10,0) + анис обыкновенный (плоды 10,0) + алтей лекарственный (корни 20,0) + солодка голая (корни 10,0).

Принимать по 1/3 стакана в виде настоя или отвара 3 раза в день после еды при сухих бронхитах.



Девясил высокий (корни 10,0) + анис обыкновенный (плоды 10,0) + сосновые почки (15,0) + календула (цветки 10,0) + шалфей лекарственный (листья 10,0) + мята перечная (трава 10,0) + мать-мачеха (трава 10,0) + фиалка трехцветная (трава 10,0) + эвкалипт прутовидный (лист 15,0).

Принимать в виде настоя или отвара по 1/3 — 1/4 стакана 3 раза в день после еды при влажных бронхитах.



Багульник болотный (трава 10,0) + мать-мачеха (листья 10,0) + фиалка трехцветная (трава 10,0) + ромашка аптечная (цветки 10,0) + календула лекарственная (цветки 10,0) + солодка гладкая (корни 10,0) + девясил высокий (корень 10,0) + анис обыкновенный (плоды 10,0) + мята перечная (трава 10,0) + подорожник большой (листья 10,0).

Принимать по 1/3 — 1/4 стакана настоя 3 раза в день после еды при бронхиальной астме, астмоидных бронхитах.

Девясил высокий (корни 10,0) + анис обыкновенный (плоды 10,0) + сосновые почки (10,0) + календула (цветки 10,0) + шалфей лекарственный (листья 10,0) + мать-мачеха (листья 10,0) + зверобой продырявленный (трава 10,0) + подорожник большой (листья 10,0) + мята перечная (трава 10,0) + эвкалипт прутовидный (листья 10,0).

Принимать по 1/3 — 1/4 стакана настоя 3 раза в день после еды при хронической пневмонии, бронхоэктатической болезни.

Шалфей лекарственный (трава 20,0) + тимьян обыкновенный (трава 15,0) + ромашка аптечная (цветки 15,0) + синюха голубая (корни 15,0) + анис обыкновенный (плоды 15,0) — мать-мачеха (листья 10,0) + календула лекарственная (цветки 10,0).

Принимать в виде настоя по 1/3 — 1/4 стакана 3—4 раза в день после еды при бронхобронхиолите.

Солодка голая (корни 15,0) + синюха голубая (корни 15,0) + ромашка аптечная (цветки 20,0) + валериана лекарственная (корни 10,0) + пустырник пятилопастный (трава 10,0) + мята перечная (трава 20,0) + зверобой продырявленный (трава 10,0).

Принимать в виде настоя по 1/4 — 1/3 стакана 3—5 раз в день после еды при бронхоспазме.

Истод сибирский (корни 15,0) + мать-мачеха (листья 15,0) + первоцвет весенний (трава 10,0) + анис обыкновенный (плоды 15,0) + мята перечная (трава 15,0) + ромашка аптечная (цветки 10,0) + подорожник большой (листья 20,0).

Принимать по 1/3 — 1/4 стакана настоя или отвара 3—4 раза в день после еды в качестве отхаркивающего и противовоспалительного средства.

Девясил высокий (корни 10,0) + сосновые почки (10,0) + мята перечная (трава 10,0) + календула лекарственная (цветки 10,0) + подорожник большой (листья 10,0) + солодка голая (корень 10,0) + зверобой продырявленный (трава 10,0) + тимьян обыкновенный (трава 10,0).

Принимать по 1/3 стакана настоя 3—5 раз в день после еды при острых респираторных заболеваниях.

Малина обыкновенная (ягоды 15,0) + липа сердцевидная (цветки 15,0) + череда трехраздельная (трава 15,0) + душица обыкновенная (трава 15,0) + первоцвет весенний (трава и корни 10,0) + лопух большой (корни 20,0) + бузина черная (цветки 10,0).

Принимать по 1/3 — 1/2 стакана настоя 3—4 раза в день после еды в горячем виде в качестве жаропонижающего и потогонного средства.

Багульник болотный (трава 20,0) + тимьян обыкновенный (трава 20,0) + мать-мачеха (листья 10,0) + ромашка аптечная (цветки 10,0) + солодка голая (корни 20,0) + алтей лекарственный (корни 20,0).

Принимать в виде настоя или отвара по 1/4 — 1/3 стакана 3—5 раз в день после еды в качестве противокашлевого средства.

Сосна обыкновенная (почки 40,0) + подорожник большой (листья 30,0) + мать-мачеха обыкновенная (листья 30,0).

Принимать в виде теплого настоя по 1/3 — 1/4 стакана 3 раза в день при бронхиальной астме, коклюше, инфекционных заболеваниях бронхов.

Мать-мачеха обыкновенная (трава 20,0) + фиалка трехцветная (трава 20,0) + девясил высокий (корень 20,0) + анис обыкновенный (плоды 20,0).

Принимать в виде теплого настоя по 1/3 — 1/4 стакана 3 раза в день при бронхиальной астме, инфекционных заболеваниях бронхов.

Алтей лекарственный (корень 40,0) + мать-мачеха обыкновенная (листья 20,0) + душица обыкновенная (трава 20,0).

Принимать в виде теплого настоя по 1/2 стакана 3—4 раза в день при заболеваниях органов дыхания.

Подорожник большой (листья 30,0) + солодка голая (корень 30,0) + мать-мачеха обыкновенная (листья 40,0).

Принимать по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день при заболеваниях органов дыхания.



Алтей лекарственный (корень 20,0) + солодка голая (корень 20,0) + анис обыкновенный (плоды 20,0) + шалфей лекарственный (листья 20,0) + сосна обыкновенная (почки 20,0).

Принимать по 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день при заболеваниях органов дыхания.



Алтей лекарственный (корень 40,0) + солодка голая (корень 20,0) + фенхель обыкновенный (плоды 20,0).

Принимать по 1/4 стакана настоя через каждые 3 часа при заболеваниях органов дыхания.



Шалфей лекарственный (листья 20,0) + анис обыкновенный (плоды 20,0) + сосна обыкновенная (почки 20,0) + алтей лекарственный (корень 20,0) + солодка голая (корень 20,0).

Принимать по 1/3 стакана настоя 3—4 раза в день при заболеваниях органов дыхания.



Алтей лекарственный (корень 40,0) + солодка голая (корень 30,0) + девясил высокий (корень 30,0).

Принимать по 1/4 стакана настоя через каждые 3 часа при заболеваниях органов дыхания.



Анис обыкновенный (плоды 20,0) + алтей лекарственный (корень 40,0) + солодка голая (корень 40,0).

Принимать по 1/2 стакана настоя через каждые 3 часа при заболеваниях органов дыхания.

## СБОРЫ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ

Мята перечная (листья 30,0) + пустырник пятилопастный (трава 30,0) + валериана лекарственная (корень 20,0) + хмель обыкновенный (шишки 20,0).

Принимать по 1/2 стакана настоя 3 раза в день при нервном возбуждении.



Валериана лекарственная (корень 25,0) + пустырник пятилопастный (трава 25,0) + тмин обыкновенный (плоды 25,0) + фенхель обыкновенный (плоды 25,0).

Принимать по 1/2 стакана настоя 3 раза в день при нервном возбуждении и учащенном сердцебиении.



Хвощ полевой (трава 20,0) + горец птичий (трава 30,0) + боярышник кроваво-красный (цветки 50,0).

Принимать по 1/3 — 1/4 стакана настоя 3—4 раза в день при учащенном сердцебиении, бессоннице.



Родиола розовая (корни 20,0) + заманиха высокая (корни 20,0) + шиповник коричный (плоды 20,0) + крапива двудомная (трава 15,0) + боярышник кроваво-красный (плоды 15,0) + зверобой продырявленный (трава 10,0).

Принимать по 1/3 — 1/4 стакана настоя 2 — 3 раза в день в качестве тонизирующего средства.



Аралия маньчжурская (корни 15,0) + левзея сафлоровидная (корни 15,0) + боярышник кроваво-красный (плоды 15,0) + шиповник коричный (плоды 15,0) + календула лекарственная (цветки 10,0) + череда трехраздельная (трава 10,0) + рябина черноплодная (плоды 10,0) + подорожник большой (листья 10,0).

Принимать по 1/3 — 1/4 стакана настоя 3 раза в день в качестве тонизирующего и иммуностимулирующего средства.

Валериана лекарственная (корень 20,0) + ромашка аптечная (цветки 30,0) + тмин обыкновенный (плоды 50,0).

Принимать по 1/2 стакана настоя 2 раза в день при первом возбуждении, раздражительности, бессоннице.



Ромашка аптечная (цветки 20,0) + мята перечная (листья 20,0) + фенхель обыкновенный (плоды 20,0) + валериана лекарственная (корень 20,0) + тмин обыкновенный (плоды 20,0).

Принимать в виде отвара утром по 1—2 стакана, вечером по 1 стакану при бессоннице.



Шлемник байкальский (корни 20,0) + пустырник обыкновенный (трава 15,0) + мята перечная (трава 10,0) + сушеница болотная (трава 15,0) + шиповник коричный (плоды 15,0) + почечный чай (трава 15,0) + ромашка аптечная (цветки 10,0).

Принимать в виде настоя по 1/3 — 1/4 стакана 3 раза в день при гипертонической болезни 1 и 2 стадии.



Шиповник коричный (плоды 15,0) + сушеница болотная (трава 10,0) + береза повислая (листья 10,0) + мята перечная (трава 10,0) + элеутерококк колючий (корень 15,0) + кассия остролистная (плоды и листья 10,0) + почечный чай (трава 10,0) + лопух большой (корни 10,0).

Принимать в виде настоя по 1/3 — 1/4 стакана 3 раза в день после еды при атеросклерозе.



Боярышник кроваво-красный (плоды 15,0) + рябина черноплодная (плоды 15,0) + брусника обыкновенная (листья 10,0) + череда трехраздельная (трава 10,0) + пустырник обыкновенный (трава 10,0) + ромашка аптечная (цветки 10,0) + кукурузные столбики с рыльцами (10,0) + крушина ломкая (кора 10,0).

Принимать по 1/3 — 1/4 стакана настоя после еды 3 раза в день при атеросклерозе.

## МОЧЕГОННЫЕ ЧАИ

Толокнянка обыкновенная (листья 20,0) + береза повислая (почки 10,0) + вахта трехлистная (листья 40,0) + девясил высокий (корень 10,0).

Принимать по 1/2 стакана отвара 3 раза в день за 15—20 минут до еды как мочегонное средство.



Береза повислая (листья 50,0) + хвощ полевой (трава 50,0).

Принимать по 1/2 стакана настоя 3—4 раза в день как мочегонное средство.



Можжевельник обыкновенный (плоды 40,0) + дягиль лекарственный (корень 30,0) + василек синий (цветки 30,0).

Принимать в виде настоя по 1—2 столовые ложки 3—4 раза в день как мочегонное средство.



Толокнянка обыкновенная (листья 60,0) + василек синий (цветки 20,0) + солодка голая (корень 20,0).

Принимать в виде настоя по 1—3 столовые ложки за 15 — 20 минут до еды 3—4 раза в день как мочегонное средство.



Можжевельник обыкновенный (плоды 40,0) + хвощ полевой (трава 40,0) + береза повислая (20,0).

Принимать в виде настоя по 2—3 столовые ложки до еды 3—4 раза в день как мочегонное средство.



Брусника обыкновенная (листья 20,0) + толокнянка обыкновенная (листья 50,0) + почечный чай (трава 30,0).

Принимать по 1/3 — 1/4 стакана отвара 3—4 раза в день как мочегонное средство.



Бузина черная (цветки 25,0) + ромашка аптечная (цветки 25,0) + липа сердцевидная (цветки 25,0) + мята перечная (трава 25,0).

Принимать в виде горячего настоя по 1 стакану 2—3 раза в день в качестве мочегонного и потогонного средства.



Липа сердцевидная (цветки 50,0) + малина обыкновенная (плоды 50,0).

Принимать в виде горячего отвара на ночь по 1 стакану в качестве мочегонного и потогонного средства.



Малина обыкновенная (плоды 40,0) + мать-мачеха обыкновенная (листья 40,0) + душица обыкновенная (40,0).

Принимать в виде горячего настоя по 1 стакану на ночь в качестве мочегонного и потогонного средства.



Брусника обыкновенная (листья 20,0) + анис обыкновенный (плоды 20,0) + мать-мачеха обыкновенная (листья 20,0) + липа сердцевидная (цветки 20,0) + малина обыкновенная (плоды 20,0).

Принимать в виде горячего отвара на ночь по 1 — 1½ стакана в качестве мочегонного и потогонного средства.



Солодка голая (корень 40,0) + липа сердцевидная (цветки 60,0).

Принимать в виде горячего настоя 2—3 раза в день по 1 стакану при простудных заболеваниях, а также как потогонное и мочегонное средство.

## ЛИТЕРАТУРА

- Алексеев Б. Л. Растительные ресурсы Дагестана. Махачкака, 1977.
- Атлас ареалов и ресурсов лекарственных растений СССР. М., 1980.
- Брезгин Н. Н. Лекарственные растения Верхне-Волжья. Ярославль, 1984.
- Гаммерман А. Ф., Кадаев Г. Н., Яценко-Хмелевский А. А. Лекарственные растения. М., 1983.
- Иорданов Д., Николов П., Бойчинов А. Фитотерапия. София, 1976.
- Ладынина Е. А., Морозова Р. С. Фитотерапия. Л., 1987.
- Попов А. П. Лекарственные растения в народной медицине. Киев, 1968.
- Скляревский Л. Я., Губанов И. А. Лекарственные растения в быту. М., 1985.
- Шальмиев Ю. А. Принципы и методы фитотерапии. Махачкака, 1989.

СО Д Е Р Ж А Н И Е

ВВЕДЕНИЕ	3
ЛЕКАРСТВЕННЫЕ ФОРМЫ	5
Настои и отвары	5
Настойки	6
Сборы и чаи	6
ОПИСАНИЕ, СОСТАВ И ПРИМЕНЕНИЕ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ	8
Алтей лекарственный (проскурник)	8
Анис обыкновенный	8
Астрагал пушистоцветковый	9
Аир болотный (ирный корень)	9
Алоэ древовидное	10
Аралия маньчжурская	11
Багульник болотный	11
Береза бородавчатая	12
Бессмертник песчаный (дмин песчаный)	13
Боярышник кроваво-красный	13
Брусника	14
Бузина черная	15
Василек синий	16
Валериана лекарственная (маун)	17
Горицвет весенний (адонис, черногорка)	18
Горец почечуйный (почечуйная трава)	18
Гречиха посевная	19
Грыжник голый	20
Горец птичий (спорыш)	20
Девясил высокий	20
Душица обыкновенная	21
Дягиль лекарственный	22
Дуб обыкновенный, летний, черешчатый	23
Желтушник сероватый	23
Женьшень (корень-человек)	24
Заманиха (эхинопанакс высокий)	26
Зверобой пронзенный, обыкновенный, продырявленный	26
Истоды	27
Кукуруза обыкновенная	27
Крушина ломкая, ольховидная (крушинник ломкий)	28
Крушина слабительная (жостер)	28
Калина обыкновенная	29
Кошачья лапка двудомная	30
Крапива двудомная	30
Клевер луговой (дятлина красная)	31
Клюква болотная, клюква четырехлепестная	31
Календула (ноготки)	32
Кровохлебка лекарственная	33
Ландыш майский	33
Лен обыкновенный	34
Левзея сафлоровидная (большоголовник альпийский)	35
Лимонник китайский	35
Липа мелколистная	36
Любка двулистная (почная фиалка, салеп)	37
Мать-и-мачеха	38
Малина обыкновенная	38

Магнолия крупноцветная	39
Медуница лекарственная	39
Можжевельник обыкновенный	40
Мыльнянка лекарственная	41
Мята перечная	41
Наперстянка крупноцветная	42
Овес посевной	43
Облепиха крушиновидная	44
Одуванчик лекарственный	44
Папоротник мужской (щитовник мужской)	45
Первоцвет лекарственный	45
Подорожник большой	46
Почечный чай	48
Польнь цитварная	48
Пижма (дикая рябина)	49
Пырей ползучий	49
Пустырник волосистый, пустырник сердечный	50
Редька посевная	50
Ревень дланевидный	51
Росанка круглолистная	51
Ромашка обыкновенная, ромашка аптечная	52
Рябина обыкновенная	53
Родиола розовая (золотой корень)	53
Сенна (кассия) узколистная и сенна остролистная	54
Секуригега ветвистая	55
Синюха лазурная, голубая	55
Смородина черная	56
Солодка гладкая, солодка обыкновенная, голая (лакричник)	56
Сосна обыкновенная	57
Сушеница болотная, топяная	58
Термопсис ланцетный (мышатник)	59
Тмин обыкновенный	60
Толокнянка обыкновенная (медвежье ушко)	61
Трифоль (вахта трилистная)	62
Тыква обыкновенная	62
Тысячелистник обыкновенный	63
Фенхель обыкновенный (укроп аптечный)	64
Фиалка трехцветная (анютины глазки)	64
Хвощ полевой	65
Чабрец обыкновенный (богородская трава, тимьян)	65
Черёда трехраздельная	66
Черемуха обыкновенная	66
Черника	67
Чеснок	68
Шалфей лекарственный	68
Щавель густой, щавель конский	69
Шиповник коричный (роза коричная)	70
Шлемник байкальский	71
Эвкалипт	72
Элеутерококк (свободнягодник колючий, перец дикий)	73
Эфедра двухколосковая (хвойник двухколосковый, кузьмичева трава)	73
ТАБЛИЦА ПРИМЕНЕНИЯ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ ПРИ ТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ	75
ПРИМЕЧАНИЕ К ТАБЛИЦЕ	79

СОСТАВ И ПРИМЕНЕНИЕ ЛЕКАРСТВЕННЫХ ЧАЕВ И СБОРОВ . . . . .	80
ЛЕКАРСТВЕННЫЕ СБОРЫ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНОГО ТРАКТА . . . . .	83
ЛЕКАРСТВЕННЫЕ СБОРЫ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ БОЛЕЗНЯХ ПОЧЕК И МОЧЕВЫВОДЯЩИХ ПУТЕЙ . . . . .	91
СБОРЫ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ БОЛЕЗНЯХ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ . . . . .	93
СБОРЫ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ . . . . .	99
МОЧЕГОННЫЕ ЧАИ . . . . .	101
ЛИТЕРАТУРА . . . . .	103