

ДИКОРАСТУЩИЕ
ЛЕКАРСТВЕННЫЕ,

ЗЛАКОВЫЕ,
ОГОРОДНЫЕ
РАСТЕНИЯ

И ИХ
ПРИМЕНЕНИЕ



Н. С. Харченко, А. Н. Карамышев, А. П. Гончарик

ДИКОРАСТУЩИЕ
ЛЕКАРСТВЕННЫЕ,
ЗЛАКОВЫЕ,
ОГОРОДНЫЕ
РАСТЕНИЯ
И ИХ
ПРИМЕНЕНИЕ

Саратов
Приволжское
книжное издательство
Пензенское отделение
1988 г.

42.143
X22

**Рецензент: доктор медицинских наук,
профессор С. М. Дроговов.**

Харченко Н. С. и др.

X22 Дикорастущие лекарственные, злаковые, огородные растения и их применение /Н. С. Харченко, А. Н. Карамышев, А. П. Гончарик. — Саратов: Приволж. кн. изд-во (Пенз. отд-ние), 1988. — 176 с., ил.

ISBN 5—7633—0068—8

В книге приведены основные сведения о наиболее распространенных, широко применяемых в научной и народной медицине дикорастущих лекарственных, злаковых и огородных растениях. Дается их ботаническое описание, сроки сбора, рекомендуются способы обработки, сушки, хранения сырья и т. д. Рассматриваются действующие вещества растений, их использование по лечебным свойствам. Авторы не рекомендуют применять лекарственные растения без назначения врача.

Книга предназначена для широкого круга читателей.

X $\frac{410800000-41}{153(01)-88}$ 72—88

42.143

ISBN 5—7633—0068—8

© Приволжское книжное
издательство, 1988 г.

Коммунистическая партия и Советское правительство неустанно заботятся об улучшении материального благосостояния и укреплении здоровья трудящихся. Из года в год улучшается медицинское обслуживание и лекарственное обеспечение населения. Советские ученые внесли большой вклад в мировую медицинскую науку в деле изучения лекарственных растений. Из известных сегодня более 1000 алкалоидов в нашей стране получено и исследовано свыше 200 (А. П. Орехов, М. Н. Варлаков, А. Ф. Гаммерман, Д. А. Муравьева и др., 1978).

Во Всесоюзном научно-исследовательском институте лекарственных растений (ВИЛР), основанном в 1931 году, была сконцентрирована научная и научно-производственная деятельность в области лекарственного растениеводства. Научная работа по изучению лечебного действия дикорастущих растений и созданию на их основе лекарственных препаратов проводится в Харьковском, Тбилисском научно-исследовательских химико-фармацевтических институтах и др.

В течение последних десятилетий большую работу по изучению лекарственных растений ведут научно-исследовательские институты Академии наук СССР, Академии медицинских наук СССР, кафедры медицинских и фармацевтических институтов. Научные данные, полученные этими учреждениями, позволили нашей химико-фармацевтической промышленности освоить выпуск из лекарственных растений таких эффективных препаратов, как атропин, бифунгин, биосед, платифиллин, раунатин, сальсолин, secuринин и много других, широко используемых в медицине.

Около 43% всех лекарственных препаратов в нашей стране изготавливается из растений.

На территории Советского Союза произрастает почти 21 тысяча видов высших растений. Из них экспериментально и клинически изучено, разрешено для медицинского применения около 200 видов. Поэтому дальнейшее изучение растений, используемых медициной, с целью полу-

чения лекарственных препаратов для борьбы с различными заболеваниями имеет большое значение.

Заготовка некоторых видов дикорастущих лекарственных растений до сих пор не удовлетворяет потребностей аптек и химико-фармацевтической промышленности, которые готовят из них лечебные препараты. К таким растениям принадлежат алтей лекарственный (корень), боярышник (плоды), ромашка аптечная (цветки), тмин обыкновенный (плоды).

Необходимо расширить посевные площади под мяту перечную и шалфей лекарственный, анис обыкновенный (плоды), кориандр посевной (плоды), фенхель обыкновенный (плоды).

Наряду с этим необходимо выращивать значительно больше плодово-ягодных культур, которые по содержанию витаминов, сахаристых и дубильных веществ, органических кислот также являются лекарственными. Они содержат не только питательные вещества, но и полезны при заболеваниях пищевого тракта, нарушении обмена веществ. К таким культурам относятся абрикосы, барбарис, ежевика, земляника, кизил, клюква, малина, смородина, рябина.

Неумелое пользование огромными растительными богатствами нашей страны (недостаточное научное планирование заготовок лекарственного сырья, бессистемные сборы для индивидуальных целей и частная торговля лекарственными травами на рынках, отсутствие заказников, слабая разъяснительная работа среди населения) привело к тому, что сырьевые запасы многих видов дикорастущих растений быстро сокращаются и даже исчезают. Такие растения, как ландыш майский, арника горная, красавка, горечавка желтая, горичвет весенний, наперстянка шерстистая, родиола розовая, занесены в Красную книгу СССР.

Введение в промышленную культуру наиболее ценных дикорастущих лекарственных растений, выполнение всех мероприятий по охране и заготовке растений позволят сохранить их и обеспечить необходимое количество сырья.

Часть I

ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ О ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЯХ

Действующие вещества лекарственных растений

Лечебный эффект лекарственных растений обусловлен содержащимися в них разнообразными химическими соединениями, которые называются действующими (активными) веществами. Лекарственные растения имеют в своем составе одно или несколько таких веществ. Эти действующие вещества находятся или во всех частях растения, или только в определенных его органах: корнях, стеблях, листьях, цветках, плодах и семенах.

Химический состав, количество и качество действующих веществ зависят от вида растения, условий его произрастания, времени сбора, способа сушки и условий хранения. Помимо действующих в растениях имеются вещества, усиливающие или ослабляющие действие активных веществ. В зависимости от особенностей действующих веществ, характера заболевания, пола, возраста больного в одних случаях используют отдельные вещества, в других — комплекс действующих веществ, извлекаемых из растений путем сложной технологической обработки.

Среди действующих веществ лекарственных растений наиболее лечебное и профилактическое значение имеют следующие основные группы соединений: алкалоиды, гликозиды, сапонины, пигменты, дубильные вещества, флавоны и флавоноиды, эфирные масла, слизи, смолы, горечи, жирные масла, ферменты, органические кислоты, минеральные соли, микроэлементы, антибиотики, фитонциды, витамины и др.

Приготовление из лекарственных растений в домашних условиях настоев, отваров, настоек, киселей, компрессов и примочек

Лекарственные растения применяются в народной и научной медицине в виде различных лекарственных форм. Из свежих и особенно высушенных лекарственных

растений готовят настои, отвары, порошки, мази, растительно-лекарственные смеси (иначе называются лекарственные сборы, или чай), реже — соки. На организм больных растительно-лекарственные смеси действуют более эффективно, чем отвары или настои отдельных лекарственных растений.

Настои (Infusa) — жидкая лекарственная форма, получаемая путем извлечения из растения действующих веществ с помощью воды. Лекарственное растение, из которого необходимо приготовить настой, или его часть (листья, плоды, цветы и др.) предварительно измельчают, помещают в эмалированную кастрюлю определенной емкости и заливают необходимым количеством воды комнатной температуры, плотно закрывают крышкой. Затем ее ставят в кастрюлю с кипящей водой так, чтобы она погрузилась в воду не больше $\frac{3}{4}$, и настаивают в течение 15 мин, время от времени помешивая содержимое. После нагрева настой снимают, охлаждают в течение 45 мин, процеживают через двойной слой марли, слегка отжимают. Недостающее количество настоя (часть воды после отжимания остается в растении) доливают обычной кипяченой водой до указанного объема.

Настои можно готовить путем заваривания лекарственного сырья, как чая. В этом случае измельченное сырье заливают кипятком, настаивают 20—30 мин, процеживают через марлю или чистую ткань и употребляют по назначению врача.

Существует холодный способ приготовления настоев. Измельченный лекарственный материал заливают холодной кипяченой водой и настаивают в течение 4—12 ч в закрытом сосуде, после чего настой процеживают и употребляют по назначению.

Отвары (Decocta) готовят так же, как и настои, но настаивают извлечения в течение 30 мин. Сырьем для приготовления отваров служат кора, корни, корневища и т. п. Отвар охлаждают 10 мин, процеживают через двойной слой марли, отжимая растение. Недостающее количество жидкости (например, до полного стакана) доливают кипяченой водой.

Отвары из листьев толокнянки, брусники, корня ревеня, корневищ змеевика, коры дуба, почечуйной травы и других, содержащих дубильные вещества, процеживают сразу же после снятия посуды с водяной бани.

Настои и отвары хорошо всасываются при приеме

внутри и, следовательно, быстро оказывают резорбтивное действие. Их готовят не более чем на 3—4 дня и хранят в темном прохладном месте, так как в других условиях они быстро портятся.

Общепринятой дозой при приготовлении настоев, отваров и чаев считают 1 столовую ложку сухого измельченного растения на 1 стакан кипятка или холодной воды. Если используют сильнодействующие растения, то берут 1 чайную ложку (или даже $\frac{1}{2}$ чайной ложки) измельченного лекарственного сырья на 1 стакан воды. Одну часть сильнодействующих и ядовитых растений (адонис, ландыш и др.) заливают 30—50 частями воды. А при употреблении весьма сильнодействующих и особенно ядовитых растений берут даже 1 часть растений на 400 частей воды.

Настойки применяют в виде капель на несколько ложек холодной кипяченой воды. Готовят их в заводских условиях в соотношении 1 : 5 из растений, не содержащих сильнодействующих веществ, и 1 : 10 — содержащих сильнодействующие вещества.

Кисели готовят из высушенных или свежих ягод следующим образом: промывают в теплой воде ягоды, заливают 2 стаканами холодной воды и ставят на огонь на 15—20 мин. Когда ягоды станут мягкими, отвар процеживают, ягоды разминают ложкой или протирают через сито и снова заливают стаканом воды, кипятят и процеживают в посуду с отваром, отжимая ягоды. Добавив сахар, заваривают, как кисель. На 1 стакан ягод берут $\frac{3}{4}$ стакана сахара, 2 чайные ложки крахмала.

Компрессы. Для согревающего компресса берут несколько слоев марли, замачивают в теплом, отжимают и прикладывают к больному участку, затем накрывают клеенкой или пергаментной бумагой, а сверху — слой ваты. Слой ваты должен быть шире марли и клеенки на 3—5 см со всех сторон. Приготовленный таким образом компресс плотно прибинтовывают к больному месту. Используют отвары или настои из растений.

Примочки. Для приготовления холодных примочек берут кусок марли, складывают в несколько слоев, смачивают в холодной воде, отжимают и затем прикладывают к соответствующему участку кожи. Часто к примочкам добавляют лекарства или растения. Например, при лихорадке примочки делают, добавляя ароматный уксус (1 столовую ложку уксуса на 1 стакан воды), при

ушибах применяют свинцовую воду и т. д. Примочки ставят на 2—3 мин, затем заменяют свежими (делают непрерывно), бинтами их не укрепляют. Пока одна примочка лежит на соответствующем месте, вторая для замены погружена в воду.

Полоскания. 3—4 столовые ложки измельченного растения или смеси нескольких растений кладут в эмалированную посуду, заливают 2—3 стаканами воды, мешают, накрывают крышкой и оставляют на ночь при комнатной температуре для настаивания. Утром настой ставят на огонь и кипятят с момента закипания 5—7 мин, не снимая крышки. После этого посуду накрывают полотенцем, сложенным в несколько слоев, оставляют на 30 мин, содержимое процеживают через марлю и отжимают. Теплый настой используют для полоскания полости рта и горла.

Порошки готовят путем измельчения высушенных частей растений в ступке. Применяют их вовнутрь и наружно для присыпания ран, язв. Кроме того, они служат исходным материалом для приготовления настоек, настоев, мазей и т. д. Хранят порошки в хорошо закупоренной стеклянной посуде. Для приготовления мазей порошки растений, густые экстракты (упаренные отвары), настоики или свежий сок смешивают с вазелином или ланолином, свиным жиром или сливочным маслом и тщательно растирают. Мази в большинстве случаев готовят в соотношении 1:4, то есть 1 часть порошка растения и 4 части основы. Мазь, приготовленная на животном жире, быстро портится, и ее следует хранить в холодильнике не более двух недель.

Чай и смеси издавна пользуются заслуженным вниманием населения (см. с. 159).

В описании способов применения растений встречаются обозначения, требующие пояснений.

В настоях и отварах 20,0—200 мл означает 20 г лекарственных растений на 200 мл воды; по весу — 20 г равны 1 столовой ложке (с верхом); 15 г — 1 столовой ложке (без верха), 10 г — десертной ложке, 5 г — чайной ложке.

В чаях и сборах 1 часть соответствует 10 г, или одной десертной ложке.

В настояках 1:5 или 1:10 означает, что на 1 весовую часть растения приходится 5 или 10 объемных частей жидкости.

Сбор, сушка, обработка и сохранение лекарственных растений

Собирают только отдельные части растений в сроки, когда они содержат наибольшее количество активных лекарственных веществ. Обыкновенно больше всего этих веществ накапливается в такие стадии роста: в корне — во время весеннего соковыделения; в зеленых листьях и стеблях — в пору и в начале плодоношения; в плодах (в том числе и в семенах) — в период полного созревания; в корневищах, клубнях, корнях — после того, как завянет надземная часть растения.

Почки собирают ранней весной, как правило, в марте — апреле, когда начался их рост и они набухли, но еще не вскрылись. Кору с молодых веток заготавливают в апреле — мае, в период движения соков, когда она легко отделяется от древесины. Чтобы кора легко снималась, на ветках делают продольные и поперечные надрезы пожом с очень острым концом. На снятой коре не должно быть древесины.

Цветки собирают в фазе цветения, лучше в начале ее, так как в этот период цветки содержат большее количество действующих веществ и меньше осыпаются при хранении и сушке; в большинстве случаев их срывают руками, иногда целыми соцветиями (бессмертник, липа, ландыш и др.) или только цветочные корзинки с цветоложем (пижма обыкновенная, ромашка). С некоторых видов растений собирают части цветков или соцветий: с коровяка скипетровидного — только веночки, с васильков — периферические лейковидные лепестки, с подсолнечника — крайние язычковые лепестки и др.

Листья собирают только развитые прикорневые нижние и средние стеблевые. Листья должны быть чистыми, без повреждений, зелеными. Лучше собирать их в начале цветения растений. Срывают листья обычно руками, не нарушая роста самого растения. Нельзя срывать и засушивать все растение, а затем обрывать с него листья, это ведет к уничтожению всей наземной части растения.

Траву (стебли, листья, цветы) заготавливают, начиная с мая, перед началом или во время цветения. Надземные части (листоносные и цветочные стебли) срезают ножом или ножницами на уровне нижних листков. Оголенные стебли оставляют. С некоторых растений срезают только цветущие верхушки (полынь, пустырник пя-

тилопастный, зверобой и др.), длиной 10—15 см, и боковые веточки.

Плоды собирают в разные сроки, в период их полного созревания, определяемый по внешнему виду растения: чернику и малину — в июле — августе, шиповник — в сентябре — октябре и т. д. Плоды срывают руками (без плодоножек) утром или вечером, так как сорванные во время жары быстро портятся. Порченные и поврежденные выбрасываются. Собирают в корзинки, обшитые внутри мешковиной.

Плоды шиповника срывают вместе с остатками чашелистников, которые легко отделяют после высушивания.

Корни, корневища, луковицы и клубни собирают весной или большей частью осенью, после прекращения сокодвижения в растении, когда вся наземная часть его начинает увядать. Делают это так. В радиусе 10—15 см от стебля растение обкапывают, углубляя лопатку в землю так, чтобы не порезать корней или корневищ; потом их старательно очищают от земли и моют в проточной воде. Корни и клубни лучше мыть в корзинках, ящиках. Толстые корни разделяют на несколько частей.

В южных районах, где период увядания многих растений наступает летом, корни собирают раньше. Например, на Северном Кавказе валериана к началу июля уже заканчивает плодоношение.

Следует собирать корни и корневища с остатками наземной части, по которой можно определить вид растения.

Преимущество осеннего сбора корневищ состоит в том, что осенью они крупнее, в течение лета в них накапливается крахмал и другие вещества. Кроме того, во время осеннего сбора семена осыпаются в почву, это создает благоприятные условия для природного возобновления, в то время как весной заросли ценных растений уничтожаются.

Корни и корневища выкапывают специально приспособленными лопатками-копалками с желобовиднозагнутым лезвием, благодаря чему их легко вынимать из почвы. В некоторых районах сборщики пользуются собственными средствами добывания корней. Например, корни солодки выкапываются узкими лопатами, кетменями, а корни айра добывают после снижения уровня воды в болотах вилами или граблями с загнутыми зубцами. Мест-

ные способы сбора успешно применяют и сборщики плауна булавовидного, спорыньи и др.

Семена заготавливают только спелые, не поврежденные насекомыми. Очищенные от пыли и примеси семена подсушивают на воздухе во избежание плесени.

Все наземные части растений собирают только в сухую погоду (после обсыхания утренней росы) в течение дня (до появления вечерней росы). Корни и корневища выкапывают во время дождя, поскольку их перед сушкой моют, предварительно очистив от земли. С некоторых корней для сохранения снимают кору (анр, алтей лекарственный, солодка и др.).

Собранные листья, цветы, ягоды и другие части растений складывают в корзины; траву, корни, кору высыпают в мешки, принимая меры против самоподогревания влажной массы сырья. Чтобы избежать согревания и порчи растений, их не рекомендуется оставлять на ночь в таре, в которой они были принесены.

Собирая сырье с деревьев и кустарников, необходимо следить за целостью веток.

Более подробные сведения о сборе и хранении лекарственного сырья даны в описании каждого растения.

Правильная сушка собранного растительного материала — одно из важнейших условий получения высококачественного лекарственного сырья.

В сыром состоянии собранные лекарственные растения под влиянием ферментов брожения быстро портятся. При этом в них разрушаются активные начала, изменяется окраска. Поэтому собранные растения следует быстро высушить. Большинство лекарственных растений под влиянием прямых солнечных лучей теряют свой природный цвет (листья, например, желтеют, цветки выгорают), а имеющиеся в них (в душице обыкновенной, пижме, чабреце) эфирные масла могут улетучиться. Поэтому растения сушат в тени с хорошим проветриванием, под навесом, на чердаках, куда прямые солнечные лучи не попадают.

Основные условия и сроки сушки растительного сырья следующие.

Почки (березы, сосны, тополя, смородины) сушат тонким слоем в тени или в сушилках при температуре 25—30°C.

Кору сушат на воздухе в тени или в чистом, хорошо проветриваемом помещении; ее можно сушить и в су-

шилках при температуре 40—50°C. Для этого кору раскладывают тонким слоем, время от времени помешивают.

Цветы сушат в день сбора (иначе они завянут и испортятся) в тени на воздухе или в хорошо проветриваемом помещении. Их раскладывают на подстилке тонким слоем. Необходимо следить за тем, чтобы цветы не пересыхали и сохраняли свой природный цвет.

Листья сушат на воздухе или в хорошо проветриваемом помещении и на чердаках под железной крышей. Во всех случаях их раскладывают тонким слоем.

Траву также сушат на воздухе в тени или в хорошо проветриваемом помещении, разложив тонким слоем на чистой подстилке: стебли к стеблю, верхушка к верхушке. Периодически траву переворачивают.

Плоды (ягоды) сушат сразу после сбора под навесом, на чердаке с железной крышей, в натопленной печи, на печи, в плодоовощных сушилках (при температуре 50—60°C), разложив тонким слоем на обтянутых полотном или марлей рамах, ситах, железных или фанерных листах. Плоды шиповника, ягоды малины, черники вначале привяливают на солнце, это значительно ускоряет сушку. Во время сушки плоды и ягоды осторожно перемешивают, следя за тем, чтобы они не слипались и не пересыхали. Хорошо высушенные плоды при сжатии их в кулаке не должны склеиваться и окрашивать ладонь.

Корни и корневища очищают от земли, моют и сушат в теплом помещении, на чердаках, под навесом и в других хорошо проветриваемых местах (при температуре не более 35—40°C), разложив на подстилках тонким слоем и часто переворачивая. Перед сушкой их рекомендуют в течение 1—2 дней привялить на воздухе.

Семена сушат в хорошо проветриваемых помещениях или под навесом, рассыпав таким образом, чтобы получился тонкий слой на подстилке, и часто перемешивая. После сушки их сыпают в мешочки.

Лекарственные растения, содержащие гликозиды и алкалоиды, сушат при температуре 50—60°C, а те, что содержат эфирные масла,—при температуре не выше 30—35°C. Сочные витаминосодержащие плоды сушат при температуре 70—90°C, при такой же температуре сушат снопики растений, подвесив их на веревочках.

Некоторые корни и корневища (лапчатка прямостоячей, горца змеиного, кровохлебки лекарственной и др.),

содержащие танин, можно сушить непосредственно на солнце, а корень валерианы рекомендуется немного проветрить на солнце.

С целью максимального использования помещений, в частности чердаков, устраиваются стеллажи с помощью вертикальных стоек и укрепленных на них 3—4 рядов поперечных плашек (расстояние между ними по вертикали 40—50 см). На планки натягивают металлическую сетку, марлю и т. п. При этом сырье, требующее быстрой сушки (цветки ландыша, цветки и трава горицвета и других гликозидо- и алкалойдосодержащих растений), расстилают на верхних полках, ближе к нагретой солнцем крыше, а эфиросодержащие и другие растения — на нижних полках стеллажей, но с условием, чтобы их запах не распространялся на верхние полки.

Рекомендуется, где это возможно, использовать плодовошные, зерновые и другие типы сушилок, что сокращает процесс сушки.

Осенью, когда нет возможности сушить растения на воздухе, пользуются для этого печами. В них сушат преимущественно плоды шиповника и другие сочные ягоды. В только что натопленную печь лекарственные растения не кладут; необходим 2—3-часовой перерыв, чтобы она не была очень горячей. С целью проверки температуры в печи в нее бросают бумажку: если она не загорается, тогда помещают плоды. Чтобы лучше использовать объем печи, в ней устраивают 2—3-ярусные стеллажи.

В случаях, когда сырье сразу не высыхает, его осторожно вынимают из печи, ставят в сухом месте и на следующий день процесс повторяют. Лекарственные, злаковые и огородные растения сушат также на печи и лежаках.

При всех способах сушки растений их необходимо вначале очистить от примесей, поврежденных частей, пожелтевших и побуревших листьев, а цветы освободить от цветоножек, стеблей. Во время сушки растений необходимо поддерживать чистоту и следить за тем, чтобы они не пересыхали или не оставались недосушенными. Растения с интенсивными запахами сушат отдельно. В высушенных растениях, в соответствии с существующими стандартами, должно быть не более 8—15% гигроскопической влаги.

Чтобы лекарственные растения не потеряли своих качеств, их хранят при соответствующих условиях: в чис-

том, сухом помещении, хорошо проветриваемом, куда не проникают прямые солнечные лучи и влага. Для избежания измельчения их держат в необходимых количествах в закрытых фанерных или картонных коробках, периодически проветривая. Ягоды хранят в мешочках из ткани на постоянных сквозняках. К каждой упаковке прикрепляют бирку с обозначением названия растения, а на бумажных пакетах указывают их содержимое. Растения, содержащие эфирные масла, хранят отдельно, чтобы их запах не передавался другим растениям. Использовать лекарственные растения, хранившиеся более года, не рекомендуется.

Требования к качеству лекарственных растений

Для эффективности действия лекарств первостепенное значение имеет качество растений, из которых их готовят. При этом проверяют их подлинность, цвет, запах, вкус, влажность, наличие посторонних примесей. Нельзя использовать лекарственные растения с затхлым или не свойственным ему запахом, заплесневелые, гнилые, с примесями посторонних веществ, поврежденные грызунами.

Необходимо придерживаться определенных правил в обращении с лекарственным сырьем.

1. Купленные в аптеках или специализированных магазинах лекарственные растения должны быть в соответствующей упаковке с обозначением их названий и количества.

2. Если лекарственные растения собирают самостоятельно, на упаковке их после высушивания написать название растения.

3. Во всех случаях ярлык на упаковке сохранять до полного использования растений.

4. Перед приготовлением лекарств (отваров, настоев, настоек, чая и т. п.) из растений проверить целостность упаковки и наличие соответствующих надписей.

5. Для приготовления лекарств (настоев, отваров и т. п.) растения следует предварительно обработать: кору, листья и траву измельчают, корни, плоды (ягоды) и семена — до размеров крупного порошка; цветки используют целыми. При составлении смеси из разных из-

мельченных растений необходимо получать однородную массу.

Нужно строго придерживаться рекомендованных в справочнике доз растений, а также способов приготовления лекарств из них.

Вредители лекарственного растительного сырья и меры борьбы с ними

Вредителей сельскохозяйственных продуктов (клещей, жуков, личинок моли, грызунов) привлекают в лекарственном сырье питательные вещества: крахмал, сахар, белок, органические кислоты и другие компоненты.

Клещи — мелкие паукообразные насекомые, едва заметны невооруженным глазом, имеют на туловище четыре пары ножек. Размножаются они очень быстро (за год выводится до десяти поколений) в благоприятных для них условиях — при высокой влажности воздуха (более 14%) и соответствующей температуре (18—25°C). При влажности воздуха 13% и температуре ниже +12°C клещи не размножаются. При температуре +6° они пребывают в спячке, а при температуре +30° — погибают.

Клещи очень прожорливы и, несмотря на свои микроскопические размеры, наносят значительный ущерб лекарственному сырью. Особенно часто они пожирают спорынью. При значительной степени поражения сырье превращается в порошок.

Жуки — амбарные вредители. Очень опасны амбарные долгоносики, хлебный точильщик и несколько видов хрущака. Амбарный долгоносик поедает зерно, хлебный точильщик прогрызает ходы в корнях и оставляет там куколки-паутинки и личинки. Хрущак заводится в различном сырье.

Большой вред растительному сырью приносят личинки моли и бабочек. Например, личинки моли пожирают лекарственные ягоды или зерно, перегрызают его и, делая ходы, переплетают паутиной, образуя комочки, загрязняют сырье своими экскрементами.

Грызуны (крысы, мыши) поедают ягоды, некоторые корни, портят тару, загрязняют сырье экскрементами.

Для борьбы с вредителями лекарственного сырья на складах проводят различные профилактические мероприятия, а также принимают меры по их уничтожению.

К профилактическим мероприятиям относятся: содер-

Жание помещений в чистоте, проветривание, побелка известью, охрана сырья от чрезмерной влажности и систематический осмотр его состояния.

Большое внимание необходимо уделять уборке подпольного пространства помещения, где собирается труха с лекарственных растений и мусор, в которых заводятся клещи. Для очистки подпольного помещения вскрывают несколько досок пола, убирают оттуда мусор и насыпают слой извести (1—2 см).

К способам уничтожения вредителей лекарственных растений относят: общую дезинсекцию складских помещений, дезинсекцию пораженного сырья или нагревание его в специальных сушилках в течение 1 ч при температуре 50—60°C.

Склады дезинфицируют двумя способами: газовым и влажным. В первом случае помещение окуривают хлорпикрином или дихлорэтаном, предварительно замазав все щели. Во втором — обрызгивают пол, потолок, стены концентрированным раствором едкого натрия или керосиново-известковой эмульсией.

Часть II

ОПИСАНИЕ ОСНОВНЫХ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ

Адонис весенний (горичцвет) —
Adonis vernalis L.

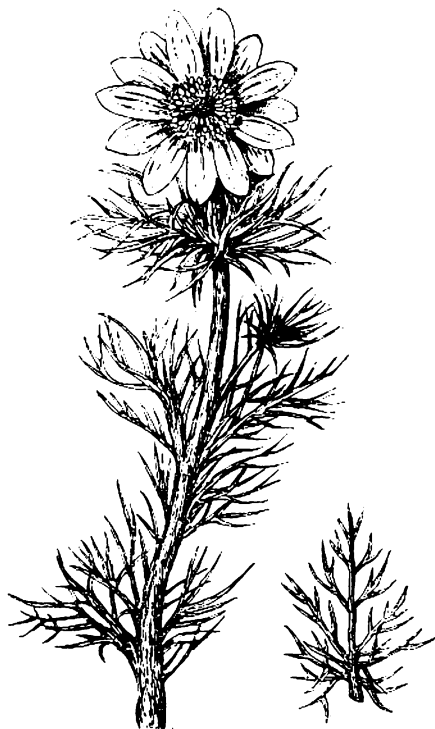
Семейство лютиковых — *Ranunculaceae*.

Многолетнее травянистое растение высотой до 40 см с прямостоячими, слабоветвистыми стеблями. Листья сидячие, разделенные на узкие линейные доли. Цветки одиночные, крупные, золотисто-желтые. Плод — серозеленая семянка. Цветет в апреле — мае.

Встречается в лесостепной и степной зонах европейской части СССР, на Кавказе, в Сибири, Алтайском крае, Средней Азии. Растет на опушках лесов, рощ, лесных полянах, среди кустарников. Это одно из первых весенних растений.

Для лечебных целей используют траву (стебли, листья, цветы), которую собирают во время цветения в апреле — мае до осыпания плодов. **Растение ядовитое.**

Собранный адонис сушат сразу же в тени, под навесом, в хорошо проветриваемых помещениях и на чердаках. Во всех случаях растение расстилают тонким слоем, часто переворачивают. На солнце не сушат, так как он теряет лечебные свойства. Высушенная трава должна



Адонис весенний

быть зеленой, цветы — золотисто-желтыми. Запах адониса слабый.

Трава содержит гликозиды, избирательно влияющие на работу сердца; они являются сложными органическими соединениями, состоящими из сахаристого (гликон) и несакхаристого (агликон) компонентов. Агликон, или генин,— главное действующее начало гликозидов. Адонис содержит гликозиды цимарин и адонитоксин, последний благоприятно действует на сердце, быстро всасывается и легко выводится из организма, а также адонивернозид, оказывающий успокаивающее и мочегонное действие.

Применение. Препараты адониса усиливают и урежают сердечные сокращения, улучшают сердечную деятельность, нарушенную при декомпенсациях. По данным проф. Н. М. Дмитриевой (1946), они успокаивают нервную систему, активируют мочеотделение. Их употребляют (только по назначению врача) при пороках сердца с явлениями недостаточности кровообращения, стойких явлениях, одышке, отеках почечного происхождения, инфекционных заболеваниях (скарлатина, тиф, грипп и др.), а также при возбуждении центральной нервной системы и эпилепсии (часто в сочетании с бромом и другими успокаивающими средствами). Препараты адониса веселшего иногда вызывают раздражение желудка.

Аир болотный — *Acorus calamus* L.
Семейство ароидных (арумовых) — *Araceae*.
Народные названия: *аир пахучий*,
ирный корень.

Многолетнее травянистое растение высотой до 2 м с ползучим ветвистым корневищем, усаженным снизу многочисленными корнями, и плоским трехгранным стеблем. Листья прикорневые, длиной до 1 м, очередные цельнокрайние, линейные, острые. Цветки мелкие, зеленовато-желтые, собранные в початок, расположенный на верхушке стебля. Цветет растение в июне — июле. Размножается только вегетативно. Все растение, кроме корней, имеет сильный приятный запах.

Встречается в средних и южных районах европейской части СССР, на Украине, в Белоруссии, Сибири, Казах-

стане. Растет по берегам рек, озер, в заболоченных местах с илистой почвой, в медленно текущих или стоячих водах.

Для лечебных целей используют корневище, которое собирают осенью, в сентябре — октябре, вилами или граблями, когда уровень воды в водоемах снижается. Собранные корневища очищают, моют, нарезают на куски длиной 15—30 см и сушат на чердаках под железной крышей, в сушилках при температуре 30—35°C. Более высокие температуры способствуют выветриванию эфирного масла, и ценность сырья снижается. По степени ломкости сырья судят о его готовности: недосушенные корневища не ломаются, а гнутся. Запах высушенного сырья своеобразный, ароматный; вкуспряно-горький.

Корневища кроме эфирного масла содержат гликозид-акорин, дубильные вещества, аскорбиновую кислоту, камедь, много крахмала, фитонциды, алкалоиды, слизь, смолы.

Применение. 1) Для улучшения аппетита и пищеварения — настой или отвар (способ приготовления — с. 7) 1 столовой ложки измельченного корня на 1 стакан воды пьют по 1 столовой ложке 3 раза в день перед едой; по 15—20 капель настойки на 2—3 ложки воды употребляют 3 раза в день за 15—20 мин. до еды. 2) Как составную часть смеси лекарственных растений при запорах — берут по 2 столовые ложки измельченного корня аира, корня жостера слабительного, листьев мяты, крапивы и по 1 столовой ложке корней одуванчика и валерианы, а затем 2 столовые ложки этой смеси заваривают 2 стаканами кипятка и кипятят 10 мин. Охлажденный настой пьют по 1/2 стакана утром и вечером. 3) При выпадении волос — настоем смеси измельченных корневищ аира, корня лопуха, цветов календулы и шишек хмеля (по 1 столовой ложке на 1 л воды) моют голову 2—3 раза в неделю.

В народе аир считают хорошим дезинфицирующим средством при промывании гноящихся ран, язв; разбавленной настойкой полощут рот при цинге; при изжоге принимают 3 раза в день на кончике ножа мелкий порошок из корневищ аира.

Корни и корневища аира входят в состав чаев: аппетитного и желудочного № 1 (см. «Готовые чаи и смеси» — с. 159).

Алоэ древовидное — *Aloe arborescens* Mill.
Семейство лилейных — *Liliaceae*.
Народные названия: *сабур, столетник.*

Многолетнее вечнозеленое тропическое растение. Имеет относительно короткий ствол (в комнатной культуре — стебель) и крупные мясистые ланцетовидные, сидячие, зубчатые по краям листья, охватывающие широким основанием деревянистый стебель. Цветки оранжево-желтые, собраны в кисть на конце цветоносов. Цветет редко, через 5—10 лет.

Встречается в Южной Африке и Индии. В СССР культивируется в Аджарской АССР и Средней Азии. Широко распространено как декоративное комнатное растение.

Для лечебных целей используют листья и сок из них.

Сок алоэ содержит антрагликозиды-алоины, эмодин, смолистые вещества, ферменты, витамины и следы эфирного масла. Сгущенный и затвердевший сок называют сабуром. В очень малых дозах он, как и свежий сок, улучшает пищеварение, возбуждает аппетит.

Применение. В народной медицине алоэ издавна используют наружно для лечения ран, долго незаживающих язв, ожогов, как слабительное средство, при туберкулезе легких, гортани и других болезнях.

Употребляют: 1) в качестве слабительного при хроническом запоре, гастрите, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, при бронхите, как общеукрепляющее средство — свежий сок из листьев растения пьют по 1 чайной или десертной ложке 2—3 раза в день за 30 мин до еды (слабительный эффект наступает через 8—10 часов); 2) для лечения ожогов, долго незаживающих ран, лишаев используют $\frac{1}{4}$ и $\frac{1}{2}$ стакана сока или прикладывают очищенные от кожуры листья, в результате этого боль вскоре уменьшается, улучшается состояние больного, быстрее заживают пораженные участки кожи. Сок алоэ оказывает бактерицидное действие на ряд микроорганизмов. Препарат из листьев алоэ, полученный по методу В. П. Филатова, содержит в своем составе биогенные стимуляторы, повышающие защитные силы организма, и применяется в тканевой терапии. Его с успехом используют для лечения многих болезней глаз (конъюнктивитов, помутнения стекловидного тела и др.). Тканевые препараты эффективны при комплексном лечении язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной

кишки, невритов, миозита, бронхиальной астмы и других болезней. Курс лечения 30—45 дней.

В случае ожогов и поражения кожи при лучевой терапии назначают линимент алоэ, который наносят тонким слоем на поврежденную поверхность.

Алтей лекарственный — *Althaea officinalis* L.

Семейство мальвовых — *Malvaceae*.

Народные названия: алтей, альтея, мальва.

Многолетнее травянистое растение высотой до 1,5 м с одиночными слабовеетвистыми стеблями, корневище слаборазветвленное, корень мясистый с буровато-желтыми корнями-придатками. Листья очередные, яйцевидные, по краю трубчатые, мягкоопушенные. Цветки розовые или бело-розовые, расположены в пазухах листьев. Плод — дискообразная сборная семянка. Цветет в июне — августе.

Встречается в средней и южной зонах европейской части СССР, в Средней Азии, Сибири. Растет на сырых лугах, по берегам рек и озер, среди кустарников и в лесах.

Для лечебных целей используют корни, заготавливаемые весной (апрель) или осенью (сентябрь — октябрь).

Корни содержат крахмал (37%), слизь (35%), сахар, пектины, жирные масла, витамины. Целебные свойства алтея обусловлены наличием слизи.

Применение. Современная медицина использует алтей как противовоспалительное, обволакивающее и отхаркивающее средство. Его назначают преимущественно при катаральном состоянии глотки и дыхательных путей, остром воспалении желудочно-кишечного тракта.

Употребляют: в качестве отхаркивающего средства (обволакивающего и смягчительного) — настой 1 столовой ложки измельченного корня на 1 стакан воды (настаивают в течение 4 ч), взрослым дают по 1—2 столовые ложки 3—4 раза в день, детям — по 1 чайной ложке 4—6 раз в день. С этой же целью смесь цветков коровяка, измельченного корня алтея лекарственного (8 частей), листьев мать-и-мачехи (4 части), истолченных плодов аниса (2 части), корня солодки (3 части), корня фиалки (1 часть) заваривают, как чай, настаивают 20 мин, процеживают и пьют в теплом виде по 1/2 стакана

через 3 ч. В аптеке продают готовый сироп алтейный, назначаемый детям по 1 чайной ложке через каждые 2 ч.

Ученые Харьковского научно-исследовательского института химии и технологии лекарственных средств предложили препарат из травы алтея лекарственного — мукалтин, применяемый с успехом в качестве отхаркивающего средства для лечения заболеваний дыхательных путей и легких (бронхита, трахеита, бронхоэктазии, пневмонии и др.).

Корень алтея входит в состав чаев: грудных № 1, 3, 4; смягчительного № 2; сбора для полоскания горла. Рекомендуется к отвару алтея и к грудным чаям всегда добавлять на стакан жидкости 2—3 чайные ложки меда, обладающего ценными лекарственными свойствами.

Амми зубная — *Ammi visnaga* L.

Семейство селеровых (зонтичных) — *Ariaceae*.

Двулетнее травянистое растение высотой до 1,3 м со стержневым слабовеетвистым корнем. Стебель круглый, мелкобороздчатый. Листья очередные, дважды- и триждыперисторассеченные. Цветки мелкие, белые, собраны в соцветие — ложный зонтик. Плод — двусемянка. Цветет в июне — августе.

Встречается в Закавказье, на Северном Кавказе, в Молдавии и на юге Украины. Растет на низменности по песчаным и солонцеватым местам, сухим склонам, иногда как сорняк на полях.

Для лечебных целей используют зрелые плоды.

Плоды содержат производные фуранхромона — келлин, виснагин, аммолин и другие.

Применение. Основное действующее вещество растения — келлин, обладает спазмолитическим действием и может применяться при гипертонии, стенокардии, мигрени, бронхиальной астме, холецистите, спазмах кишечника и мочевых путей, оказывает некоторое седативное действие. Келлин входит в состав таблеток — викалин, применяемых при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

У нас в стране культивируется также амми большая (*Ammi majus* L.).

В семенах растения содержится фурукумарин. Смесь двух фурукумаринов — изопимпинеллина и бергаптена — получила название аммифурина (*amifurinum*) и применяется как фотосенсибилизирующее средство при гнездной плешивости, витилиго. Форма выпуска препарата — таблетки по 0,02 г, 2%-ный раствор по 50 мл во флаконах.

Употребляют: таблетки — по одной 2—4 раза в день; 2%-ным раствором смазывают пораженные участки кожи. Возможны побочные явления в результате применения препарата — головная боль, сердцебиение, диспепсические явления. Аммифурин противопоказан при гипертонической болезни, тиреотоксикозе, заболеваниях печени, почек, крови, детям до 5 лет.

Анис обыкновенный — *Anisum vulgare* Gaertn.
Семейство селеровых — *Apiaceae*.

Однолетнее травянистое растение. Стебель прямой, ветвистый, высотой 30—50 см, круглый, покрытый коротким пушком. Листья: нижние — сплошные, длинночерешковые, с большими зубцами по краю; средние — тройчатые, с длинным черешком; верхние — три-пятираздельные, без черешка. Цветки мелкие, белые. Плоды — яйцевидные, немного сплюснутые с боков двусемянки, покрытые короткими волосками, при созревании распадаются на два небольших полуплодика зеленовато-серого цвета. Вкус семян пряный, запах сильный, ароматный. Цветет в июне — июле, плодоносит в августе.

Встречается в Воронежской и Курской областях, на Северном Кавказе и Украине. Возделывается на плантациях.

Для лечебных целей используют семена (плоды), которые собирают в августе.

Плоды содержат эфирное масло, состоящее на 80—90% из анетола.

Применение. Именно эфирное масло обуславливает отхаркивающее и ветрогонное действие растения. Препараты аниса обыкновенного усиливают моторное и секреторное действие пищевого канала.

Употребляют: 1) как отхаркивающее и смягчительное средство при кашле — настой 1 чайной ложки семян аниса на 1 стакан кипятка, настаивают 20 мин, процеживают и пьют по $\frac{1}{4}$ стакана 3—4 раза в день за



Арника горная

30 мин до еды или употребляют нашатырно-анисовые капли по 5—10 капель 3—4 раза в день; 2) как ветрогонное (при метеоризме) и желудочное — этот же настой пьют по $\frac{1}{4}$ стакана 3 раза в день за 30 мин до еды; 3) при болях в желудочно-кишечном тракте — анисовые капли (продаются в аптеке) принимают по 3—6 капель на кусочек сахара 2—3 раза в день.

Семена аниса входят в состав чаев: грудных № 3, 4, желудочного № 2, слабительного № 2, а также сен-жерменской смеси.

Арника горная — *Arnica montana* L.

Семейство астровых (сложноцветных) — *Asteraceae* (*Compositae*). Народные названия: *баранник горный, баранник*.

Многолетнее травянистое растение высотой до 60 см со своеобразным приятным запахом. Корневище короткое, цилиндрическое. Стебли прямые, опушенные, с прикорневыми продолговатыми яйцевидными листьями в виде розетки. Стеблевые листья супротивные, короткочерешковые, ланцетные, опушенные. Цветочные корзинки крупные, оранжево-желтые. Плод — цилиндрическая заостренная семянка. Цветет в июне—июле.

Встречается в районах За-

падной Украины, в Белоруссии, Прибалтике. Растет на лугах, полях хвойных и буковых лесов, по горным склонам.

Для лечебных целей используют цельные, неповрежденные цветочные корзинки, без цветоножек, собираемые в начале цветения.

Цветочные корзинки содержат горькое вещество — арницин, эфирное масло, смолу, воск, камедь, дубильные вещества, органические кислоты, желтый пигмент и др. **Растение ядовитое.**

Применение. 1) При ушибах, порезах, ссадинах, небольших кровотечениях — тампоны, смоченные водной настойкой, или отваром (2 чайные ложки цветов арники горной в 1 стакане воды), или готовой (аптечной) настойкой (2 чайные ложки, разведенные в 1 стакане холодной кипяченой воды), прикладывают к поврежденному месту. 2) Как средство, успокаивающее нервную систему и сердце, — отвар (1 столовая ложка цветов в 1 стакане воды) пьют по 1 столовой ложке 3—4 раза в день. 3) Как желчегонное средство — по 30—40 капель настойки арники 3 раза в день перед едой.

Астрагал шерстисто-цветковый —

***Astragalus dasyanthus* Pall.**

Семейство бобовых — Leguminosae.

Народные названия: *кошачий горох, мышиний горох, перелет.*

Многолетнее травянистое стержнекорневое растение высотой до 35 см. Стебли многочисленные, прямостоячие или приподнимающиеся. Листья очередные, непарноперистые, с удлинено-овальными, почти сидячими короткочерешковыми листочками. Цветки — светло-желтые, собраны в шаровидные соцветия, с медовым запахом. Плоды — яйцевидные или овальные тонкокожистые бобы. Цветет в мае — июле.

Встречается в Приднепровской части Украины, в Молдавии, Предкавказье. Растет в степях, лесостепях, по склонам гор, речным долинам, среди зарослей кустарников.

Для лечебных целей используют траву, которую собирают в фазе массового цветения (июнь — июль) до образования плодов.

Трава содержит флавоноиды, глицирризин, аскорбиновую кислоту, микроэлементы.

Применение. Настой травы астрагала применяют при гипертонии, стенокардии, он обладает мочегонным действием (берут 1 столовую ложку травы на 1 стакан кипятка, заваривают, как чай, принимают по 1—2 столовые ложки 3—4 раза в день).

В народной медицине астрагал широко используют при болезнях почек, отеках различного происхождения. Препараты астрагала обладают также рвотными, потогонными, вяжущими и кровоостанавливающими свойствами. Применяется при нервных заболеваниях, ревматизме с болями в суставах, золотухе. Это растение рекомендуется в виде отвара из корней как отхаркивающее и при общей слабости и расстройстве сердечной деятельности у пожилых людей. Настой астрагала употребляют и при кожных заболеваниях.

Бадан толстолистный —
***Bergenia crassifolia* Fritsch.**
Семейство камнеломковых — Saxifragaceae.

Многолетнее травянистое растение высотой до 50 см. Корневище мощное, длинное, вставное. Листья длинночерешковые, крупные, всензеленые, кожистые. Цветки мелкие, ярко-розовые, собраны в красивое густое метельчато-щитовидное соцветие. Плод — коробочка с многочисленными черными семенами. Цветет в мае—июле.

Встречается в горных районах Западной и Восточной Сибири, в Прибайкалье, на Алтае. Типичное горное растение, растет на скалах, каменистых осыпях. Широко используется как декоративное растение для озеленения населенных пунктов.

Для лечебных целей используют корневища и корни, иногда листья. Корневища и корни собирают осенью, листья — в июле.

Корневища и корни содержат до 25%, а листья — до 20% дубильных веществ, изокумарин бергенин, из листьев выделена галловая кислота и гликозид арбутин (10—22%). По содержанию последнего бадан является самым богатым растением в мире. Листья и особенно корневища и корни обладают вяжущим, противовоспалительным и антисептическим свойством.

Применение. Отвар корневищ бадана (1 чайную

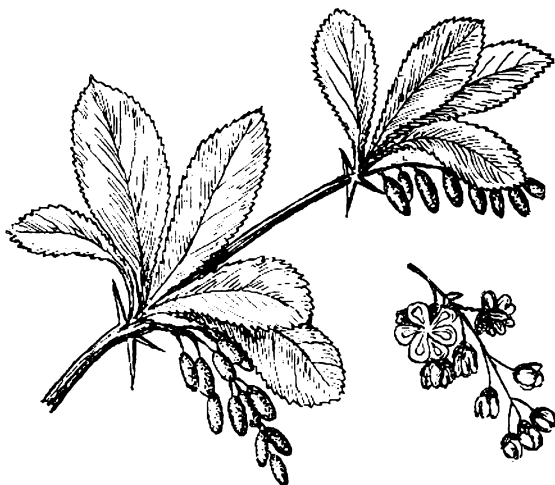
ложку измельченного корневища на 1 стакан воды, кипятят 30 мин) пьют по 1 столовой ложке 3 раза в день, или жидкий экстракт по 15—20 капель до еды как вяжущее средство при колитах неинфекционного происхождения. Этот экстракт используют при стоматитах для полоскания рта, разведя 2 чайные ложки экстракта в $\frac{1}{2}$ стакана воды; для спринцеваний при гинекологических заболеваниях — 1 столовую ложку жидкого экстракта на 1 стакан кипяченой воды.

Барбарис обыкновенный — *Berberis vulgaris* L.
Семейство барбарисовых — *Berberidaceae*.

Ветвистый кустарник высотой 2,5 м с трехраздельными колючками. Листья очередные, продолговатые, обратнояйцевидные, тупые, края стропильчатые, сверху темно-зеленые, снизу светлее, с короткими черешками. Цветки светло-желтые, мелкие, душистые, собраны в поникшие кисти. Ягоды продолговатые, красные, сочные, кислые с 2—3 удлинненными семенами. Цветет в мае — июне. Ягоды созревают в сентябре — октябре.

Встречается в европейской части СССР, особенно в Крыму, на Кавказе. Растет по кустарникам и лесам. Разводят как декоративное растение.

Для лечебных целей используют листья, ягоды, кору



Барбарис обыкновенный

и корни растения. Листья заготавливают после цветения (с середины мая до середины июня), ягоды — в сентябре — октябре, корни — в период покоя (апрель и октябрь — ноябрь). Сушат листья и корни в хорошо проветриваемых помещениях, расстилая тонким слоем. Вкус листьев барбариса кисловатый, запах слабый, своеобразный.

Листья, кора, корни различных видов барбариса содержат алкалоиды — берберин, пальмитин; аскорбиновую кислоту, витамин К, ятритин, дубильные вещества. В цветках, кроме этого, обнаружен другой алкалоид — оксиакантин, эфирное масло, в плодах — сахар, яблочная, лимонная и аскорбиновая кислоты и витамин К.

Применение. Как лечебное средство использовали еще в Древней Индии и Египте. Позже, в средних веках, принимали его настой для лечения различных заболеваний, особенно желудочно-кишечных. В XVIII веке барбарисом лечили цингу и желтуху. Исследованиями, проведенными в последнее время в Московском ВНИИ лекарственных растений, установлено, что настоем корней оказывает кровоостанавливающее и сосудорасширяющее действие. Плоды содержат много аскорбиновой кислоты и витамина К, его сок по содержанию может заменить сок лимона.

Употребляют: 1) в качестве желчегонного средства при хроническом гепатите, холецистите, желчекаменной болезни, нарушении функции кишечника — отвар (1 чайная ложка измельченных корней или коры растения в 1 стакане кипятка) пьют по 1 столовой ложке 3—4 раза в день, готовый препарат берберина бисульфат принимают по 1 таблетке 3 раза в день перед едой в течение месяца; 2) в послеродовом периоде для сокращения матки и при эндометрите в комплексе с другими лекарственными средствами (по указанию врача) пьют настойку коры барбариса по 20—30 капель 3 раза в день.

Безвременник осенний —

Colchicum autumnale L.

Семейство лилейных — Liliaceae.

Народные названия: осенник, дикий шафран.

Многолетнее травянистое растение высотой до 25 см. Клубнелуковица дает осенью два-три крупных лилово-

розовых цветка с простым околоцветником. Нижняя часть околоцветника скрыта под землей. Плод — трехгнездная многосеменная коробочка. Во время цветения растение не имеет листьев. Оплодотворенная завязь зимует под землей. Коробочка с 3—4 удлинненно-ланцетными листьями выносятся весной на поверхность почвы. Цветет в сентябре — октябре.

Встречается в западных районах Украины, в Белоруссии, Латвии и Литве. Растет по сырым лугам. Иногда культивируется как красивое декоративное растение.

Для лечебных целей используют клубнелуковицы и семена. Клубнелуковицы собирают в конце августа перед цветением, семена — в июне — июле.

Семена и клубни содержат алкалоиды колхамин и колхицин, около 20% крахмала, белковые вещества, сахар, жирное масло, минеральные соли. **Растение сильно ядовитое.**

Применение. В научной медицине колхамин применяют в мазях для лечения рака кожи и метастазов.

В народной медицине и гомеопатии используют как болеутоляющее средство при суставном ревматизме, невралгии, подагре. Для лечения этих заболеваний из семян, луковиц и цветков растения готовят мазь (по 1 столовой ложке каждого компонента заливают 1 стаканом воды и кипятят, пока не получится клейкая серая масса, последнюю в горячем виде смешивают в соотношении 1:1 с животным жиром, втирают в кожу 1 раз в день); настой в соотношении 0,5:200 мл принимают по 1 столовой ложке 2—3 раза в день; настойку (1:10) втирают в кожу суставов, поясницы и т. п.

Семена и луковицы безвременника осеннего хранят с предосторожностью, ежегодно заменяя свежими. Лечение проводят под наблюдением врача.

Белена черная — *Hyoscyamus niger* L.

Семейство пасленовых — *Solanaceae*.

Народные названия: *блекот, бликота, люлик, спячка и др.*

Двулетнее травянистое мягкоопушенное растение высотой до 1 м со своеобразным запахом. Корень вертикальный, ветвистый. Стебель прямостоячий. Листья очеренные, сидячие, перисто-лопастные, темно-зеленого цве-

та. Цветки кремовые. Плод — двухгнездная многосеменная коробочка. Цветет в июне — августе.

Встречается в средней и южной зонах европейской части СССР. Растет на полях, пустырях, огородах, вдоль дорог, около жилищ. Разводится на плантациях лекарственных растений.

Для лечебных целей используют листья и масло семян. Собирают розеточные и стеблевые листья во время цветения. При сборе и хранении белены необходимо соблюдать осторожность. Нельзя трогать лицо, особенно глаза и губы, невымытыми руками.

Листья белены содержат алкалоиды атропин, гиосциамин, скополамин, гликозиды, белковые вещества, сахар, жирное масло и другие вещества. Растение сильно ядовитое.

Применение. 1) Наружно при подагре, ревматических и мышечных, а также невралгических болях — растирают кожу теплым маслом белены (продается в аптеках) или смесью масла белены и $\frac{1}{3}$ части нашатырного спирта. 2) При бронхиальной астме — листья белены входят в состав курительного порошка астматол. Лечебное действие препаратов связано с расслаблением бронхов, снижением секреции желез под влиянием алкалоидов растения.

Применяют белену черную только по рекомендации врача.

Белладонна (красавка) —

***Atropa belladonna* L.**

Семейство пасленовых — Solanaceae.

Народные названия: сонная одурь, ниммица.

Многолетнее травянистое растение высотой до 2 м с многочисленными толстыми ветвистыми корнями. Стебли прямостоячие, кверху разделенные на 3 ветви. Листья очередные, яйцевидные, заостренные. Цветки буро-фиолетовые, колокольчатые, поникшие. Плоды — фиолетово-черные, сочные, кисло-сладкие ягоды. Цветет в июле — августе, плоды созревают в августе — сентябре.

Встречается в средней зоне европейской части СССР. Растет по опушкам и полянам лесов, по берегам рек, выращивается на плантациях лекарственных растений.

Для лечебных целей используют листья, реже траву

и корни. Траву и листья собирают в июне — июле, корни — осенью.

Белладонна содержит алкалоиды — атропин, гиосциамин, скополамин, белладоннин. **Растение очень ядовитое.**

Применение. Препараты белладонны используют как спазмолитическое и болеутоляющее средство для лечения язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, печеночных колик, для расширения зрачков в глазной практике, для профилактики морской и воздушной болезни (таблетки аэроп). Экстракт белладонны входит в состав бесалола, белоида, антигеморроидальных свечей, а листья — в состав смеси астматол.

Применяют белладонну только по рекомендации врача.

**Белокопытник лекарственный, или гибридный —
Petasites officinalis Moench (*Petasites
hybridus* Gaerth).**

Семейство астровых — Asteraceae.

Народные названия: *белокопытник, подбел, лопух водяной, маточник.*

Многолетнее травянистое растение высотой до 60 см. Корневища длинные, толстые, горизонтально расположенные, ветвистые. Цветочный стебель покрыт чешуйчатыми листьями, на верхушке стебля соцветие — сложная метелка. Цветки грязно-пурпуровые, пахучие. Прикорневые листья крупные, длинночерешковые, развиваются после цветения растения. Плод — семянка с хохолком. Цветет в апреле — мае.

Встречается почти во всей европейской части СССР и Сибири. Растет по сырым местам, берегам рек, озер, прудов, оврагам, железнодорожным насыпям.

Для лечебных целей используют листья, после цветения — растения и корневище. Листья собирают в июне — июле, корневище — осенью.

Корневища содержат сапонины (7,6%), дубильные вещества (5,26%), эфирное масло (0,18%), азотные основания (0,036%), флавоноиды (0,34%), смолистые вещества, петазин, петазол и др. В листьях — те же вещества, но в меньших количествах; обнаружено флавоноидов несколько больше (до 0,62%) в листьях и соцветиях.

Применение. При фармакологическом испытании установлено спазмолитическое, гипотензивное и антикоагулянтное действие; считается, что спазмолитическое действие обусловлено петазолом и петазином. Более активны экстракты из корневищ (А. Ф. Гаммерман, И. И. Гром, 1976).

В народной медицине настой или отвар листьев употребляют при простудном кашле (2 чайные ложки листьев на 1 стакан кипятка, кипятить на слабом огне 10 мин, охладить, процедить и принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день), а также как ранозаживляющее средство. Припарки из листьев уменьшают ревматические и подагрические боли. Для этого свежие или сухие листья обваривают кипятком, завертывают в марлю и прикладывают к болезненным местам.

**Береза бородавчатая —
Betula pendula Roth (*B. verrucosa* Ehrh).
Семейство березовых — *Betulaceae*.**

Хорошо известное дерево с гладкой молочно-белой корой, высотой около 20 м. Встречаются два близких вида — береза бородавчатая и береза пушистая.

У первого вида березы листья треугольные или ромбовидные, заостренные, душистые, молодые ветви и листья покрыты смолистыми бородавчатыми железками.

У березы пушистой листья яйцевидные или ромбическо-яйцевидные, возле основания закругленные или сердцевидные; молодые ветки без бородавчатых железок, пушистые. Цветки без покрытия, собраны на концах веток в длинные сережки. Цветет в апреле — мае, плоды созревают в августе — сентябре.

Встречается в лесной и лесостепной зонах СССР (на Украине и в Западной Сибири — преимущественно береза бородавчатая; в горах Кавказа, Восточной Сибири — береза пушистая). Растет в тайге, лесной и лесостепной зонах, смешанных и широколиственных лесах.

Для лечебных целей используют почки, молодые листья и сок. Почки собирают ранней весной (до начала их распускания). Срезают ветки, связывают в пучки (веники) и сушат. Затем почки обрывают с веток и очищают от примесей и сережек. Как правило, почки заготавливают при вырубках леса или в местах прореживания. Молодые листья собирают весной, во время цветения,

когда они душистые и клейкие. Сок берут ранней весной, делая в стволе надрезы, в которые вставляют трубки или другие приспособления для стекания сока. Сушат почки в тени под навесом или в хорошо проветриваемых помещениях, расстилая их тонким слоем.

Листья и почки содержат эфирное масло, бетулен, бетуленовую кислоту, вяжущие вещества, смолу, виноградный сахар, сапонины, витамин С, флавоноиды и некоторые другие вещества.

Применение. Настои и отвары почек и листьев применяют при отеках сердечно-сосудистого происхождения, как мочегонное, желчегонное и дезинфицирующее средство, а листьев — при авитаминозах.

Употребляют: 1) настоек 6 столовых ложек почек или молодых листьев (можно пополам) в 2 стаканах воды (в холодной кипяченой воде настаивают в течение суток, в кипятке—6—8 ч, процеживают) пьют по $\frac{1}{2}$ стакана 4 раза в день, в результате чего увеличивается мочеотделение (до 2,5 л в сутки); 2) смесь из лекарственных растений — берут по 1 столовой ложке молодых листьев березы, травы хвоща полевого, травы золотой розги, корней любистка, цветов коровяка. 1 столовую ложку этой смеси заливают 1 стаканом кипятка и пьют охлажденный настой по $\frac{1}{4}$ стакана 4 раза в день перед едой.

Наружно используют для лечения ожогов, пролежней, кожных заболеваний с гнойными отделениями, плохо заживающих ран, хронических экзем — примочки из настоя (2 чайные ложки березовых почек на 1 стакан кипятка); березовым дегтем — плохо заживающие раны.

Из березового угля готовят таблетки — карболен, используемые в качестве адсорбента при отравлениях и метеоризме.

Березовый сок пьют как общетонизирующий напиток (особенно полезен детям), а также при фурункулезе.

Березовые почки входят в состав мочегонных чаев и смесей.

Березовый гриб — *Inonotus obliquus* (Pers.).

Семейство полипоровых — Polyporaceae.

Народное название: *цир, чага.*

На коре взрослых берез образуются наросты, черные снаружи, табачного цвета внутри, с многочисленными

бугорками и трещинами. Наросты (чага) могут расти 10—15 лет и больше, питаясь соками живой березы, достигая 50 см в диаметре. Они прорастают в кору и древесину и способствуют гниению сердцевины ствола. На молодых березах гриб не растет. На сухостое, валеснике, старых пнях чага разрушается, образуя различные виды трутовиков, не пригодных для лечения. Трутовики черные и в отличие от чаги имеют правильную копытообразную форму, часто с ровными годичными кольцами.

Встречается в Полесье, Карпатах, лесах севера СССР.

Для лечебных целей заготавливают березовый гриб круглый год. Собранный весной и осенью, он обладает большей активностью. От сбитых топором наростов отделяют древесину и кору, а также внутренние рыхлые и светло-бурые части, затем разрубают на куски величиной 5—6 см и сушат в сушильных шкафах или печах при температуре 50—60°C. Вкус гриба горьковатый, без запаха. Хранят его в сухом месте не более двух лет.

В химическом отношении березовый гриб мало изучен. Он содержит ароматические оксикислоты, флавоноиды, смолу и другие вещества.

Применение. Раньше в народной медицине чагу использовали для лечения рака желудка, язвенной болезни желудка, болезней печени и селезенки. В настоящее время, после детального изучения, экстракт березового гриба (бефунгин) применяют в научной медицине в качестве симптоматического средства при злокачественных новообразованиях различной локализации.

3 чайные ложки экстракта разводят в 150 мл кипяченой подогретой воды и пьют по 1 столовой ложке за 30 мин до еды 3 раза в день. Курс лечения 3—5 месяцев.

Настои из чаги в домашних условиях готовят следующим образом — свежий гриб обмывают теплой водой и измельчают в мясорубке или на терке, а высушенный гриб размягчают в холодной кипяченой воде в течение 4—6 ч, после чего также измельчают. 1 часть измельченного гриба заливают 5 частями кипяченой воды (температура не выше 50°C) и настаивают 48 ч. Затем жидкость сливают. Осадок отжимают, в полученный настой доливают воду, в которой замачивался гриб. Такой настой сохраняют в холодном месте 3—4 дня. Принимают по 3 стакана в сутки за 30 мин до еды.

Экстракт из березового гриба практически безвреден. Относительным противопоказанием к назначению его считают заболевания, связанные с ограничением введения в организм большого количества жидкости. В этих случаях готовят настой из 2 частей гриба и 5 частей воды и пьют вместо чая или других напитков.

При лечении настоем чаги больному рекомендуют молочно-растительную диету, ограничивают потребление мяса и жиров, исключают из рациона консервы, колбасу, копчения, острые и пряные приправы.

Бессмертник песчаный —
Helichrysum aeneum (L.) D. C.
Семейство астровых — Asteraceae.
Народные названия: *цмин песчаный,*
кошачьи лапки.

Многолетнее травянистое растение высотой до 50 см с прямостоячим при основании ветвистым стеблем. Листья сидячие, линейно-ланцетные, заостренные. Цветочные корзинки мелкие, желтые, собраны в верхушечное соцветие. Цветет в июне — августе. Все растение беловато-войлочно-опушенное.

Встречается в южных и юго-западных районах европейской части СССР, на Кавказе, в Средней Азии и Сибири. Растет в степях по склонам, на сухой песчаной и глинистой почвах, в разреженных сухих сосновых борах, на пустырях. Культивируется в цветниках, садах как декоративное растение.

Для лечебных целей используют цветочные корзинки, которые собирают не вполне распустившимися в июне — августе.

В бессмертнике песчаном обнаружены флавоногликозиды (салипурнозид, изосалипурнозид, кемпферол, апигенин), эфирные масла, горечи, вяжущие вещества, смолы, витамин К, стерины, соли калия, кальция, железа и марганца.

Применение. Настой, а иногда отвар цветов (40 г на 1 л кипятка) в народной медицине используют при заболеваниях печени и желчевыводящих путей, желудочно-кишечного тракта, как противоглистное и мочегонное средство.

Желчегонный эффект бессмертника эксперименталь-

но установлен в лаборатории И. П. Павлова. Дальнейшие исследования подтвердили благоприятное действие настоя бессмертника при острых и хронических заболеваниях печени и желчного пузыря. У больных быстро улучшалось общее состояние, исчезала тошнота и боли в области печени.

Употребляют: при хронических гепатитах и холециститах, дискинезии желчных путей — настой 1 столовой ложки цветов на 1,5 стакана кипятка, заваривают, как чай, настаивают в течение 2 ч, процеживают и пьют по 2 столовые ложки 3—4 раза в день за полчаса до еды, или отвар 1 столовой ложки цветков на 1 стакан воды употребляют по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день за полчаса до еды; препарат из бессмертника — фламин в таблетках по 0,05 г назначают по 1 таблетке 3 раза в день за 30 мин до еды.

Бессмертник входит в состав желчегонного чая № 1.

Боярышник кроваво-красный —
***Crataegus sanguinea* Pill.**
Семейство розоцветных — Rosaceae.

Куст или небольшое дерево до 4 м с большими пурпурно-коричневыми ветками и прямыми пазушными колочками длиной 2,5—4 см. Листья длинночерешковые, большие, широкоромбические, трех-семилопастные с крупнозубчатыми краями, сверху темно-зеленые, снизу значительно светлее, волосистые с обеих сторон. Цветки белые или розовые, опушенные, собраны в густые соцветия. Плод кроваво-красный, ягодоподобный, с мучнистой мякотью, в диаметре 8—10 мм, с 3—4 косточками. Запах боярышника специфический, приятный. Цветет в мае — июне, плодоносит в августе.

Встречается на Украине, в южных и юго-восточных частях европейской территории СССР, в Западной и Восточной Сибири, на Урале, Кавказе, в Средней Азии. Растет в лесной и лесостепной зонах, на опушках, полянах, в степных оврагах, на лугах, в долинах и на склонах гор. Как декоративное растение культивируется в парках и садах.

Государственные стандарты разрешают употреблять с лечебной целью все виды боярышника, несмотря на некоторые отличия в их строении. Для приготовления ле-

карств используют цветки и созревшие плоды без плодоножек. Плоды собирают в сентябре — октябре, цветки — в мае-июне. Плоды сушат под навесами, расстилая тонким слоем на ткани, или в сушилках. Цветки сушат в тени или на чердаках с хорошей вентиляцией. Запах плодов боярышника слабый, вкус горьковатый, слизистый.

В медицинской практике, кроме боярышника кроваво-красного, используют боярышник колючий (*C. oxycantha* L.) и другие виды.

Плоды боярышника содержат холин, ацетилхолин, органические кислоты (кратегусовая, лимонная, винная), жирные кислоты (арахионовая, пальмитиновая, миристиновая, стеариновая), ненасыщенные жирные кислоты (масляная, линолевая), воскообразные и дубильные вещества, сахар, белки, аскорбиновую кислоту, амигдалин; семена — гиперозид и жирное масло, а корни — гликозид эскулин. В цветках боярышника обнаружены эфирное масло (до 0,75%), биологические активные вещества, флавоны (кверцетин, кверцитрин), витамины С, А, сапонины, кратегусовая кислота, соли магния и алюминия, натрия, кальция, хлориды, карбонаты, сульфаты, дубильные вещества, а в свежесобранных цветках — биологически активное вещество триметиламин. В последнее время обнаружены и тритерпеновые кислоты — олеаноловая, урсоловая.

Применение. Боярышник как лечебное средство известен еще со времен Диоскорида (I в. до н. э.), сейчас широко применяется во многих странах для лечения болезней сердца (неврозы, начальные стадии гипертонической болезни). Настой 1 столовой ложки цветков в 1 стакане кипятка пьют 3 раза в день по 1 столовой ложке перед едой или употребляют жидкий аптечный экстракт (настойку) по 20—30 капель 3—4 раза в день перед едой в течение 3—4 недель. При лечении невроза сердца назначают смесь настойки или экстракта (10 г) с настойкой валерианы и ландыша (по 10 г) — по 25—40 капель 3 раза в день перед едой.

Брусника — *Vaccinium vitis idaea* L.
Семейство брусничных — *Vacciniaceae*.

Многолетний вечнозеленый кустарник высотой до 20 см с ползучим корневищем и прямыми ветвистыми

стеблями. Листья овальные, блестящие, кожистые, с загнутыми краями, сверху темно-зеленые, снизу светло-зеленые с черноватыми точечными желёзками. Цветки белые с розовым оттенком, напоминают по форме колокольчики, правильные, собраны в поникшие кисти. Плод — круглая, красная съедобная ягода. Цветет в мае — июне, плодоносит в августе — сентябре.



Брусника обыкновенная

Встречается в европейской части СССР, на Кавказе, Урале, в Сибири, на Дальнем Востоке. Растет в хвойных и смешанных лесах, на торфяных болотах вместе с голубикой или черникой, в кустарниках.

Для лечебных целей используют листья брусники, которые собирают до начала цветения (март — май) или после плодоношения осенью. Ягоды заготавливают в период их созревания и употребляют в кондитерской

промышленности. Сушат листья в теплых, затененных помещениях.

Листья содержат дубильные вещества, гликозиды (вакцинин, арбутин), флавоноид гиперозид, винно-каменную кислоту и другие вещества. В ягодах много витаминов, в частности аскорбиновой кислоты. Содержащийся в листьях арбутин (распадается с образованием гидрохинона) повышает диурез и дезинфицирует мочевыводящие пути. Дубильные вещества обуславливают вяжущее действие брусники.

Применение. В народной медицине листья и ягоды брусники используют при ревматизме и подагре. При почечно-каменной болезни — как мочегонное средство, при ревматизме и подагре — отвар или настой 1 столовой ложки листьев в 1 стакане воды пьют по 2 столовые ложки 3—4 раза в день. При авитаминозе полезны свежие ягоды. Готовят специальный сухой экстракт из листьев брусники, в котором не содержатся дубильные вещества (Extr. Vitis idaea siccam). Брусника не оказывает отрицательного действия на организм.

Валериана лекарственная —
Valeriana officinalis L.

Семейство валериановых — Valerianaceae.

Народные названия: *ароматник, земляной ладан, мариан, маун, одолян, чертово зелье.*

Многолетнее травянистое растение высотой до 1,5 м с толстым коротким корневищем и многочисленными придаточными корнями, с прямостоячим полым цилиндрическим стеблем. Листья супротивные, непарноперистосложные, с яйцевидно-ланцетными листочками. Цветки мелкие, бледно-розовые или белые, душистые, собраны в щитковидное соцветие. Плод — мелкая семянка. Цветет в июне — июле, хороший медонос.

Встречается на всей территории СССР, кроме Крайнего Севера и пустынь Средней Азии. Растет в изобилии в поймах рек, на лугах, в лесах, по берегам рек, озер, болот, болотистым лугам, среди ивняков. Часто культивируется на плантациях лекарственных растений.

Для лечебных целей используют корневище с корнями, которые собирают ранней осенью, когда увядает надземная часть растения. Весной производить заготовку

не рекомендуется. Хранят корни и корневища в сухом, хорошо проветриваемом помещении.

Корневище и корни содержат эфирное валериановое масло (1—3%), дубильные вещества, смолы, алкалоиды (валерин и хатинин), крахмал, сахар, органические кислоты (яблочная, муравьиная, уксусная и валериановая). Эфирное масло валерианы состоит из борнеола и валериановой кислоты и действует на организм человека успокаивающе, снижая возбуждение центральной нервной системы. Препарат валерианы часто сочетается с солями брома и другими успокаивающими средствами. Экспериментально установлено усиление тормозных процессов в коре головного мозга при введении в организм настоев валерианы.

Применение. 1) В качестве успокаивающего средства при бессоннице и неврозах сердечно-сосудистой системы, при первых возбуждениях — восьмичасовой настой 1 десертной ложки измельченного корня валерианы в 1 стакане теплой кипяченой воды пьют по 2 столовые ложки 3 раза в день (в аптеках продается настойка валерианы, которую принимают по 20—30 капель 3 раза в день). 2) При спазмах гладкомышечных органов, частых головных болях пьют 3 раза в день теплый лекарственный чай, приготовленный из смеси сухих измельченных лекарственных растений: 6 столовых ложек тысячелистника обыкновенного кипятят 10 мин в 1 л воды, в этот горячий настой добавляют 1 столовую ложку травы горькой полыни, 2 столовые ложки мяты перечной, 1 столовую ложку измельченного корня валерианы и все кипятят 30 мин. 3) Таблетки-драже, содержащие экстракт корневищ валерианы, продаются в аптеках; принимают их по 1—2 штуки 3—4 раза в день.

Корень растения входит в состав чаев: успокоительных № 1, 2, ветрогонных № 1, 2, желудочного № 1.

Василек синий — *Centaurea cyanus* L.

Семейство астровых — *Asteraceae*.

Народные названия: *васильки, синюшник, блават, глават.*

Однолетнее травянистое растение высотой до 60 см с прямостоячим ветвистым стеблем. Листья очередные, линейно-ланцетные. Цветки синие, собраны в одиночные

корзинки на длинных ножках, расположенные на верхушке стебля и ветвей, темно-синего или голубого цвета с коротким хохолком. Цветет с мая до сентября.

Встречается повсеместно. Растет на обработанных почвах, засоряя яровые и озимые хлеба, главным образом озимую рожь, пшеницу, лен, а также в посевах кормовых трав, на огородах.

Для лечебных целей используют краевые цветки, которые собирают сразу после распускания, выщипывая из цветочных корзинок. Сушат в тени.

Цветки содержат гликозиды centaурин, цианин, цинарин, пелларгонин, горечи, пигмент антоциан, дубильные и белковые вещества, сапонины и минеральные соли.

Применение. Экспериментально установлено мочегонное и желчегонное действие василька синего. Употребляют как мочегонное средство — настой 1 чайной ложки измельченных цветков в 1 стакане кипятка (настаивают 20 мин) охлаждают и пьют по $\frac{1}{4}$ стакана 4 раза в день за 20—30 мин до еды. Этот настой используют в качестве желчегонного средства при заболеваниях печени. В народной медицине растение применяют при простудных заболеваниях, конъюнктивитах (промывание глаз), куриной слепоте, как ранозаживляющее.

Цветки василька входят в состав лекарственных смесей и чаев, в частности мочегонного № 1.

Василистник вонючий — *Thalictrum foetidum* L. Семейство лютиковых — *Ranunculaceae*.

Многолетнее травянистое растение высотой до 60 см. Листья трижды- или четыреждыперисторассеченные, черешковые или почти сидячие. Цветки зеленоватые, мелкие, собраны в щитковидные метелки. Околоцветник простой, чашеобразный, с 4—5 фиолетовыми яйцевидными листочками. Тычинки многочисленные, в 2—3 раза длиннее маточки. Запах неприятный, слабый. Плоды — ребристые семянки. Цветет в мае — июне.

Встречается в европейской части СССР, на Кавказе, в Средней Азии, Сибири и на Дальнем Востоке, реже на Украине. Растет на лесных опушках, полянах, степных щебнистых склонах.

Для лечебных целей используют траву.

Василистник вонючий содержит большое количество

алкалоидов (фетидинтальмин, тальмидин, берберин), сапонины, флавоноиды (рутин), глюкорамнин, следы эфирного масла, дубильные вещества и смолы. Собирают траву во время цветения, срезая верхушки растения длиной 30—35 см, расстилают тонким слоем на бумаге и сушат в хорошо проветриваемом помещении. **Растение ядовитое.**

Кроме василистника вонючего заготавливают также траву василистника малого (*Thalictrum minus* L.). Отличаются растения тем, что под микроскопом листья василистника вонючего покрыты волосками и железками, а у василистника малого они голые.

Применение. Из травы василистника малого готовят настойки. Кроме того, она входит в состав сбора Здренка № 2. В народной медицине настои и отвары листьев используют при кровотечениях из носа, эпилепсии, неврозах, заболеваниях печени и желчных путей.

Фармакологическими исследованиями установлено, что положительное действие препаратов василистника малого, а частично и других видов растения, объясняется адренолитическими свойствами алкалоидов (С. А. Турсунова, Х. И. Ташибаева, М. Б. Султанова, 1959).

Настойку растения употребляют при гипертонической болезни, стенокардии, нарушениях кровообращения (по 20—40 капель 3—4 раза в день в течение 2—3 недель); она обладает бактерицидным действием.

Вахта трехлистная — *Menyanthes trifoliata* L.

Семейство вахтовых — *Menyanthaceae*.

Народные названия: *волчья капуста, жабы огурчики, бабеник, чахоточная трава, троелистник, трифоль.*

Многолетнее болотное травянистое растение высотой до 30 см с длинным ползучим корневищем. Стебли, в числе 3—5, выходят из приподнимающейся верхушки корневища. Листья длинночерешковые, тройчатые, очередные, с обратнойцевидными долями. Цветки бело-розовые, собраны в кисть на цветочной стрелке. Плод — шаровидная многосеменная коробочка. Цветет в мае—июне.

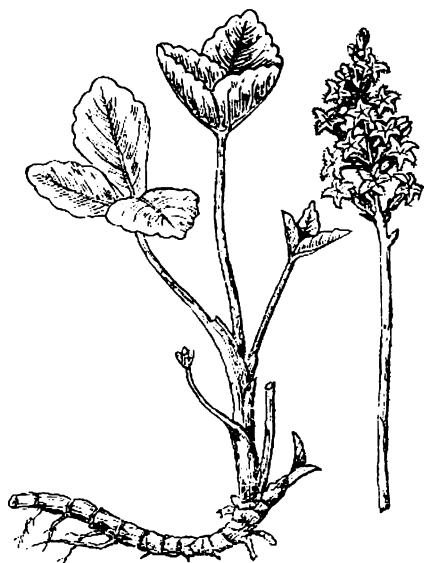
Встречается почти на всей территории СССР, за исключением пустынь, полупустынь и сухих степей. Рас-

тет по топким берегам рек, прудов, озер, в низинах балок, образуя вахтовые и осоково-вахтовые луга.

Для лечебных целей используют листья, которые собирают после цветения — в июле — сентябре, очищая их у самого основания листовой пластинки. Сушат и хранят в хорошо проветриваемых помещениях.

Листья вахты содержат горький гликозид (мениантин), алкалоиды, дубильные вещества, сапонины, флавоноиды (рутин, гиперозид), жирное масло, витамин С. В золе содержится йод.

Применение. В народной медицине отвар из листьев вахты применяют при кашле, геморрое, для промывания длительно незаживающих ран, при поражениях кожи (лишай и др.), при туберкулезе легких. Вахту трехлистную употребляют как горечь для возбуждения аппетита и улучшения перистальтики желудка и кишечника, как желчегонное средство. С этой целью 1—3 столовые ложки листьев заваривают в 1 стакане кипятка, как чай, и пьют по 1 столовой ложке 3 раза в день за полчаса до еды. Используют вахту и в смеси с другими лекарственными растениями: 1) смешивают по 1 столовой ложке измельченных листьев вахты, мяты перечной, травы золототысячника и тысячелистника обыкновенного, 1 столовую ложку этой смеси заваривают в 1 стакане кипятка, настаивают до охлаждения и пьют по $\frac{1}{4}$ стакана 4—5 раз в день; 2) смешивают по 1 столовой ложке измельченных листьев вахты, мяты перечной, травы чистотела и корней одуванчика; 1 столовую ложку этой смеси заваривают в 1 стакане кипятка, настаивают до охлаждения и пьют по $\frac{1}{4}$ стакана 4—5 раз в день.



Вахта трехлистная

Листья вахты трехлистной входят в состав чаев: апетитного № 2, желчегонного № 1, мочегонных, слабительных, успокоительного сбора № 1.

Водяной перец — *Polygonum hydropiper* L.

Семейство гречишных — *Polygonaceae*.

Народные названия: *гречиха перечная, перец собачий, горец перечный.*

Однолетнее травянистое растение высотой до 70 см с тонким корнем и ветвистым полым стеблем. Листья очердные ланцетовидные, суженные к вершине. Цветки мелкие, зеленовато-розовые, собраны в поникшие кисти. Плод — трехгранная семянка. Цветет с июня до сентября.

Встречается на всей территории европейской части СССР. Растет в сырых местах, на влажных лугах, около рек, ручьев, по канавам, в ольховых лесах.

Для лечебных целей используют траву, которую собирают во время цветения (с июня по сентябрь).

Трава содержит гликозид полигопиперин, муравьиную, уксусную, валериановую и полигоновую кислоты, дубильные вещества, фитостерин, аскорбиновую кислоту, витамин К, рутин, кверцетин, красящие и другие вещества.

Применение. В народной медицине настой водяного перца используют наружно для ванн при геморрое, а также пьют при кровотечениях.



Водяной перец

В медицинскую практику введен в 1912 году после экспериментального изучения в лаборатории академика Н. П. Кравкова. Применяют водяной перец под контролем врача при маточных кровотечениях — настой 1 столовой ложки растения в 1 стакане воды пьют по 1 столовой ложке 4—5 раз в день или употребляют жидкий экстракт (продается в аптеках) по 30—40 капель 3—4 раза в день. Можно принимать смеси экстрактов водяного перца и коры калины (1 : 1) по 30—40 капель 3 раза в день или по 1 г порошка травы водяного перца 3 раза в день.

Гармала обыкновенная — *Peganum harmala* L.
Семейство парнолистниковых —
Zygophyllaceae.

Народные названия: *могильник, дикая рута, белобок, собачье зелье.*

Многолетнее травянистое растение высотой 30—60 см с длинным корнем и многочисленными разветвленными стеблями. Листья очередные, перисто-рассеченные на линейные дольки. Цветки бледно-желтые, одиночные, пазушные. Плоды — шаровидные коробочки с бурыми семенами. Цветет в мае — июле.

Встречается в южной полосе европейской части СССР, на Кавказе и в Средней Азии. Растет в степях на солонцеватой почве целыми зарослями, на сорных местах, вблизи населенных пунктов.

Для лечебных целей используют траву (стебли, листья, цветки), которую собирают в мае — июле.

Трава содержит ядовитые алкалоиды — гармин, гармалин, в цветках и стебле содержится алкалоид пеганин. **Растение ядовитое.**

Применение. Гармала широко используется в народной медицине при ревматизме, чесотке (в виде ванн из травы), при простудных заболеваниях, малярии (настой, отвары). При паркинсонизме и болезни Паркинсона рекомендуется настой 1 чайной ложки травы на 1 стакан воды (настаивают 2 ч), пьют по 1 столовой ложке 3—4 раза в день или настойку из корней растения (1 : 10) по 10—15 капель 3 раза в день. В качестве слабительного средства пьют этот же настой продолжительное время. Применяют по рекомендации врача.

Горец почечуйный —
***Polygonum persicaria* L.**
Семейство гречишных — Polygonaceae.
Народные названия: *почечуйная трава,*
гусиное зелье.

Однолетнее травянистое растение высотой 20—60 см с прямым красноватым, разветвленным стеблем. Листья ланцетовидные, очередные, заостренные, цельнокрайние, с бурым пятном или без него. Цветки розовые, собраны в плотные кисти. Плод — черный блестящий орешек. Цветет в июне — июле.

Встречается на всей территории СССР, исключая северную полосу. Растет по берегам рек, у болот, в садах, на влажных пашнях, иногда у изгородей.

Для лечебных целей используют траву, которую собирают в июне — июле.

Трава содержит дубильные вещества, флавоноиды (персикарин, гиперозид, изокверцитрин), пектины, слизи, много витамина К, органические кислоты, витамин С, эфирное масло. **Растение ядовитое.**

Применение. В народной медицине почечуйную траву применяли с давних пор, а в научной медицине сравнительно недавно. Используют траву горца почечуйного как кровоостанавливающее, особенно при геморрое и маточных кровотечениях, в качестве мочегонного и легкого слабительного средства: настой 2 столовых ложек травы на 1 стакан воды пьют по 1 столовой ложке 5—6 раз в день, жидкий экстракт принимают по 30 капель 3 раза в день.

Горец змеиный — *Polygonum bistorta* L.
Семейство гречишных — Polygonaceae.
Народные названия: *горец, змеевки,*
раковые шейки.

Многолетнее травянистое растение высотой до 1 м с толстым змеевидно изогнутым корневищем. Стебель прямой, узловатый. Прикорневые листья большие, удлиненные, верхние — узкие, мелкие. Цветки мелкие, душистые, розовые, собраны на конце длинного цветоноса в колосовидное соцветие. Плод — трехгранный орешек. Цветет в мае — июне.

Встречается на всей территории СССР. Растет по сы-

рым лугам, на торфяной почве, в поймах рек, по заболоченным берегам озер, часто образует заросли.

Для лечебных целей используют корневище, которое заготавливают осенью в период увядания надземной части растения.

Корневище содержит дубильные вещества (20—25%), галловую кислоту, витамин С, катехин, глюкозу, крахмал, красящие вещества, флавоноидный гликозид гипеперозид.

Применение. В народной медицине отвар из корневищ змеевика принимают при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, камнях желчного пузыря: 2 десертные ложки измельченного корневища залить стаканом воды, кипятить 20 мин, пить по 1 столовой ложке 3—4 раза в день перед едой. При камнях желчного и мочевого пузыря отвар из 20 г корневищ на 1 л воды пьют по 1—1,5 стакана в день, соблюдая строгую молочно-растительную диету.

В научной медицине широко используют отвар растения в качестве эффективного вяжущего средства при желудочно-кишечных расстройствах и наружно при воспалительных процессах слизистых оболочек (стоматит, гингивит и т. п.).

Употребляют при поносах как вяжущее средство: отвар 2 чайных ложек измельченного корневища, взятых на 1 стакан воды, пьют по 2 столовые ложки 6 раз в день. С этой же целью используют жидкий экстракт растения — по 30 капель 3 раза в день или принимают по 1 порошку корневища (0,5—1 г) 3—4 раза в день. Для полосканий: отвар 1 столовой ложки измельченных корневищ горца в 1 стакане воды, или аптечную настойку по 15—20 капель на 1 стакан воды, или смесь настойки горца змеиного и раствора йода (5—10%), взятых по 15—20 капель на 1 стакан воды. Жидким экстрактом растения смазывают десны.

Горец птичий — *Polygonum aviculare* L.

Семейство гречишных — *Polygonaceae*.

Народные названия: *дрясен, птичья гречиха, гусиный спорыш, спариж.*

Однолетнее травянистое растение высотой до 40 см с лежачим или приподнимающимся от основания ветвистым стеблем. Листья мелкие, продолговатые, овальные,



Горец птичий

цельнокрайние. Цветки очень мелкие, беловатые или розоватые, по 3—5 в пазухах листьев. Плод — трехгранный орешек. Цветет в июне — августе.

Встречается повсеместно в СССР. Растет вдоль дорог, канав, в посевах, по берегам рек, во дворах, на лугах.

Для лечебных целей используют траву. Собирают ее во время цветения, пока не затвердели стебли.

Трава содержит дубильные вещества и горечи, смолу, воск, сахар, аскорбиновую и

кремниевую кислоты, витамин К, каротин, следы эфирного масла, флавоновые гликозиды — авикулярин, кверцетин и гиперозид.

Применение. Горец птичий был известен Гиппократу и Фессалу (его сыну и последователю) как кровоостанавливающее средство, Гален (II в. н. э.) рекомендовал его при обильных менструациях. Гликозид авикулярин, содержащийся в траве, повышает тонус мускулатуры матки и тем самым уменьшает кровотечение после родов, ускоряет свертываемость крови. Экстракт из растения способствует укреплению стенок капилляров. В медицинской практике препараты горца птичьего назначают в качестве кровоостанавливающего с 3—4-го дня после родов в течение 3—4 дней. Горец в этом случае служит заменителем водяного перца, коры калины и т. п.

Используют как мочегонное и отхаркивающее средство, кроме того: 1) при обильных менструациях — настой 1 столовой ложки травы на 1 стакан кипятка пьют по 1 столовой ложке 4—6 раз в день; 2) при бронхите — настой 1 чайной ложки травы на 1 стакан кипятка пьют по 1—2 столовые ложки через 3 часа; 3) при кровотечениях из геморроидальных шишек — настой 2—

3 столовых ложек травы на 1 стакан кипятка пьют по 1— $\frac{1}{2}$ чайной ложке утром и вечером; 4) при камнях в почках и мочевом пузыре — настой 1 столовой ложки травы на 1 стакан воды пьют по 2 столовые ложки 3 раза в день перед едой; 5) при желчно-каменной и почечно-каменной болезни, хроническом воспалении мочевого пузыря и гепатохолецистите — отвар 3 столовых ложек смеси горца, зверобоя, душицы обыкновенной, травы и корня цикория, чистотела, березовых почек, цветов бессмертника, ромашки и календулы по $\frac{1}{2}$ столовой ложки в 3 стаканах кипятка (кипятить 10—15 мин, настаивать 30 мин) пить теплым по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день за 1 ч до еды в течение 1—2 месяцев (М. И. Соломченко, 1962). В народной медицине горец птичий используют при выпадении геморроидальных узлов и прямой кишки. В этих случаях из травы горца делают сидячие ванны, клизмы.

Девясил высокий — *Inula helenium* L.
Семейство астровых (сложноцветных) —
***Asteraceae* (*Compositae*).**
Народные названия: *девясил, дивосил,*
дикий подсолнух.

Многолетнее травянистое растение высотой до 1,5 м с большим толстым корневищем и отходящими от него длинными корнями. Стебли прямые, волосистые, маловетвистые, бороздчатые. Листья крупные, очередные, продолговато-эллиптические, сверху жестковолосистые, снизу опушенные, бархатистые, по краю зубчатые. Цветки — золотисто-желтые, собраны в крупные корзинки. Плод — семянка. Цветет с июля по сентябрь. Корни и корневища душистые, вкус горький, жгучий.

Встречается на всей территории европейской части СССР, а также на Кавказе, Алтае, в Западной Сибири, Поволжье и Средней Азии. Растет на влажных местах, по берегам рек, на лугах, опушках лесов, среди кустарников.

Для лечебных целей используют корневище с корнями, которые заготавливают осенью или ранней весной.

Корневище с корнями содержит инулин (до 44%) и другие полисахариды, сапонины, алкалоиды, эфирное масло (1—2%) и др.

Применение. Девясил известен с древних времен, его использовали не только с лечебной целью (Гиппократ), но и употребляли в пищу, считая, что он прибавляет человеку силу. На Украине девясил применяют при многих болезнях как мочегонное и потогонное средство, для улучшения пищеварения и обмена веществ, лечения ран, экзем, чесотки, при женских болезненных менструациях и их отсутствии.

По данным экспериментальных исследований Ленинградского научно-исследовательского химико-фармацевтического института, настойка девясила высокого оказывает эффективное отхаркивающее действие, не уступая сенеге, которая растет в Северной Америке. Эфирное масло растения обладает антисептическими и противовоспалительными свойствами.

Употребляют как отхаркивающее средство при острых респираторных вирусных инфекциях, кашле с выделением вязкой мокроты: 1) отвар или водный настой 1 столовой ложки измельченного корня девясила на 1 стакан воды пьют по 1 столовой ложке 3—4 раза в день; 2) настой 2 чайных ложек смеси (по 1 столовой ложке измельченных корней девясила, алтея и солодки) на 2 стакана холодной воды (настаивают в течение 8 ч) пьют по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день. Настойку назначают по 20—30 капель 3—4 раза в день в качестве отхаркивающего средства. Для лечения больных коклюшем — смесь из 2 столовых ложек корня девясила и 2 столовых ложек измельченной травы тимьяна ползучего; 1 чайную ложку смеси заваривают, как чай, в 1 стакане кипятка, принимают по 1 столовой ложке через 2 ч.

Донник лекарственный —

Melilotus officinalis Desg.

Семейство бобовых — Fabaceae (Leguminosae).

Народные названия: *бурковина, борконец, варгун, липка, окладник.*

Двулетнее травянистое растение высотой до 1 м со стержневым корнем, прямым ветвистым стеблем и мелкими тройчатыми, по краям пальчатыми листьями. Цветки желтые, собраны в удлиненные кисти. Плоды — морщинистые односеменные бобы. Цветет с июня по сентябрь. Растение ароматное. Хороший медонос.

Встречается на большей части территории СССР, особенно в лесостепной и степной зонах. Растет на пустырях, паровых полях, лугах, в канавах, местами образует сплошные заросли у железных, шоссежных дорог, по склонам и оврагам.

Для лечебных целей используют траву и отдельно цветки, которые заготавливают во время цветения.

Донник лекарственный содержит душистое,пряного запаха вещество кумарин (0,4—0,9%), дикумарол, гликозид мелилотин, жирное масло с запахом свежего сена и другие вещества. **Растение ядовитое.**

Применение. Экспериментально доказано наркотическое и противоспазматическое действие препаратов донника, связанное с угнетающим влиянием на центральную нервную систему.

Растение входит в состав мягчительных чаев (№ 1 и № 2) для припарок, слабительных смесей, кроме того, в донниковый пластырь, для вскрытия и рассасывания нарывов и опухолей. Дикумарол, содержащийся в доннике, препятствует свертыванию крови; полученный препарат неодикумарин с успехом применяется для профилактики и лечения тромбоэмболических осложнений при инфаркте миокарда, тромбозов и т. п.

Настой и отвар донника лекарственного обладают отхаркивающим, мягчительным, ветрогонным, а также болеутоляющим, ранозаживляющим свойствами.

Употребляют — две чайные ложки травы настоять в двух стаканах холодной кипяченой воды в закрытом сосуде. Принимать по $\frac{1}{2}$ стакана два-три раза в день.

Трава донника — народное средство борьбы с молью.



Донник лекарственный

Дурман обыкновенный —

***Datura stramonium* L.**

Семейство пасленовых — *Solanaceae*.

Народные названия: *дурзелье, дуропьян,*

бес-дерево, бешеное зелье, немица, чудофай.

Однолетнее травянистое растение высотой до 1,5 м с прямостоячими ветвистыми, голыми, дудчатыми стеблями. Листья крупные, удлинненно-яйцевидные, по краям неравномерно-выемчатые, зубчатые. Цветки белые, крупные, одиночные, расположены в развилинах стебля и его ветвей. Плод — большая яйцевидная коробочка, усаженная многочисленными шипами, раскрывающаяся четырьмя створками. Цветет с июня до сентября. Свежее растение имсет неприятный запах.

Встречается в средней и южной полосах европейской части СССР, в Западной Сибири и Средней Азии. Растет по пустырям, на сорных местах, около жилищ, в огородах, по берегам рек, вдоль дорог. Дурман введен в культуру.

Для лечебных целей используют листья, собираемые от начала сентября до наступления заморозков, в сухую погоду. Листья содержат алкалоиды гиосциамин, скополамин, атропин; дубильные вещества (3—5%), в семенах имеется жирное масло (до 25%). **Растение сильно ядовитое.**

Применение. Дурман обыкновенный был популярен в древней медицине и в период средневековья. Используются им сейчас при астматическом кашле, хроническом катаре верхних дыхательных путей, невро-психических заболеваниях.

Имеющиеся в листьях алкалоиды атропин, гиосциамин и скополамин снимают спазмы гладкой мускулатуры бронхов, в результате чего устраняются или облегчаются приступы бронхиальной астмы. При астматическом кашле делают несколько затяжек папиросы из дурмана и шалфея (берут $\frac{1}{2}$ часть небольшого листа дурмана и лист шалфея). Листья дурмана входят в состав курительных противоастматических смесей и порошков — астматол и астматин. Применяют их по назначению врача.

Применение дурмана, как сильно ядовитого растения, требует большой осторожности.

Дурнишник обыкновенный —

Xanthium strumarium L.

Семейство сложноцветных — Compositae.

Однолетнее травянистое растение высотой до 1,2 м с шершаво-волосистым стеблем. Листья округло-лопастные с острыми крупнозубчатыми краями. Плоды — овалы цепкие семянки-репы. Цветки зеленоватые, собраны в корзинки, образующие кисти в пазухах листьев. Цветет в июле — августе.

Встречается в южной и средней полосах европейской части СССР, на Кавказе, в Сибири и Средней Азии. Растет в изобилии на влажной песчаной почве, по берегам рек, на пустырях и мусорных местах, трудноискоренимый сорняк.

Для лечебных целей используют листья, стебли, плоды и корни. Листья и стебли собирают в июле — августе, плоды — в сентябре — октябре, корни — поздней осенью.

Листья содержат относительно много йода, алкалоиды, витамин С. В семенах имеется жирное масло, смолы, ксантоструманин, кумарин. **Растение ядовитое.**

Применение. В народной медицине: при поносе, геморрое, дизентерии, базедовой болезни, кожных заболеваниях — отвар (5 столовых ложек измельченного растения на 1 л воды) пьют по 1 стакану 2—3 раза в день. Отваром дурнишника моют участки тела, покрытые крапивницей и пораженные грибком. Свежим соком растения смазывают кожу при укусах насекомых, экземе, лишаях.

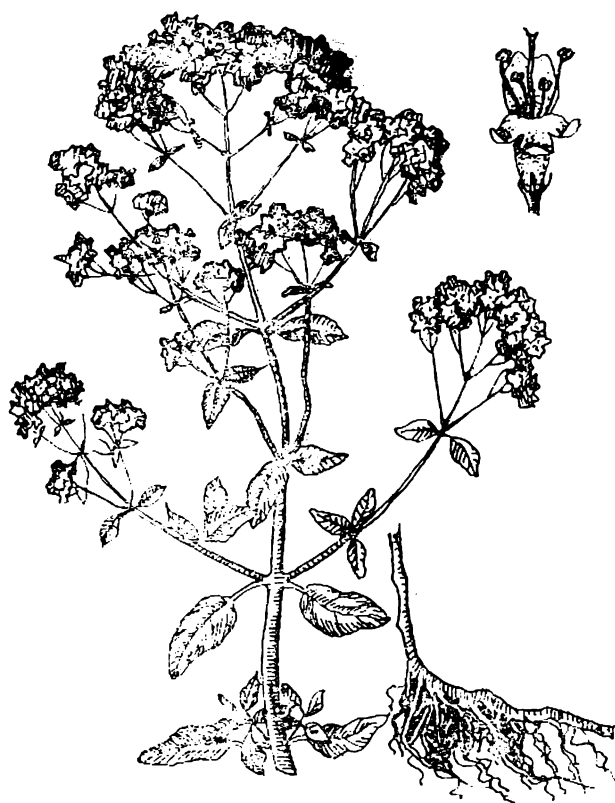
Душица обыкновенная — *Origanum vulgare* L.

Семейство губоцветных —

Lamiaceae (Labiatae).

Народные названия: *душанка, духовой цвет, зиновка, лебедка.*

Многолетнее травянистое растение высотой до 90 см с ползучим ветвистым корневищем. Стебли ветвистые, четырехгранные, опушенные. Листья супротивные, продолговато-яйцевидные, заостренные, на коротких черешках. Цветки мелкие, фиолетово-розовые или лилово-красные, собраны в щитовидно-метельчатые соцветия. Плоды — темно-бурые орешки. Цветет в июне — августе. Растение ароматное, горьковатое на вкус.



Душица обыкновенная

Встречается почти повсеместно в европейской части СССР, Средней Азии и южных районах Сибири. Растет на сухих лесных полянах, среди кустарников на опушках, склонах холмов, степных лугах, по берегам рек, обочинам полевых дорог.

Для лекарственных целей используют траву, которую собирают во время цветения, срезая цветущие верхушки длиной 20—30 см.

Трава содержит эфирное масло (до 62%), дубильные вещества, пигменты, флавоноиды; семена — жирное масло. Душица богата аскорбиновой кислотой.

Применение. Настои травы душицы повышают аппетит, улучшают пищеварение, особенно при недоста-

точной кислотности желудочного сока, успокаивающе действуют на нервную систему, снимают спазмы желудка и кишечника, тошноту, рвоту и головные боли, повышенную половую возбудимость, усиливают секрецию бронхиальных желез, оказывают желчегонное, потогонное, мочегонное, антисептическое и обезболивающее действие. Н. Г. Ковалева (1970) рекомендует душицу при гипертонии, атеросклерозе, заболеваниях почек, противопоказана при беременности.

В народной медицине настоей измельченной травы применяют и наружно для полоскания горла, для ванн при золотухе и рахите у детей, в компрессах на нарывы и фурункулы; успокаивает зубную боль. Душица — народное средство для борьбы с молью. Пчеловодами она ценится как хороший медонос.

Способы приготовления: 1) 2 чайные ложки измельченной травы залить 1 стаканом кипятка, настоять 20 мин, процедить, принимать по $\frac{1}{2}$ стакана 3—4 раза в день за 15—20 мин до еды; 2) 3 столовые ложки мелко измельченной травы залить $\frac{1}{2}$ л растительного масла, настоять 8—10 ч, процедить, применять наружно или внутрь по 2—5 капель; 3) 50 г травы заварить в 10 л воды, применять для ванн, обмываний.

Душица входит в состав чаев: ветрогонных, грудного № 1; потогонного № 2, сбора для полоскания горла.

Желтушник серый — *Erysimum canescens* Roth. Семейство капустных — Brassicaceae.

Двулетнее травянистое растение высотой до 80 см с ветвистыми стеблями. Листья очередные, узкие, линейно-ланцетные. Цветки мелкие, ярко-желтые. Плоды — длинные тонкие четырехгранные стручки. Цветет с мая по июль.

Встречается на всей европейской части СССР, в Средней Азии, на Кавказе, в Сибири. Растет по степным склонам, холмам, суходольным лугам, лесным опушкам, в долинах рек, в оврагах, вдоль дорог, вблизи жилья, как сорняк на полях, огородах. На Украине и в Краснодарском крае желтушник серый введен в культуру.

Для лечебных целей используют траву, заготавливаемую в течение всего лета (срезают верхние облиственные части стеблей длиной 30 см).

Трава и семена содержат гликозиды эризимин и эризимозид, улучшающие деятельность сердца. В цветках обнаружены кислоты — яблочная, лимонная, винно-каменная. **Растение ядовитое.**

Среди других видов желтушника определенный интерес представляет желтушник левкойный (*E. cheiranthoides* L.). Растет в лесной зоне СССР, распространен в Сибири и на Дальнем Востоке. Листья у него широкие, ланцетные, лепестки цветов ярко-желтые. Желтушник левкойный впервые изучили профессора Н. В. Вершинин и М. Н. Варлаков (1940).

Применение. Желтушники используют с древних времен. В научную медицину их ввели сравнительно недавно, когда в 1943 году М. В. Царев и В. В. Феофилактов выделили из желтушника серого кристаллическое вещество эризимолактон, а некоторое время спустя В. В. Феофилактов и П. М. Лошкарев (1946) в желтушнике левкойном обнаружили гликозид эризимин.

В научной медицине применяют препараты из желтушника серого и желтушника левкойного. Сок свежей травы желтушника серого входит в состав кардиовалена, который врачи назначают по 15—20 капель 1—2 раза в день при ревматических пороках сердца, кардиосклерозе с явлениями нарушения кровообращения всех стадий, при стенокардии и неврозах. Препараты из желтушников — полноценные заменители импортного растения строфанта. Применять их следует только по назначению врача.

Зверобой продырявленный —

***Hypericum perforatum* L.**

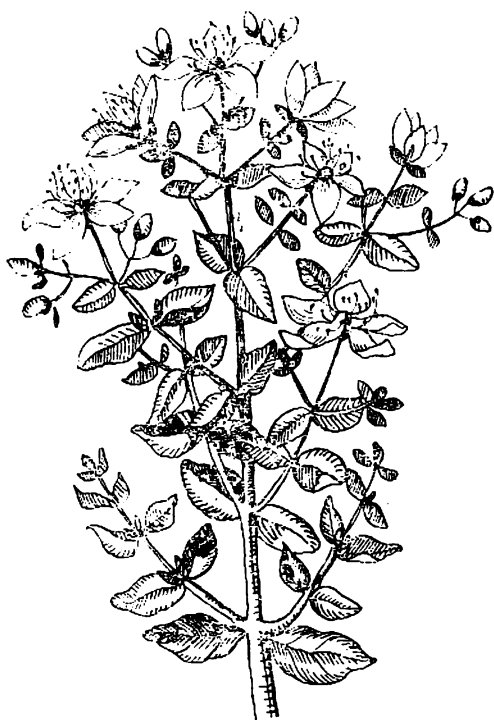
Семейство зверобойных —

Hypericaceae (Guttiferae).

Народные названия: *зверобой, кровавник, зелье светоянское.*

Многолетнее травянистое растение высотой до 1 м с прямостоячим ветвистым стеблем, корневище тонкое, ветвистое. Листья супротивные, сидячие, продолговатояйцевидные или эллиптические. Цветки желтые, собраны в щитковидные соцветия. Плод — трехгнездная коробочка. Цветет в течение всего лета.

Встречается почти на всей территории СССР. Рас-



Зверобой продырявленный

тет в лиственных и смешанных лесах, среди кустарников, по краям полей, возле дорог, на лугах, в садах.

Для лечебных целей используют траву, которую заготавливают во время цветения, срезая верхушку растений длиной 25—30 см.

Трава содержит красящие вещества — гиперичин, псевдогиперичин и дубильные вещества (до 10%), эфирное масло (более 0,1%), галактоза, глицерин, витамин С, каротин (до 50 мг%), рутин, кверцетин, сапонины, геманин. Имеются фитонциды, губительно действующие на микробы. Благодаря наличию многих действующих веществ зверобой оказывает разнообразное влияние на организм человека и животных.

Применение. Зверобой используют в народной медицине как вяжущее, кровоостанавливающее, противовоспалительное, противопоносное и противомикробное

средство для лечения ран, язв, ревматизма. Применяют и в гомеопатии. Научно обосновано назначение его при колите, энтероколите, энтерите, воспалительных процессах в ротовой полости (гингивит, стоматит, афты), неприятном запахе изо рта (заменяет импортную ратанню). Полученным из зверобоя противомикробным препаратом новоиманином с успехом лечат раны, язвы, ожоги и другие гнойные воспалительные процессы кожи и подкожной клетчатки (абсцессы, фурункулы, флегмоны и т. п.).

Эксперименты на животных показали, что препараты зверобоя повышают кровяное давление, улучшают работу сердца, имеются сведения о противоглистном действии их.

Употребляют: 1) при поносах, колитах, энтероколитах — настой 1 столовой ложки травы на 1 стакан воды пьют по 1 столовой ложке 4 раза в день; 2) этим же настоем полощут рот при кровотечениях из десен и делают примочки при ожогах; 3) настоеккой смазывают десна и полощут ротовую полость (20—30 капель на 1—2 стакана воды). При ожогах берут 100 г травы зверобоя, заливают 500 мл свежего подсолнечного масла, кипятят 30 мин, охлаждают, смазывают поврежденный участок.

Земляника лесная — *Fragaria vesca* L.
Семейство розоцветных — *Rosaceae*.

Многолетнее травянистое растение с бурым косым корневищем и длинными побегами, укореняющимися в узлах. Стебли прямые, высотой до 20 см. Листья прикорневые, тройчатые, на длинных опушенных черешках. Цветки белые, в щитковидном соцветии. Плоды — овальные или конические семянки, разросшиеся из сочного цветоложа. Цветет со второй половины апреля и до конца июня. Плоды созревают в июне — июле.

Встречается в лесной и лесостепной зонах почти на всей территории СССР. Растет в разреженных лесах и между кустарниками, на сухих лугах, травянистых склонах, перевалах.

Для лечебных целей используют плоды (ягоды) и листья, которые собирают в июне — июле. Сушат немедленно после сбора под навесом, расстилая на ткани тонким слоем.

Ягоды содержат аскорбиновую кислоту (20—30%), каротин (0,005 г/л), следы тиамина, органические кислоты (яблочная, лимонная, салициловая и др.), сахар, эфирное масло, дубильные вещества и микроэлементы.

Применение. Настой плодов и листьев земляники используют в народной медицине как потогонное и мочегонное средство при простудных заболеваниях, при малокровии, поносе у детей. Экспериментально установлено, что настой листьев незначительно снижает артериальное давление и усиливает работу сердца.

При малокровии и слабом физическом развитии у детей — употреблять в большом количестве свежие ягоды с молоком, сливками, сахаром, пить земляничный сок по 4—8 ложек в день; пить ягодный чай (1 столовая ложка ягод на 1 стакан кипятка) по 3 стакана в день, можно добавлять к заварке чая измельченные листья земляники. При подагре — настой 1 столовой ложки высушенных измельченных листьев в 1 стакане воды пьют по 1 столовой ложке 3—5 раз в день или настой 1 столовой ложки высушенных ягод в 1 стакане воды (чая) пьют ежедневно по 3 стакана. Ягоды полезно есть свежими или в сухом виде.

**Золототысячник малый —
Centaureum minus Moench.**

Семейство горечавковых — Gentianaceae.

Народные названия: *золототысячник зонтичный, горичка, красноцветник, центурия, centaврия, самосильник.*

Двулетнее или однолетнее травянистое растение высотой до 40 см с прямостоячим, иногда наверху вильчато-ветвистым стеблем. Листья супротивные, сидячие, продолговато-ланцетные. Цветки мелкие, розовые или белые, собраны в щитковидную метелку. Плод — коробочка с многочисленными семенами. Цветет в июне — августе.

Встречается в южной и средней зоне европейской части СССР, чаще в нечерноземной полосе, реже — черноземной. Растет по кустарникам, полянам, опушкам леса, заливным лугам, берегам рек и озер, склонам гор.

Для лечебных целей используют траву, которую заготавливают в начале цветения, когда розетка прикорневых листьев не пожелтела.

Можно заготавливать и применять другой вид этого растения — золототысячник красивый (*C. pulchellum* Druse). Это небольшое растение высотой 5—15 см без прикорневой розетки листьев, стебель начинается от корня, ветвистый. Цветки розовые, мелкие.

Золототысячник малый содержит горькие гликозиды — генциопикрин, эритаурин, эритроцентаурин, флавоновый гликозид центаурин, алкалоиды — генцианин (0,6—1%) и генциамин, органические кислоты.

Применение. Золототысячник — древнее лекарственное растение, которое еще во времена Диоскорида употребляли внутрь и наружно (при экземе, ранах). При экспериментальном изучении генциамин М. Н. Варлаков (1963) обнаружил противоглистное действие этого алкалоида. В пародной медицине используют как горечь в виде настоев, отваров, настоек для улучшения аппетита и пищеварения, а также усиления перистальтики кишок.

Употребляют: 1) при пониженном аппетите и для улучшения пищеварения — настой или отвар 1 чайной ложки травы в 1 стакане кипятка пьют по 1 столовой ложке 3 раза в день за 30 мин до еды; настойку (1 : 10) — по 15—20 капель 3 раза в день за полчаса до еды; 2) при пониженной кислотности желудочного сока — настой столовой ложки травы на 1 л воды по $\frac{1}{2}$ стакана 4—5 раз в день; 3) при хроническом расстройстве функции кишечника пьют настой смеси из 3 столовых ложек золототысячника и 3 столовых ложек травы зверобоя в 5 стаканах воды по $\frac{1}{2}$ стакана 4—5 раз в день; 4) как желчегонное средство — настой смеси травы золототысячника, чистотела, дымянки лекарственной и корней одуванчика (по 1 столовой ложке каждого вида), одну столовую ложку смеси на 1 стакан воды, кипятят 10 мин, охлаждают и пьют по $\frac{1}{2}$ стакана 3—4 раза в день.

Для лечения алкоголизма используют отвар из смеси 4 частей золототысячника и 1 части полыни. Берут 1 столовую ложку смеси на 1 стакан воды, настаивают, а потом пьют по 1 столовой ложке 3 раза в день.

Трава золототысячника входит в состав аппетитных чаев.

Истод сибирский — *Polygala sibirica* L.
Семейство истодовых — *Polygalaceae*.
Народные названия: *синюшки, сибирская сенега.*

Многолетнее травянистое растение высотой до 35 см с тонкими прижато-опушенными стеблями, отходящими от корневища, поэтому растение имеет вид куста; корни стержневые, маловетвистые. Листья очередные, сидячие, ланцетовидные. Цветки синие или синевато-фиолетовые, мелкие, собраны в односторонние кисти. Плод — двухгнездная сплюснутая коробочка. Цветет с июня по август.

Встречается в степных районах Алтая, Сибири, Дальнего Востока, реже на Украине, Кавказе, в Заволжье. Растет на горных склонах, по лугам, среди кустарников, по каменистым местам, на песчаных лугах.

Для лечебных целей используют корни и корневища, которые заготавливают в августе — сентябре.

Корни содержат сапонины, гликозид, смолы, жирное масло, красящие вещества.

Применение. Экспериментально установлено, что отвары корней истода сибирского усиливают разжижение секрета бронхов. В народной медицине отвары используют как отхаркивающее и ранозаживляющее средство, при ушибах делают примочки, ванпочки. Как отхаркивающее средство: отвар 1 столовой ложки измельченного корня в 1 стакане воды пьют по 1 столовой ложке 4—5 раз в день; сироп — по $\frac{1}{2}$ чайной ложки 2—3 раза в день; жидкий экстракт — по 25 капель 4 раза в день; смесь отвара 1 столовой ложки измельченного корня истода в 1 стакане воды с добавлением $\frac{1}{2}$ чайной ложки нашатырно-анисовых капель, 2 г аммония хлорида, 20 г сиропа корня солодки и 4 г питьевой соды пьют по 1 столовой ложке 4—5 раз в день (все можно приобрести в аптеке).

Каланхоэ перистое —
***Kalanchoe pinnatum* (Lam.) Pers;**
(*Bryophyllum pinnatum* Kurz).
Семейство толстянковых — *Crassulaceae*.

Многолетнее 0,5—2,2 м высоты, сочное, мясистое растение. Стебель, нередко древеснеющий у основания,

заканчивается верхушечным метельчатым соцветием. Листья эллиптические, яйцевидные, тупозубчатые, по мере роста становятся перистыми. Цветки 3,5 см длины, чашечка колокольчато-вздутая, венчик зеленовато-белорозовый, с длинной тонкой трубкой и пятизубчатым отгибом. Цветет длительно, в комнатной культуре размножается вегетативным способом (листьями).

Встречается в тропической Африке, на Мадагаскаре, островах Зеленого Мыса в Юго-Восточной и Южной Азии, Центральной и Южной Америке, Австралии, на Гавайских островах. В СССР разводится в виде комнатного декоративного растения. В Кобулетском совхозе Аджарской АССР каланхоэ выращивается рассадой.

Для лечебных целей используют листья и стебли.

Листья и стебли содержат дубильные вещества, флавоноиды, катехины, органические кислоты (щавелевая, яблочная, лимонная, изолимонная, уксусная и др.), аскорбиновую кислоту, ферменты, до 40% полисахаридов, микроэлементы.

Применение. В медицинской практике употребляют сок каланхоэ, получаемый из листьев и травянистой части стеблей растения. Фармакологическими исследованиями установлено, что сок обладает ярко выраженным противовоспалительным и антисептическим действием, способствует быстрому очищению ран и язв от некротических тканей (видимо, это связано с обилием ферментов), а также является хорошим стимулятором процессов регенерации тканей.

Выпускаемый медицинской промышленностью сок каланхоэ (*Succus kalanchoes*) применяют при трофических язвах голени, пролежнях, трещинах сосков у кормящих матерей, длительно незаживающих ранах, ожогах, воспалении слизистых оболочек, при пересадке кожи, пародонтозе, эрозиях шейки матки и т. п.

При ранах и язвах вначале делают туалет раны, наносят затем на поврежденную кожу вокруг раны тонкий слой вазелина или фурацилиновой мази. Орошают рану или язву соком (1—3 мл), закрывают 3—4 слоями марли, смоченной соком, и накладывают повязку. Такие процедуры делают ежедневно до очищения раны или язвы от некротических тканей, а затем через день. Из побочных явлений иногда отмечается жжение в ране. Курс лечения 5, 15, 20 дней.

Калина обыкновенная — *Viburnum opulus* L.
Семейство жимолостных — *Sargifoliaceae*.

Небольшое дерево или кустарник с морщинистой серой или серо-бурой корой. Листья супротивные, трех-пятилопастные, длиной 5—8 см, крупнозубчатые, заостренные на верхушке, сверху почти голые, снизу опушенные. Цветки белые, собраны в щитовидные соцветия. Плод — сочная овальная ярко-красная съедобная костянка.



Калина обыкновенная

ка. Цветет в мае — июне, плодоносит в августе — сентябре.

Встречается в средней полосе, лесной и лесостепной зонах европейской части СССР, на Кавказе, в Сибири и Средней Азии. Растет в подлесках смешанных и лист-

венных лесов, кустарниковых зарослях, на берегах рек и склонах гор.

Для лечебных целей используют кору и плоды. Кору заготавливают с молодых веток в период движения сока (в это время она легко снимается). Сушат кору под навесами, на чердаках с железной крышей или в сушилках при температуре 40—45°C, раскладывая тонким слоем. Плоды собирают после созревания (в августе—сентябре), сушат в печах или сушилках при температуре 50—60°C.

Кора калины содержит гликозид вибурнин, органические кислоты (уксусную, пальмитиновую, муравьиную, изовалериановую), флобафены, смолу (более 6%), дубильные и другие вещества. В плодах имеется аскорбиновая кислота, инвертный сахар, органические кислоты, их применяют в смесях, чаях.

Применение. 1) При маточных кровотечениях и болезненной менструации — отвар 1 столовой ложки коры в 1 стакане воды пьют по 1 столовой ложке 3—4 раза в день под наблюдением врача; жидкий экстракт — по 20—30 капель 3 раза в день; смесь 2 столовых ложек экстракта коры калины и 1 столовой ложки жидкого экстракта пастушьей сумки — по 30 капель 3 раза в день (продается в аптеках). 2) При геморроидальном кровотечении — отвар 2 столовых ложек коры калины в 1 стакане воды пьют по 1 столовой ложке 3 раза в день.

В народной медицине свежие плоды калины с сахаром или медом употребляют при гипертонической болезни, язве желудка, заболевании почек. Калина обладает вяжущим и успокаивающим свойствами.

Капуста огородная — *Brassica oleracea* L. Семейство капустных — Brassicaceae.

Двулетнее овощное растение с веретенообразным разветвленным корнем. Стебель прямостоячий. Листья очередные, нижние — собраны в розетку. Цветки четырехлепестковые, белые или светло-желтые. Соцветие — негустая удлиненная кисть. Плод — стручок. Семена шаровидной или яйцевидной формы. На второй год из семян вырастают капусту кочанную.

Капуста — древнее культурное растение. Родина ее —

страны Атлантического и Средиземноморского побережья. В нашу страну завезена из Западной Европы. За годы Советской власти ученые вывели много сортов капусты. Она выращивается повсеместно и даже за Полярным кругом. Известна не только как пищевой продукт, но и как лечебное средство.

В капусте много витаминов (ретинола, тиамина, пиридоксина, аскорбиновой кислоты, метилметионинсульфония хлорида, витаминов Р и К), солей калия, натрия, фосфора, микроэлементов (кобальта, меди, магния, цинка, титана, никеля, ванадия). Она содержит гликозиды глюкобрассицин, неоглюкобрассицин, прогоитрин, жиры, сахара, энзимы (протеазу, амилазу, липазу, цитохромоксидазу, пероксидазу, аскорбиназу, гемицеллюлазу). В ней обнаружены 16 свободных аминокислот, среди которых имеются особенно нужные организму человека — триптофан, лизин, метионин, тирозин, гистидин, а также гормональные вещества, фитонциды.

Применение. В Древней Греции, Риме, Египте ее применяли при бессоннице, головной боли, заболеваниях печени и суставов. В народной медицине сырой, только что полученный сок капусты употребляют по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день в течение 3—4 недель при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, при гипоацидных гастритах (усиливает выделение пищеварительных соков), колите, авитаминозе, желтухе, болезнях селезенки, при отеках (мочегонное действие), подагре, запорах.

Сок с сахаром оказывает отхаркивающее, противовоспалительное и антисептическое действие; сваренный с сахаром сок снимает алкогольное опьянение, а в смеси с отваром семян капусты эффективен при бессоннице. Семена капусты действуют глистогонно.

Свежим соком капусты удаляют бородавки; соком, разведенным водой, полощут рот при ангине. На обожженную поверхность, язвы, гнойные раны прикладывают свежие листья капусты с яичным белком. Сваренные в молоке листья, смешанные с отрубями, кладут как примочки при мокнущей экземе, золотухе.

В научной медицине используют высушенный сок свежей капусты, его употребляют по 1 чайной ложке на $\frac{1}{2}$ стакана воды 3—4 раза в день за 1 ч до еды в течение 3—4 недель.

Метилметионинсульфония хлорид, полученный из ка-

пусты, принимают по 0,05—0,1 г 3—5 раз в день при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, при хроническом гастрите. Курс лечения — 30—40 дней.

Каштан конский обыкновенный —
Aesculus hippocastanum L.

Семейство конскокаштановых —
Hippocastanaceae.

Народное название: *дикий каштан*.

Красивое дерево около 30 м высотой с широкой густой кроной. Листья супротивные, пальчатые, зубчатые. Цветки белые или розовые, собраны на верхушках веток в свечи. Плод — коробочка, покрытая крючковатыми шипами, с крупным шарообразным семенем. Цветет в мае — июне, плодоносит в сентябре — октябре.

Встречается преимущественно в южной полосе европейской части СССР. Растет в парках и садах.

Для лечебных целей используют кору, кожуру плодов и сок свежих цветков. Кору собирают весной и сушат в хорошо проветриваемых помещениях, на чердаках.

Плоды и кора содержат дубильные вещества, жирное масло, гликозиды эскулин и фраксин, листья — флавоноиды и каротиноиды.

Применение. Экстракт из плодов каштана — эскузан принимают по 10—15 капель 3 раза в день до еды при расширении вен нижних конечностей, для профилактики тромбозов, при геморрое, язвах голени. Лечение проводят под наблюдением врача.

Коровяк высокий (скипетровидный) —
Verbascum thapsiforme Schral.

Семейство норичниковых — Scrophulariaceae.

Народные названия: *дрябчик, царская свеча, царский скипетр, диванна*.

Двулетнее травянистое мягковолочное растение, в первый год образующее розетку прикорневых листьев, во второй — облиственный неветвистый, прямостоячий цветоносный стебель высотой 0,5—1,2 м. Прикорневые листья сидячие или короткочерешковые, удлинненно-эллиптиче-

ские, стеблевые — короткочерешковые, продолговатые, постепенно уменьшающиеся к верхушке стебля. Цветки крупные, желтые, на верхушке стебля образуют толстую густую, внизу прерывистую колосовидную кисть. Плод — двухгнездная коробочка. Цветет в июле — августе. Коровяк — хороший медонос. Для лекарственных целей заготавливают также и корвяк медвежье ухо (*V. thapsus* L.).

Встречается в средней и южной зонах европейской части СССР, на Кавказе, в Сибири, Средней Азии. Растет на лугах, опушках лесов, солнечных склонах, обрывах, по берегам рек, иногда как сорняк на полях.

Для лечебных целей используют венчики цветов (без чашечек), которые собирают в сухую погоду.

Коровяк содержит слизь, сахар, жирное масло, следы эфирного масла, сапонины, желтое красящее вещество — кроцетин и гесперидин, минеральные соли.

Применение. 1) Как смягчительное и отхаркивающее средство при бронхитах с кашлем, катаральных состояниях горла, бронхиальной астме — настой 1 столовой ложки сухих цветков растения на 1 стакан воды пьют по 1 столовой ложке через 3 ч, добавляя с кончика ножа пищевой соды. 2) Для полосканий готовят настой из 1 чайной ложки смеси цветков коровяка, листьев мать-и-мачехи, корня алтея, цветков мальвы лесной (по 1 столовой ложке каждого) на 1 стакан кипятка; настоять, процедить, полоскать горло 5—6 раз в день.

Коровяк входит в состав грудного чая.

Кошачья лапка —
***Antennaria dioica* (L.). Gaertn.**
Семейство астровых —
***Asteraceae* (Compositae).**

Многолетнее травянистое растение высотой до 30 см с ползучими побегами, несущими розетки листьев. Стебель прямой, неветвистый, прикорневые листья лапчатые, обратнойцевидные, стеблевые, сидячие, линейные, заостренные. Цветки белого и розового цвета, находятся в корзинках, которые на верхушке стебля собраны щитками. Плоды — продолговатые семянки. Цветет в мае — июне.

Встречается широко в европейской части СССР, в Сибири. Растет на песчаных и супесчаных почвах, по сухо-

дольным лугам, склонам, в разреженных сухих и смешанных борах, по опушкам леса, песчаным берегам рек.

Для лечебных целей используют траву и цветочные корзинки. Собирают в мае — июне. Красные корзинки в народной медицине считают более ценными.

Растение содержит дубильные вещества, эфирное масло, фитостерин, горечи, смолу.

Применение. В народной медицине настоем травы и соцветий используют как желчегонное средство параллельно с травой бессмертника песчаного, при кишечных, геморроидальных и маточных кровотечениях — настоем 1 столовой ложки растения на 1 стакан крутого кипятка (настаивать 1 ч) пьют по 1 столовой ложке 3—4 раза в день. В отваре кошачьих лапок купают детей при диатезе, при ушибах делают припарки.

Крапива двудомная — *Urtica dioica* L. Семейство крапивных — *Urticaceae*.

Многолетнее травянистое растение с мощным, ползучим корневищем. Стебель прямой, четырехгранный, высотой 0,6—1,5 м, покрытый жгучими волосками. Листья зеленые, яйцевидно-сердцевидные, по краям крупнозубчатые, покрыты пушком и жгучими волосками. Прикосновение к ним вызывает жгучую боль, на коже появляется воспаление и зуд. Цветки двудомные, мелкие, желто-зеленые. Плод — яйцевидный орешек. Цветет с середины июня до поздней осени.

Встречается на всей территории СССР, за исключением Крайнего Севера. Растет как сорняк на пустырях, возле заборов, в лесу, на обочинах дорог.

Для лечебных целей используют листья. Собирают их в июле — августе, срывая без стеблей только с цветущих растений. Сушат в тени и хорошо проветриваемых помещениях. Вкус листьев горьковатый, без запаха.

Листья содержат каротиноиды (бета-каротин, ксантофил, ксантофилэпоксид, виолоксантин), аскорбиновую кислоту (1—2 ч/л), витамин К, рибофлавин, пантотеновую кислоту, дубильные вещества, белки, хлорофилл, органические кислоты, минеральные соли, гликозид уртицин, фитонциды.

Применение. Действие крапивы на организм человека обусловлено содержанием значительного коли-



Крапива двудомная

чества витамина К, который способствует остановке кровотечения. Препараты из крапивы усиливают сокращение мускулатуры матки, одновременно уменьшая кровотечение, способствуют нормализации нарушенного менструального цикла, оказывают противовоспалительное действие при гинекологических заболеваниях. Установлено некоторое желче- и мочегонное действие крапивы.

Настой крапивы втирают в кожу головы для роста и укрепления волос. Молодые побеги (стебли и листья) используют для приготовления зеленых щей.

Употребляют: 1) как кровоостанавливающее средство — настой 1 столовой ложки высушенных листьев в 1 стакане воды пьют по 1 столовой ложке 3—4 раза в день за 30 мин до еды; 2) для остановки маточных кровотечений и при нарушениях менструального цикла упот-

ребляют жидкий аптечный экстракт растения по 30 капель 3—4 раза в день за 30 мин до еды; 3) как витаминное средство — пьют настой 2 столовых ложек смеси листьев крапивы, ягод смородины, шиповника, корней моркови (по 1 столовой ложке каждого) на 2 стакана воды по 1—3 стакана 3—4 раза в день; компот и кисель из 2 столовых ложек листьев крапивы и 3 столовых ложек измельченных ягод рябины обыкновенной.

Листья крапивы двудомной входят в состав чаев: желудочного № 1, слабительного № 1 и поливитаминного.

Крестовник широколистный —

***Senecio platyphyllus* D. C.**

Семейство астровых (сложноцветных) —

***Asteraceae* (*Compositae*).**

Многолетнее травянистое растение. Корневище толстое, ползучее. Стебель тонкий, прямой, высотой до 1,5 м. Листья крупные, шириной до 50 см, почкообразные, треугольной формы. Цветки желтые, трубчатые, в корзинках, собраны в густые щитки. Плод — ребристая семянка. Цветет в июле — августе.

Встречается в субальпийской зоне Кавказа (Грузия, Аджария, Абхазия). Растет на лугах, опушках горных лесов, в ущельях.

Для лечебных целей используют корни и корневища растения, заготавливаемые с июня по октябрь. Сушат их на свежем воздухе, на сквозняке. Из полученного сырья в заводских условиях готовят лекарственные средства.

Крестовник широколистный содержит алкалоиды платифиллин и сенецифиллин (до 1%), саррацин. Алкалоиды выделены были в лаборатории А. П. Орехова (1938).

Растение ядовитое.

Применение. Экспериментальное и клиническое исследование (Д. М. Российский, 1944) препаратов крестовника широколистного показало его антисекреторное и болеутоляющее действие. Применяют при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, печеночных и кишечных коликах, спастических запорах, при бронхиальной астме, стенокардии, повышенном кровяном давлении. Препараты крестовника выпускают в порошках, таблетках и растворах (ампулах) и используют по назначению врача.

Кровохлебка лекарственная —
Sanguisorba officinalis L.
Семейство розоцветных — Rosaceae.

Многолетнее травянистое растение высотой до 1 м с толстым горизонтальным укороченным корневищем. Стебель прямой, в верхней части ветвистый. Прикорневые листья длинночерешковые, сложные, непарноперистые, с продолговато-яйцевидными пальчатыми листочками. Цветки мелкие, темно-красные, собраны в эллиптические или шаровидные головки на верхушке стебля и боковых ветвей. Плоды— четырехгранные односемянки. Цветет в июне — августе.

Встречается почти повсеместно на территории СССР. Растет в изобилии на заливных лугах, опушках лесов, по берегам рек и вблизи болот.

Для лечебных целей используют корневище с корнями, которые выкапывают в период увядания растения — в сентябре.

Корневища и корни содержат дубильные вещества (до 23%), органические кислоты, сапонины (2,5%), крахмал (до 29%), эфирное масло (1,5—1,8%), **красящие** вещества, витамин С (до 0,92%). В свежей кровохлебке лекарственной обнаружены фитонциды, губительно действующие на микроорганизмы.

Применение. Научно доказано вяжущее, противовоспалительное, сосудосуживающее и противомикробное действие препаратов из корисвищ и корней кровохлебки. В медицинской практике растение назначают при воспалительных процессах, поносах, энтероколитах, маточных и геморроидальных кровотечениях, трихомонадном кольпите. При поносе, энтероколите применяют как вяжущее и противомикробное средство — отвар 1 столовой ложки измельченных корневищ с корнями кровохлебки в 1 стакане воды пьют по 1 столовой ложке через 2—3 часа.

Кубышка желтая — Nuphar luteum L.
Семейство кувшинковых — Nymphaeaceae.
Народное название: *желтая водяная лилия.*

Многолетнее травянистое растение высотой до 2,5 м с мясистым толстым корневищем и многочисленными корнями, прикрепляющимися ко дну. Листья крупные,

кожистые, сердцевидно-овальные, плавающие на поверхности воды. Цветки желтые, одиночные, пахучие. Плоды — в виде кубышки (крынки), гладкие, многогнездные. Цветет с июня по сентябрь.

Встречается во всей лесостепной, а также лесной зонах европейской части СССР и Сибири. Растет в стоячих и медленно текущих водах озер, прудов, рек.

Для лечебных целей используют корневище кубышки желтой, которое заготавливают во время ее цветения и осенью.

Корневище содержит смесь алкалоидов нуфаридинов, основным из них является нуфленн. Кроме того, имеется крахмал, сахара, таниды. **Растение ядовитое.**

Применение. Корневища обладают противовоспалительным, вяжущим, обезболивающим, мочегонным, желчегонным действием; плоды — спотворным и успокаивающим. Настой цветков употребляют для ванн и обмываний как наружное болеутоляющее средство при ревматических, подагрических и других болях. Отваром корней на пиве моют голову для усиления роста волос. Мука из корневищ — испытанное средство для борьбы с тараканами.

Кукуруза (маис) — *Zea mays* L.
Семейство тонконоговых (злаковых) —
Россеае (*Gramineae*).

Однолетнее культурное растение. Стебель с широколинейными листьями. Тычиночные цветки собраны в крупную метелку на верхушке стебля, а пестичные — в соцветие (початки), окруженное несколькими листьями. Из этой листовой обертки свешиваются немного искривленные, сдавленные, длинные, мягкие, питевидные, шелковистые столбики с рыльцами — кукурузные косы. Плод — зерновка почковидной формы. Цветет в августе — сентябре, плоды созревают в сентябре — октябре.

Родина кукурузы — Боливия и Мексика, откуда она в XV веке завезена в Европу и Азию. Растет повсеместно, особенно хороши урожаи ее на Украине. В диком виде не встречается.

Для лечебных целей используют так называемые кукурузные косы (столбики с рыльцами), собирают их пучками во время созревания початков, начиная с пе-

риода молочно-восковой спелости кукурузы. Берут только светло-желтые, золотисто-желтые и красноватые столбики с рыльцами. Сушат в тени под навесом, в помещениях, на чердаках, расстелив тонким слоем. Высушенное сырье сохраняют в сухом месте.

Кукурузные косы содержат ситостерол, жирное и эфирное масло, сапонины, горькие гликозиды, витамин К, аскорбиновую кислоту, камедь, сахар, смолистые вещества.

Применение. Настой столбиков кукурузы рекомендуют как мочегонное и желчегонное, кровоостанавливающее и противовоспалительное средство, а также для растворения почечных камней. При желче-каменной болезни, гепатите, как кровоостанавливающее и мочегонное средство — настой 1 столовой ложки столбиков кукурузы с рыльцами в 1 стакане воды пьют по 1 столовой ложке 4—6 раз в день до еды или употребляют жидкий экстракт по 30—40 капель на стакан воды 3—4 раза в день до еды.

Из проросшего зерна кукурузы получают пищевое масло, обладающее антисклеротическими свойствами.

Ландыш майский — *Convallaria majalis* L.

Семейство лилейных — Liliaceae.

Народные названия: *ландишник, лесной язык, маевка, черемка луговая.*

Многолетнее травянистое растение высотой до 30 см с тонким горизонтальным ползучим корневищем, обеспечивающим вегетативное размножение. От корневищ отходит 2—3 крупных эллиптических, заостренных листа и цветочная стрелка между ними с односторонней кистью белых поникших душистых цветков. Плод — красная шаровидная ягода. Цветет в мае — июне.

Встречается во всей европейской части СССР. Растет в тенистых сосновых, смешанных, хвойно-лиственных лесах, среди кустарников, в поймах рек, на склонах холмов. Культивируется как декоративное и лекарственное растение.

Для лечебных целей используют траву и цветки ландыша майского. Траву собирают в период цветения, срезая на высоте 4—5 см от земли. Сбор листьев обычно приурочен к периоду бутонизации. Их собирают, не пов-

реждая цветочную стрелку. Нельзя вырывать растение с корневищем, так как это губит заросли. Заготовку цветков производят, когда в кисти большинство их распустилось. Соцветие срезают на 3 см ниже последнего цветка.

Содержит гликозиды конваллотоксин и конваллозид, избирательно действующие на сердце, органические кислоты (яблочную, лимонную, хелидоновую), аспарагин, крахмал, эфирное масло (следы), фарнезол, ликопин, сапонины. Под влиянием конваллотоксина урежается сердцебиение, нормализуется работа сердца. В Харьковском научно-исследовательском институте химии и технологии лекарственных средств из листьев ландыша получен суммарный гликозидный препарат коргликон, приближающийся по своему действию к строфантину. В настоящее время растение заготавливают в качестве сырья для получения в заводских условиях настоек, экстрактов. **Растение ядовитое.**

Применение. Как лечебное средство ландыш майский известен давно. Настои его цветков применяют при заболеваниях сердца, глаз и нервных болезнях. В 1929 году из растения выделено основное действующее вещество конваллотоксин. Как успокаивающее и болеутоляющее средство при неврозе сердца — пьют настойку по 15—20 капель 3 раза в день; настойку ландыша в смеси с настойкой валерианы — по 15—20 капель 3 раза в день; капли Зеленина, в состав которых входит настойка ландыша, валерианы, белладонны и ментол, — по 20—30 капель 3 раза в день. В случаях значительного ослабления сердечной деятельности вводят в вену выпускаемый в ампулах препарат коргликон.

Лапчатка гусиная — *Potentilla anserina* L.

Семейство розоцветных — *Rosaceae*.

Народные названия: *гусиное зелье, перстач, лапчатка.*

Многолетнее травянистое растение высотой до 40 см с длинными тонкими ползучими стеблями. Прикорневые листья многочисленные, пальчатые. Цветки мелкие, желтые, душистые. Плод — семянка. Цветет с мая до середины октября. Медонос.

Встречается почти повсеместно в европейской части



Лапчатка гусиная

СССР, на Кавказе, в Западной Сибири. Растет на лугах, вдоль дорог, по сорным местам, возле рек, по болотам, в садах и дворах.

Для лечебных целей используют все растение. Траву собирают в мае — августе, корни — в сентябре.

В корнях лапчатки гусиной имеются дубильные вещества (20—30%), крахмал. Кроме того, растение содержит горькие и красящие вещества, эфирное масло, торментол, витамин С.

Применение. Настои и отвары корневищ лапчатки гусиной употребляют при поносах, ангине, стоматите, гингивите (для полоскания) — 1 столовую ложку измельченных корневищ залить 1 стаканом воды, кипятить 10 мин, настоять, процедить, пить по 1—2 столовые ложки 3—4 раза в день до еды. В быту корневище растения используют как мочегонное, противовоспалительное и антимикробное средство, при мочекаменной болезни, воспалительных процессах желчного пузыря — 2—3 столовые ложки травы залить 2 стаканами кипятка, настоять 2 ч, пить по $\frac{1}{2}$ стакана 4 раза в день. Наружно настои и отвары из растения используют для ванн, обмываний, примочек при кровоточащих ранах, язвах.

Лапчатка прямостоячая —
Potentilla erecta (L.) Hampe.
Семейство розоцветных — Rosaceae.
Народные названия: *калган, дубровка,*
завязный корень, вязель, кошачьи лапки.

Многолетнее травянистое растение высотой до 20 см с горизонтальным толстым корневищем и многочисленными мелкими тонкими корнями. Стебли прямостоячие, в верхней части ветвистые. Листья сидячие, тройчатые, зубчатые. Цветки одиночные, желтые, на длинных цветоножках, с четырехлепестковым венчиком, с многими тычинками и пестиками. Плод — сухая сборная семянка. Цветет с мая по август.

Встречается в европейской части СССР, на Урале, в Западной Сибири. Растет на лесных опушках, полянах, вырубках, пустырях, болотах, на заливных и суходольных лугах.

Для лечебных целей используют корневища лапчатки, которые заготавливают осенью (в сентябре — октябре) или весной (в апреле — мае).

Корневища лапчатки содержат до 30% дубильных веществ, свободную эллаговую и хиновую кислоты, три-терпеновые сапонины, смолы, камедь, крахмал и другие компоненты.

Применение. В народной медицине настой лапчатки прямостоячей издавна употребляют при воспалительных процессах в ротовой полости (полоскание при стоматитах) и желудке, а также наружно для обмывания, примочек и компрессов при кровоточащих ранах, ушибах, ожогах, различных сыпях, при мокнущих язвах, экземах и других кожных заболеваниях.

Употребляют 1) как вяжущее средство при поносе — отвар 1 столовой ложки измельченного корня на 1 стакан воды пьют по 1 столовой ложке 3—5 раз в день; 2) для клизм — берут 3 столовые ложки отвара, разведенные в 1 стакане воды; 3) наружно (для примочек, смазывания, полосканий — при ангине) — отвар или спиртовую настойку используют по 15—25 капель на 1 стакан воды; 4) при ожогах — измельченным до порошкообразного состояния корнем присыпают обожженные места.

Лапчатка входит в состав желудочных вяжущих чаев.

Лук репчатый — Allium cepa L.
Семейство лилейных — Liliaceae.

Многолетнее луковичное растение высотой 60—100 см. Луковица шаровидная, сплюснутая, с желто-бурыми, красноватыми или фиолетовыми оболочками. Стебель толстый, ниже середины вздутый, полый, возле основания — 4—9 листьев. Листья удлинённые, цилиндрические, прямые, заостренные, полые, влагалищные. Цветки белые на длинных цветоножках, собраны в шаровидный многоцветковый густой зонтик. Плод — почти шаровидная коробочка. Цветет в июне — августе.

Разводится на овощных плантациях и огородах на всей территории СССР. Родина растения — юго-западная Азия.

Для лечебных целей используют луковицы.

Все растение и особенно луковица содержит чесночное эфирное масло с большим количеством серы в виде соединения, называемого дисульфидом. Кроме того, в луке имеются флавоноиды (кверцетин), яблочная и лимонная кислоты, витамины (аскорбиновая кислота, ретинол, рибофлавин), следы йода и другие вещества.

Применение. Лук как полезное питательное и лечебное растение известен с давних времен. Его рекомендовали еще Гиппократ, Диоскорид, Плиний и другие врачи древности при различных заболеваниях. В народной медицине разных стран, особенно восточных, лук употребляют как мочегонное, противогрибковое и ранозаживляющее средство.

После открытия профессором Б. П. Токиным фитонцидов — антибиотиков высших растений (1932) — было обнаружено значительное бактерицидное действие лука.

На основе экспериментальных данных профессор Н. С. Харченко (1958) предложил препарат из лука репчатого: аллилчеп (спиртовый экстракт лука). В настоящее время выпускается спиртовая вытяжка из репчатого или зеленого лука — аллилчеп.

Лук — традиционное домашнее средство снижения артериального давления. В 1979 году это свойство было научно подтверждено: в экстрактах лука исследователи университета штата Техас обнаружили простагладин А, который снижает артериальное давление.

Лук используют в виде кашицы, полученной при растирании на терке, и сока. Испарения луковичной каши-

цы вдыхают в течение 2—3 мин. при насморке, гриппе, ангине, бронхите; тампоны с кашицей лука накладывают на раны. При атонии кишечника, при поносах — пьют по 15—20 капель за 30 мин. до еды: для уменьшения явлений атеросклероза — по 20—30 капель 3 раза в день в течение 1 месяца.

Мать-и-мачеха — *Tussilago farfara* L.

Семейство астровых — *Asteraceae*.

Народные названия: *белые листки, белпух, ранник.*

Многолетнее травянистое растение высотой до 25 см с длинными ползучими ветвистыми корневищами. Стебли несут по одной цветочной корзинке из мелких желтых цветков. Прикорневые листья крупные округло-



Мать-и-мачеха

сердцевидные, выемчато-зубчатые, сверху — темно-зеленые, гладкие, а снизу — бело-войлочные. Листья появляются после цветения. Плоды — семянки. Цветет с конца марта до начала мая.

Встречается на всей территории СССР. Растет на глинистых и песчаных склонах, холмах, в оврагах, по откосам, железнодорожным насыпям, на пустырях, вдоль дорог, по берегам рек, прудов, в канавах.

Для лечебных целей используют листья, реже — цветочные корзинки. Листья собирают в июне — июле, пока на них еще не появились в массе ржавые пятна. Цветочные корзинки собирают в начале цветения (в апреле — мае).

Листья и цветки содержат слизистые вещества, инулин, дубильные вещества, эфирное масло, горький гликозид туссиягин, аскорбиновую кислоту, каротин, фитостерин фарадиол.

Применение. В народной медицине отвар мать-и-мачехи рекомендуют для лечения заболеваний верхних дыхательных путей (бронхит), как отхаркивающее и потогонное средство, при катаре желудка. Как отхаркивающее и противокашлевое средство — отвар 1 столовой ложки листьев растения в 1 стакане воды пьют по 1 столовой ложке 3—4 раза в день, или употребляют настой 2 столовых ложек смеси (3 столовые ложки листьев мать-и-мачехи, 2 столовые ложки измельченного корня солодки, 2 столовые ложки листьев подорожника) в 2 стаканах воды по 1/2 стакана 3—4 раза в день.

Листья растения входят в состав чаев: грудных № 1, 2 и потогонного № 2.

Мачек желтый — *Glaucium flavum* Crantz. Семейство маковых — Papaveraceae.

Двулетнее или многолетнее травянистое растение, сизовато-зеленого цвета. Корни длинные, стержневые, длиной до 30 см, спирально перекручены. Стебли прямые, округлые, разветвленные, голые, иногда покрыты волосками. Стеблевые листья очередные, толстоватые, сизые: средние — более крупные, похожие на прикорневые, но сидячие, более тонко и глубже рассеченные, верхние — стеблеобъемлющие, короткие, овальные по краю с почти цельными лопастями. Цветки правильные, оди-

ночные, крупные, 2—5 см в диаметре, желтые. Бутоны поникшие, голые или игольчато-щетинистые, яйцевидно-продолговатые, острые. Плоды — 15—25 см длиной, стручковидные линейные коробочки с толстой ложной перегородкой. Все растение содержит млечный желтый сок. Цветет с мая по август, семена созревают в июне — сентябре.

Распространен по побережью Средиземного моря. Растет на хорошо дренированных почвах — на песчаных морских побережьях и скалистых склонах, обращенных к морю. На территорию Советского Союза заходит небольшая часть обширного ареала растения. Он встречается в Крыму и на Кавказе. В естественных условиях не образует крупных зарослей, могущих иметь промышленное значение, ввиду этого введен в культуру (Крым, Краснодарский край). Платации мачка желтого можно использовать 3—4 года.

Для лечебных целей используют траву, собранную во время цветения.

Содержит более 15 алкалоидов производных изохинолина — глауцин, изоболдин, 1-норхелидонин, протопин, альфа-коридин, изокоридин, 1-хелидонин, аллокриптопин, хелирубин, сангвинарин, хелиритрин, глаувин и другие. Главным алкалоидом мачка желтого является глауцин, который представляет собой в химическом отношении 4, 5, 7, 8-тетраметоксиапорфин.

Применение. В медицинской практике нашей страны употребляется в виде соли — глауцина гидрохлорида и выпускается в таблетках. В фармакологическом отношении глауцина гидрохлорид обладает противокашлевым, адренолитическим, седативным, анальгезирующим и спазмолитическим действием (Алешинская Э. Е., Березинская В. В., 1966). Глауцин применяют при хроническом бронхите, катаре верхних дыхательных путей, пневмонии, абсцессе легкого, бронхиальной астме, пневмосклерозе, туберкулезе (Турова А. Д., 1974). Продолжительность лечения определяется длительностью заболевания. У некоторых больных при назначении глауцина наблюдается головокружение, общая слабость, сонливость, диспепсические явления, умеренное снижение кровяного давления. В этих случаях препарат следует применять в условиях постельного режима, после еды. Эмбриотоксическое и тератогенное действие глауцина гидрохлорида не установлено. В Народной Республике Болгарии из

мачка желтого получают препарат глаувент. Применяют его как противокашлевое средство при бронхитах, бронхиальной астме, бронхоэктазах и других болезнях.

Можжевельник обыкновенный —

***Juniperus communis* L.**

Семейство кипарисовых — Cupressaceae.

Народные названия: *можжевель*, *боровица*, *джареп*, *дженишина*.

Вечнозеленый хвойный кустарник высотой до 2 м или небольшое дерево высотой до 5 м с серой или красно-бурой корой, со светло-зелеными колючими иглами, расположенными мутовками, по три иглы в каждой. Корень разветвленный. Ствол куста от основания разветвленный. Плод — сочные шишки, похожие на ягоду, на короткой ножке, шаровидные, блестящие, черно-бурые или почти черные. Цветет в мае. Плоды созревают на второй год после цветения осенью.

Встречается в северо-западных областях европейской части СССР, в Западной Сибири, на Кавказе. Растет на умеренно влажных почвах, между кустарниками, на возвышениях и горных склонах, а также в сосновых и еловых лесах (на песчаной почве), часто образуя заросли.

Для лечебных целей используют плоды, их собирают осенью. Сушат ягоды при обычной температуре в хорошо проветриваемых помещениях, на черда-



Можжевельник обыкновенный

ках. Запах можжевельника своеобразный, ароматный, вкус сладковатый, пряный.

Плоды содержат 0,5—2% эфирного масла, до 40% сахара, органические кислоты, смолу, воск. Эфирное масло можжевельника по своему составу и действию похоже на скипидар (в нем имеются пинен, терпинен, цидрол и др.); наличие эфирного масла обуславливает мочегонный эффект ягод можжевельника, хвоя растения содержит аскорбиновую кислоту.

Применение. В народной медицине ягоды можжевельника применяют как мочегонное, дезинфицирующее мочевыводящие пути средство и для улучшения пищеварения, наружно — как болеутоляющее при ревматизме. Употребляют: как мочегонное — настой или отвар 1 столовой ложки высушенных ягод, взятой на 1 стакан воды, принимают по 1 столовой ложке 3—4 раза в день; настой 1 чайной ложки смеси измельченных ягод можжевельника, листьев березы и корней одуванчика (по 2 столовые ложки) на 1 стакан воды, пьют по 1 столовой ложке 3—4 раза в день. Иногда с этой целью используют эфирное масло ягод — по 3—4 капли на прием.

При воспалительных процессах в почках ягоды можжевельника и их настои противопоказаны в результате раздражающего действия эфирного масла, содержащегося в них.

Плоды можжевельника входят в состав мочегонного сбора № 2.

**Морковь посевная —
Daucus sativus (Hoffm). Roch.
Семейство селеровых —
Apiaceae (Umbelliferae).**

Общезвестное огородное растение. Цветки белые, собраны в соцветия — сложные зонтики. Плод — двусемянка. Цветет в июле — августе.

Растет на полях и огородах по всей территории СССР.

Для лечебных целей используют семена (плоды), свежие корнеплоды, ботву. Корнеплоды собирают в августе — сентябре, ботву — в июне — августе; созревшие семена — в начале осени и сушат в тени, на сквозняке, рассыпав тонким слоем.

Морковь содержит каротин, витамины — тиамин, рибофлавин, пиродоксин, аскорбиновую, фолиевую, нико-

тиновую кислоты, токоферол, витамин К; сахар, йод, минеральные соли. Эфирное масло и флавоноиды, содержащиеся в семенах, обладают спазмолитическим действием, расширяют венечные сосуды.

Применение. Морковь улучшает пищеварение, увеличивает выделение молока у кормящих женщин, обладает общеукрепляющим, слабительным и мочегонным действиями, широко используется при авитаминозах, малокровии, общем упадке сил, обладает антисептическим, противовоспалительным, обезболивающим, ранозаживляющим свойствами. Морковным соком полощут полость рта и глотки при воспалительных процессах. Водный настой ботвы, заваренный, как чай, употребляют при геморрое. Свежую мелкоизмельченную морковь прикладывают к ранам и язвам, соком обмывают их.

Употребляют: 1) при почечно-каменной болезни и геморрое — 3 столовые ложки семян заливают 3 стаканами кипятка, ставят на ночь в теплое место, утром процеживают и пьют теплым по 1 стакану 3 раза в день; 1 столовую ложку смешанной поровну ботвы моркови и петрушки настаивают 2 ч в закрытом сосуде, процеживают и пьют по 1 столовой ложке 3—4 раза в день за $\frac{1}{2}$ ч до еды; 2) при кашле, малокровии, поносе — свежий сок, смешанный с медом или сахаром, пьют по 1 столовой ложке 4 раза в день, детям — по 1 столовой ложке утром и вечером; тертую морковь, варенную в молоке, по 1 столовой ложке 3—4 раза в день до еды.

Морская капуста — *Laminaria saccharina* Lam. Семейство ламинариевых — *Laminariaceae*.

Бурая водоросль, слоевище которой состоит из лентовидной гладкой или сетчато-сморщенной различной ширины пластинки длиной 10—13 м, переходящей в нижней части в цилиндрический или сплюснuto-цилиндрический ствол длиной до 1 м и 1 см в диаметре. Слоевище крепится к каменистой почве очень развитыми придатками — ризоидами.

Встречается на Дальневосточном побережье СССР, Черном и особенно Белом морях.

Для лечебных целей используют порошок морской капусты, темно-зеленый или серый, со своеобразным запахом, солоноватого вкуса.

Заготавливают морскую капусту с мая до октября на глубине 5—6 м, пользуясь лодками и длинными граблями. Собирают ее также на морских побережьях после отливов, где остается много оторванных от дна растений. Водоросли портятся в пресной воде (вымываются соли), поэтому их охраняют от дождя и росы. Сушат на солнце, расстелив на сетках, предварительно очистив от песка, ракушек и т. п. Как пищевой и полезный для здоровья продукт морская капуста известна давно. Еще в XIII веке в Китае был издан указ, обязывающий население употреблять ежегодно определенное количество морской капусты для поддержания бодрости и здоровья, для профилактики зоба.

Морская капуста содержит соли йода и брома, альгинаты (30%), маннит (20—25%), полисахарид ламинарин, витамины (аскорбиновую кислоту, тиамин, рибофлавин, цианокабаламин, кальциферол), каротиноиды, микроэлементы — марганец, медь, серебро и др.

Применение. Морская капуста богата йодом, поэтому ее используют для лечения атеросклероза, базедовой (зобной) болезни, особенно в местностях, где в питьевой воде недостаточно йода. Морская капуста регулирует процесс пищеварения, оказывает мягкое слабительное действие, и ее полезно употреблять в пищу людям пожилого возраста и при хронических запорах. Установлено, что 1 г порошка морской капусты соответствует 1 капле раствора йода. Морская капуста противопоказана в случае повышенной чувствительности к йоду, склонности к кровотечениям, при воспалительных процессах в почках.

Употребляют при хронических запорах, явлениях атеросклероза — по $\frac{1}{2}$ чайной ложки порошка морской капусты 2—3 раза в день (1—2 чайные ложки на ночь) с чаем, какао, супом. Полезно принимать небольшую дозу морской капусты утром для нормализации пищевого канала.

Мята перечная — *Mentha piperita* L.
Семейство губоцветных — *Lamiaceae*.

Многолетнее травянистое растение с тонким разветвленным корневищем и пучками корней-придатков. Стебель прямой, высотой 80—100 см, ветвистый, четырех-

гранный, красно-бурый, почти голый. Листья сидячие, супротивные, черешковые, продолговато-яйцевидные, с сердцевидной основой, заостренные, края зубчатые. Сверху листья темно-зеленые, снизу — светло-зеленые, покрытые с обеих сторон волосками. Цветки мелкие, красновато-фиолетовые, размещены на верхушках стеблей в колосовидные соцветия. Чашечки трубчатые, покрытые железками. Плод — красно-бурый орешек. Растение очень пахучее. Цветет с конца июня до сентября.

Встречается на Украине, Северном Кавказе, Белоруссии, Молдавии, в Краснодарском крае, Воронежской области. Выращивают как культурное растение в огородах и садах.

Для лечебных целей используют листья, которые собирают во время цветения, сушат в хорошо проветриваемом помещении, предварительно слегка привялив их на солнце. Вкус и запах мяты приятный, освежающий.

Содержит 1—2% эфирного масла (50 % ментола), терпены (гераниол, дигидрокарвон, карвон), урсоловую, олеаноловую кислоты и другие вещества.

Применение. Мята обладает болеутоляющим, антисептическим, освежающим действием. Настои мяты используют при желудочно-кишечных заболеваниях — пьют по 10 капель при тошноте, наружно — для ванн; настойка из листьев мяты улучшает аппетит. Мятное масло употребляют наружно по 2—3 капли на 1 стакан воды для полоскания, для улучшения вкуса других лекарств. Ментол применяют наружно и внутрь (в составе валидола для расширения коронарных сосудов при стенокардии). Он входит в состав мигреневых карандашей, которыми натирают виски, кристаллы кладут в дупло больного зуба (можно вату, смоченную смесью ментола с хлоралгидратом). Для смазывания носоглотки и гортани, а также для ингаляций (при бронхите, ларингите, трахеите) рекомендуют 30%-ный раствор ментола в миндальном масле. При остром и хроническом насморке используют мази и капли из этого препарата. Для обработки кожи (при зуде) применяют 5—10%-ный раствор. Ментол — составная часть борментола (мазь с ментолом и борной кислотой на вазелине), ментолового спирта (1—2%-ный раствор ментола в спирте), ментоловой мази (1% ментола на вазелине и лаполине), ментолового масла (1—2%-ный раствор ментола на вазелиновом масле), меновазина, камфомена, ментолового пластыря,

ингакамфа (карманного ингалятора), пектусина, капель Зеленина.

Употребляют: 1) при расстройстве пищеварения и желчеотделения — настой 1 столовой ложки листьев в 1 стакане воды (заваривают, как чай) пьют по $\frac{1}{2}$ стакана 3—4 раза в день до еды, или настой 1 столовой ложки смеси (по 1 столовой ложке листьев мяты, листьев барвинка и травы золототысячника) на 1,5 стакана воды пьют по $\frac{1}{2}$ стакана 5—6 раз в день до еды; 2) как болеутоляющее при ревматизме, невралгии — отвар 1 столовой ложки мяты на 1 стакан воды употребляют по $\frac{1}{2}$ стакана утром и вечером для клизмы, ванн и примочек.

Мята входит в состав чаев: ветрогонных № 1, 2, потогонного, желчегонного № 1, успокоительного № 1 и желудочного № 1.

Наперстянки:

наперстянка крупноцветковая —

***Digitalis grandiflora* Mill.**

наперстянка пурпуровая —

***Digitalis purpurea* L.**

наперстянка шерстистая —

***Digitalis lanata* Ehrh.**

Семейство норичниковых — Scrophulariaceae.

Наперстянка крупноцветковая — многолетнее травянистое растение с коротким корнем. Стебель прямой, высотой до 1 м. Листья продолговато-ланцетовидные, с мелкозубчатым краем, опушенные с обеих сторон. Цветки большие, светло-желтые с буроватыми прожилками. Плод — яйцевидная коробочка. Строение цветков и плодов такое же, как и у наперстянки пурпуровой.

Наперстянка крупноцветковая встречается на Украине (Крым, Карпаты), Северном Кавказе, Урале. Растет на возвышенностях в лесостепи, лиственных лесах, рощах, среди кустарников. Цветет в июне — июле.

Наперстянка пурпуровая — двулетнее травянистое растение, стебель прямой, бороздчатый, высотой 1,5 м, покрытый железистыми и простыми волосками, бархатисто-серовойлочный, заканчивающийся верхушечным соцветием красивых цветков. Листья продолговато-яйцевидные, сверху темно-зеленые, морщинистые, мягково-

лосистые, снизу сероватые от большого количества волосков с сетчатыми жилками. Цветки большие, поникшие, пурпурные, изредка белые, размещаются с одной стороны кисточкой и имеют форму наперстка или звоночка. Плод — овальная железисто-волосистая коробочка.

Наперстянка шерстистая — двулетнее или многолетнее растение. Листья гладкие, ланцетовидные, неопушенные, суживающиеся к основанию.

Наперстянка пурпуровая в диком виде в СССР не растет, широко культивируется на Северном Кавказе и в других районах.

Для лечебных целей используют листья с цветущих растений. Сушат на солнце как можно быстрее, раскладывая на рамах. При медленном высушивании они теряют лечебные свойства. Сохраняют их не больше года.

Листья растения содержат гликозиды (пурпуреагликозиды А и В, дигитоксин, гитоксин, гиталоксин и др.), стероидные сапонины (дигитонин, тигонин, гитонин), флавоноиды (лютеолин, 7-гликозид-лютеолин), органические кислоты. **Все виды наперстянок сильно ядовитые.**

Применение. Это необычно ценное растение как средство при болезнях сердца впервые применил английский врач Уиттеринг (XVII век). Экспериментальными исследованиями А. И. Черкеса и его сотрудников (1936) установлено благоприятное действие гликозидов наперстянки на обменные процессы в сердечной мышце.

Применяют как средство, усиливающее и регулирующее деятельность сердца. Из наперстянки химико-фармацевтическая промышленность готовит дигитоксин, дигоксин, дигален-нео и другие препараты. Все препараты наперстянки относятся к группе сильнодействующих веществ, их принимают только по назначению врача.

Ноготки лекарственные (календула) —

***Calendula officinalis* L.**

Семейство астровых —

Asteraceae (Compositae).

Народные названия: *наугадки, кропис, ноготки.*

Однолетнее травянистое растение высотой до 60 см с прямостоячим ветвистым легкоопушенным стеблем. Листья очередные, продолговатые или ланцетовидные, ниж-

нис — к основанию суженные. Цветочные корзинки крупные, душистые, ярко-желтые. Плод — острозубчатая семянка. Цветет с июня до сентября.

Встречается как декоративное растение почти по всей территории СССР. Выращивается также для лекарственных целей. Культивируется в парках, садах, огородах и на плантациях лекарственных растений.

Для лечебных целей используют цветочные корзинки, которые собирают в течение всего периода цветения растения.

Цветочные корзинки содержат каротиноиды (каротин, ликопин, виолоксантип, рубиксантин), горечь календен, слизь, дубильные вещества, смолы, органические кислоты, ферменты, следы алкалоидов, эфирное масло, а также фитонциды. Сорта ноготков с оранжевыми цветками содержат вдвое больше каротина, чем светло-желтые.

Применение. О лечебных свойствах растения знали еще в XII веке. В народной медицине настои и настойки календулы применяют внутрь при неврозах, бессоннице, повышенном кровяном давлении, заболеваниях печени (как желчегонное), селезенки, желудочно-кишечного тракта, при маточных кровотечениях, наружно — в примочках, мазях для лечения трещин, порезов, ран, язв, экзем, ожогов, лишая, заболеваний глаз (конъюнктивитов, ячменей). Ноготки широко используют в гомеопатии.

Экспериментально установлено успокаивающее действие препаратов календулы на центральную нервную систему (И. Э. Акопов, 1977). Сок из цветков, полученный Н. Е. Черновым (по данным В. И. Силы, 1969), стимулирует и регулирует работу сердечно-сосудистой системы и повышает тонус кишечника. П. А. Науменко (1966) обнаружил желчегонное действие ноготков лекарственных.

Употребляют: 1) как желчегонное средство — настой 1 столовой ложки цветков календулы на 1 стакан кипятка пьют по 1 столовой ложке 3—4 раза в день; 2) при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки — настойку принимают по 15—20 капель 3—4 раза в день; 3) для лечения ран, язв и ожогов используют мазь (1 чайная ложка настойки календулы тщательно смешивается с 25 г вазелина, ланолина или очищенного свиного жира), которой смазывают пораженные участки; 4) для выведения бородавок и мозолей — делают при-

мочки из настойки растения; 5) для полосканий полости рта используют настойку календулы — 1 чайную ложку на $\frac{1}{2}$ стакана воды.

Обвойник греческий — *Periploca graeca* L.
Семейство ластовневых — *Asclepiadaceae*.
Народное название: *павой*.

Красивый вьющийся кустарник-лиана с бородавчатой светло-серой и серовато-бурой корой. Стебли деревянистые, 10—12 м длиной. Листья кожистые, супротивные, короткочерешковые, яйцевидные, цельнокрайние. Цветки зеленовато-бурые, собранные полусонтиками. Венчик колосовидный с 5-лопастными долями. Плоды — вильчатые, цилиндрические листовки с большим количеством семян. Млечный сок растения ядовит.

Встречаются в южной части Украины, в Молдавии, на Кавказе, в Средней Азии. Растет в лесах, по берегам рек, ручьев на влажных местах.

Для лечебных целей используют кору, которую собирают ранней весной в период сокодвижения. Снимают ее с заранее срезанных толстых восток, как кору крушины. Сушат на свежем воздухе или в хорошо проветриваемом помещении. Вкус коры горький, запах слабый.

В коре и млечном соке обвойника обнаружены гликозиды периплоцин и периплоцимарин, действующие избирательно на сердечную мышцу, подобно препаратам группы наперстянки, строфанта. Спиртовую настойку (продается в аптеках) применяют по указанию врача. Растение ядовитое.

Облепиха крушиновидная —
***Hippophaë rhamnoides* L.**
Семейство лоховых — *Elaeagnaceae*.
Народное название: *золотое дерево*.

Ветвистый колючий кустарник или небольшое дерево высотой до 6 м. Листья очередные, линейно-ланцетные, темно-зеленые, снизу серебристые. Ветки покрыты чешуйками и заканчиваются колючкой. Цветки мелкие, душистые, однополые, тычиночные (мужские) — в коротких колосках, пестичные — собраны по 2—5 в пазу-

хах веточек. Плоды — золотисто-желтые шаровидные или овальные костянки, как бы облепляют ветки, отсюда и происходит название растения. Плоды съедобные, созревают в сентябре — октябре. Цветет в апреле — мае.

Встречается в Западной и Восточной Сибири, на Кавказе, в Средней Азии, Алтайском крае и Туве. Введена в культуру. Выращивают как декоративное растение, в промышленных масштабах — в Бурятии. Растет на влажных местах, по берегам горных рек, в степных долинах.

Для лечебных целей используют мерзлые плоды, которые собирают в ноябре-декабре. Срезать или обламывать ветки с плодами нельзя. Вкус ягод приятный, кисловатый, запах ароматный, напоминающий ананас.

Плоды содержат жирное масло (до 8%), в состав которого входят ряд кислот (олеиновая, пальмитиновая и др.), витамины, аскорбиновая кислота (до 4 г/л), тиамин, рибофлавин, фолиевая кислота, токоферол (1,1 г/л). В корнях обнаружен алкалоид гипофсин.

Применение. В народной медицине плоды облепихи применяют как противоцинготное и болеутоляющее средство при язвенной болезни желудка. Врачи рекомендуют масло облепихи для лечения лучевых поражений кожи, ожогов, воспалений влагалища, эрозии шейки матки, для ускорения эпителизации тканей. Внутри его употребляют при язвенной болезни желудка, двенадцатиперстной кишки и при лучевой терапии злокачественных новообразований пищевода. Масло облепихи применяют только по назначению врача. Плоды употребляют свежими, а также готовят из них кисели, варенье и т. п.

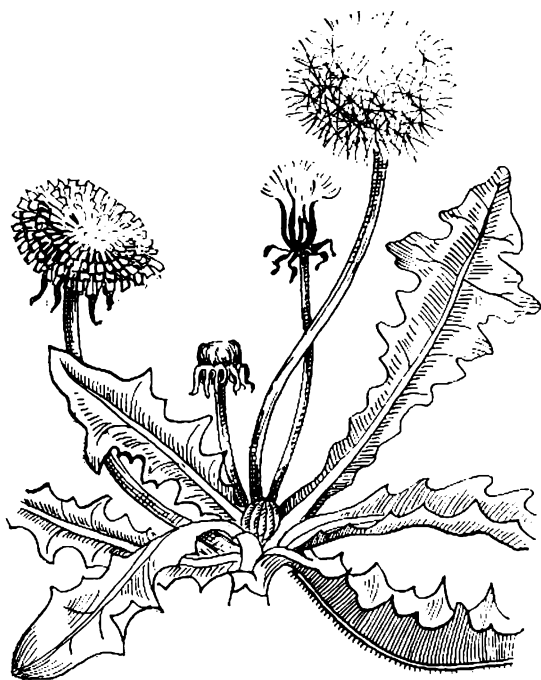
Одуванчик лекарственный —

***Taraxacum officinale* Wigg.**

Семейство астровых — Asteraceae.

Народные названия: *бабки, баранки, падиволос, дикий молочай, волчий зуб, чичик.*

Многолетнее травянистое растение высотой до 30 см со стержневым ветвистым корнем. Листья глубоко надрезанные с треугольными долями, различны по форме и размерам, собраны в прикорневые розетки. Цветочные стрелки внутри полые, безлистные, заканчиваются крупными корзинками золотисто-желтых язычковых цвет-



Одуванчик лекарственный

ков. Плод — семянка с хохолком. Цветет с апреля до сентября. Растение содержит белый млечный сок.

Встречается на всей территории СССР, кроме Крайнего Севера. Растет на лугах, полях, в садах, вдоль дорог, в лесах, возле жилья.

Для лечебных целей используют корень одуванчика, который собирают весной в начале цветения, лучше поздней осенью в стадии увядания листьев (сентябрь—октябрь).

Корни содержат инулин (до 40%), горечь, тараксацин, смолу, жирное масло, слизь, сахар и другие вещества.

Применение. В народной медицине настои корней используют для улучшения пищеварения, как желчегонное и легкое слабительное средство, при фурункулезе — настой 1 столовой ложки измельченного корня в 1 стакане воды пьют по $\frac{1}{4}$ стакана 3—4 раза в день до еды за 30 мин; настой 1 столовой ложки смеси (по 2 столовые

ложки корней одуванчика, травы чистотела и корней ревеня) на 1 стакан воды принимают по $\frac{1}{2}$ стакана 4 раза в день за 30 мин до еды. Молодые листья одуванчика используют в салатах, корень (поджаренный и измельченный) — в качестве заменителя кофе.

Ольха клейкая, или черная —
***Alnus glutinosa* Gaertn.**
Семейство березовых — Betulaceae.

Дерево высотой 20—35 м с темно-бурой корой. Молодые ветви красновато-бурые, гладкие, часто клейкие. Листья округлые, молодые, с выемкой на верхушке, сверху блестящие, темно-зеленые. Цветки однополые: тычиночные собраны удлинненными сережками в кисти по 3—5 сережек, маточковые — в короткие (1—2 см длиной)



Ольха клейкая

зеленые сережки. Плод — орешек с кожистым узким крылом. При созревании плодов прицветные чешуйки чернеют и деревенеют, напоминая шишки длиной 2 см. Цветет ранней весной до появления листьев (в апреле — мае).

Встречается в европейской части СССР, северных районах Украины, в Брянской области, на Кавказе в Средней Азии, Сибири. Растет на влажных местах, по берегам рек и озер, на лугах, особенно в болотистой местности, где образует заросли.

Для лечебных целей используют целые соплодия (шишки), которые заготавливают осенью и зимой. Сушат в теплых помещениях.

Ольховые шишки содержат дубильные вещества (6—7%), в том числе около 2,3% танина, галловую и фосфорную кислоты и некоторое количество алкалоидов. Из листьев выделены флавоновые гликозиды (гиперозид, кверцитрин) и кислоты (кофейная, хлорогеновая и протокатехиновая).

Применение. Как вяжущее, противовоспалительное и противопроносное средство при колитах (острых и хронических) — настой 1 чайной ложки шишек на 1 стакан воды пьют по $\frac{1}{2}$ стакана 3—4 раза в день (детям дают по $\frac{1}{4}$ стакана 3—4 раза в день). Настойку шишек принимают по 25 капель 3 раза в день перед едой.

Ольховые шишки входят в состав противопроносочая № 3 (ТУ 84—47).

Папоротник мужской —

***Dryopteris filix-mas* (L.) Schott.**

Семейство щитовниковых — *Dryopteridaceae*.

Народные названия: *щитовник, глистник, иваново зелье, папоротник.*

Многолетнее травянистое споровое растение высотой до 1,2 м с мощным корневищем и придаточными корнями. Стебель отсутствует, корневище несет пучок двоякоперисторассеченных крупных листьев на коротких черешках, на нижней стороне которых к концу лета развиваются округлые кучки спорангиев.

Встречается в лесной и лесостепной зонах европейской части СССР, на Кавказе, в Сибири, на Алтае, Дальнем Востоке. Растет в сырых тенистых лесах.

Для лечебных целей используют корневища, которые

выкапывают осенью (в августе — сентябре) или весной — до начала развития надземной части.

Содержит действующее вещество фильмарон, дубильные вещества, горечи и другие элементы. Растение **сильно ядовитое**.

Применение. Корневище папоротника мужского как эффективное противоглистное средство (при солитере) было известно еще врачам Древней Греции. При употреблении препаратов папоротника гибель ленточных глистов наступает в результате угнетения окислительного фосфорилирования в тканях паразитов. Для изгнания ленточных паразитов врач назначает эфирный экстракт из корневищ папоротника: от 2 до 6 г на один раз — однократную дозу принимают после специальной подготовки больного по 0,5 или 1 г в желатиновых капсулах каждые 5 мин. Через 1,5—2 ч больному дают солевое слабительное (касторовое масло, другие жиры употреблять нельзя). Препараты папоротника обладают значительной токсичностью и могут вызвать рвоту, нарушение дыхания, работы сердца и т. п. Поэтому лечение проводят под строгим контролем врача.

Пассифлора инкарнатная —

***Passiflora incarnata* L.**

Семейство пассифлоровых — *Passifloraceae*.

Народное название: *кавалерийская звезда*.

Травянистая тропическая лиана с гладким вьющимся стеблем, достигающим 9 м. Листья на длинных черешках, глубокотрехраздельные, длиной 6—18 см, шириной 8—20 см, с обоих боков слабо опушены. Цветки красивые, большие, правильные, состоят из пятилистной чашечки и пятилистного венчика, 5 тычинок и верхней завязи, с высоко поднятым столбиком. Плод — съедобная ягода зеленовато-желтого цвета. Корневище простое, длиной несколько метров.

Родина пассифлоры — Бразилия. Растение хорошо акклиматизировалось на Черноморском побережье Кавказа — на исследовательской станции субтропических лекарственных растений в Кобулеті. С 1955 года здесь заложены промышленные плантации пассифлоры.

Для лечебных целей используют траву (стебли, листья и цветки) растения. Запах сырья слабый, вкус горьковатый.

В траве пассифлоры содержатся около 0,05% алкалоидов гармана и гармина, имеются флавоноиды, кумарин, хиноны.

Применение. Химико-фармацевтической промышленностью выпускается жидкий экстракт растения, который принимают как седативное средство при неврастении, бессоннице, алкоголизме, климактерических расстройствах по 20—40 капель 3 раза в день в течение месяца. Противопоказаниями к назначению пассифлоры инкарнатной являются инфаркт миокарда, стенокардия, выраженный атеросклероз.

**Пастернак посевной — *Pastinaca sativa* L.
Семейство сельеровых —
Ariaceae (*Umbelliferae*).**

Распространенное двулетнее овощное и кормовое растение. Корень веретенообразный, толстый, сочный, сладкого вкуса, со своеобразным ароматным запахом. Снаружи корень желто-бурого цвета, внутри — белый или желтоватый. На первом году жизни пастернак дает только розетку с прикорневыми длинночерешковыми листьями и корнеплод; на втором году образует прямостоячие голые стебли разной длины (25—200 см), разветвленные вверх. Листья непарноперистораздельные, длиной 5—20 см, сидячие. Цветки мелкие, золотисто-желтые, собраны в сложный зонтик. Семена светло-коричневые, округло-эллиптические, плоскосжатые. Цветет в апреле — июле.

Выращивают пастернак почти повсеместно. Заготавливают траву растения во время цветения, а плоды — в период созревания. Корни и молодые листья употребляют как приправу к пище. Пастернак известен как культурное растение с древних времен, но с распространением картофеля и моркови частично потерял свое значение.

Для лечебных целей используют корни и траву (стебли, листья, цветки).

Корни содержат эфирное масло (0,7—3,5%), аскорбиновую кислоту (5—40 г/л), каротин (0,03 г/л), тиамин и рибофлавин, углеводы (арабизона, галактоза, ксилоза, манноза, рамноза, сахароза, фруктоза — 8,6—10%, крахмал — 4%), пектиновые вещества и уроновые кис-

лоты (7,3%), минеральные соли. В листьях имеется небольшое количество эфирного масла (9,5—10,8 г/л), аскорбиновая кислота, каротин (2,4—12,2 г/л), фолиевая кислота, фурукумарин, следы тиамина и рибофлавина. В плодах обнаружены эфирное масло (1,5—3%), фурукумарины (бергаптен, ксантотоксин, ксантотоксол, императорин, алоимператорин, изопимпинелин — 0,66—1,45%), флавоноиды гликозиды (пастернозид, дезглюкопастернозид, гиперозид, рутин), а также жирное масло (до 10%).

Применение. В медицине используют пастинацин и бероксан. Пастинацин представляет собой фурукумарин, получаемый из семян пастернака посевного. Он расширяет сосуды сердца, снимает спазмы бронхов, гладких мышц брюшной полости, оказывает умеренное седативное действие. Употребляют пастинацин при стенокардии, неврозах, сопровождающихся спазмом сосудов, по 1 таблетке (0,02 г) 2—3 раза в день в течение 2—4 недель.

Бероксан — смесь двух фурукумаринов (бергаптена и ксантотоксина), обладает фотосенсибилизирующим свойством. Назначают его при витилиго и гнездной плешивости по 1 таблетке 4 раза в день. На курс лечения необходимо 250—300 таблеток. Возможны побочные явления при лечении препаратом — головная боль, сердцебиение, диспепсические явления. Противопоказан бероксан при гипертонической болезни, заболеваниях печени, почек, крови, центральной нервной системы. Его не рекомендуют принимать детям до 5 лет и старше 50 лет.

Пастушья сумка —

***Capsella bursapastoris* (L.) Medic.**

Семейство капустных —

Brassicaceae (Cruciferae).

Народные названия: *сумочник, калитник, воробьиная каша, рыжуха, режуха.*

Однолетний травянистый сорняк высотой 20—50 см с прямым или ветвистым стеблем. Прикорневые листья продолговато-ланцетные, перисто-раздельные, суженные в черешках, преимущественно собранные в розетку; стеблевые листья сидячие, ланцетовидные, цельнокрайние. Цветки мелкие, белые, собраны в длинную кисть на вер-

хушке стебля, позднее удлиняющиеся. Плод — треугольный сплюснутый стручок. Цветет с мая и до сентября.

Встречается по всей территории СССР, кроме Крайнего Севера. Растет у дорог, в садах, на огородах, полях, пустырях и по сорным местам.

Для лечебных целей используют траву растения, которую собирают в период цветения.

Трава содержит витамин К, рамногликозид гиссопина, эфирное масло, яблочную, лимонную, винную и фумаровую кислоты, дубильные вещества, холин, тирамин, ацетилхолин, противомикробные вещества (в листьях) фитонцидного характера.

Применение. Кровоостанавливающее действие пастушьей сумки было известно врачам Древней Греции и Рима, позднее в Европе. В народной медицине настои травы растения в смеси с полевым хвощом использовали при заболеваниях печени, почек.

В экспериментах на крысах, собаках, кроликах установлено, что внутривенное и пероральное введение настоя высушенной травы пастушьей сумки (длительно хранившейся на складах) не только устраняет, но и резко замедляет процесс свертывания крови, оказывает гипотензивное действие. В. А. Коновалова в экспериментах на животных обнаружила, что аптечная трава (после хранения) оказывает небольшое стимулирующее действие на моторику матки (И. Э. Акопов, 1986).

Употребляют: при маточных кровотечениях — настой 1 столовой ложки травы растения на 1 стакан воды пьют по $\frac{1}{2}$ стакана 2 раза в день; сок свежей травы пьют по 40—50 капель на 1 столовую ложку воды 4—5 раз в день; жидкий экстракт (продается в аптеках) — по 20—30 капель 3 раза в день. Лечение проводят под наблюдением врача.

Первоцвет весенний — *Primula veris* L.

Семейство первоцветных — *Primulaceae*.

Народные названия: *баранчики, ключики, котики, летушки, скороспелка.*

Многолетнее травянистое растение высотой до 30 см с коротким вертикальным корневищем и пучком тонких придаточных корней. Листья в прикорневой розетке яйцевидно-продолговатые, суженные в крылатый черешок,

морщинистые, короткоопушенные. Цветки ярко-желтые, собраны в односторонне поникшее зонтичное соцветие на верхушке длинного цветоноса, выходящего из середины листовой розетки. Плод — яйцевидная многосеменная коробочка. Цветет с середины апреля до июня.

Встречается в лесной и лесостепной зонах европейской части СССР, в Сибири и на Кавказе. Растет по опушкам леса, лесным полянам, кустарникам, на лугах, в светлых лесах.

Для лечебных целей используют корни и корневища, листья, цветки. Корни и корневища выкапывают поздней осенью (в сентябре — октябре), листья и цветки собирают в мае — июне.

Корни содержат сапонины (до 10%), гликозид примулаверин, витамин С, каротин, эфирное масло. В листьях имеются сапонины (до 2%), каротин, витамин С. В цветках — сапонины, флавоноиды, витамин С.

Применение. Как лечебное средство первоцвет весенний был известен еще древним грекам. На Украине с давних времен его считают целебным растением. В народной медицине цветки первоцвета заваривают в виде чая и употребляют как потогонное и отхаркивающее, легкое слабительное, а также как успокаивающее центральную нервную систему средство. Из листьев делают салат, полезный при гиповитаминозах.

Употребляют: как отхаркивающее средство — настой $\frac{1}{2}$ столовой ложки цветков в 1 стакане воды пьют по 1 столовой ложке 3—5 раз в день. Первоцвет весенний обладает также кровоостанавливающими и спазмолитическими свойствами (И. Э. Акопов).

Переступень белый (бриония белая) — *Bryonia alba* L.

Семейство тыквенных — Cucurbitaceae.

Народное название: адамов корень.

Многолетнее травянистое растение длиной до 4 м с толстым мясистым реповидным корнем. Стебли ползучие, цепляющиеся при помощи усиков. Листья очередные, сердцевидные, пятилопастные, крупнозубчатые. Цветки желтовато-белые, собраны в щитковидные кисти. Плоды — черные ягоды. Цветет в июне — июле.

Встречается на Кавказе, в Средней Азии, на Украине

и в других районах европейской части СССР. Растет по лесным опушкам, речным долинам, среди кустарников, около огородов, жилья. Разводится как декоративное растение.

Для лечебных целей используют корни, которые собирают в сентябре — октябре.

Все части растения, особенно корни, содержат гликозиды — брионин и брионидин, воск, пектин, сахар, смолу, органические кислоты, крахмал. **Растение сильно ядовитое.**

Применение. Настойку корней издавна используют как болеутоляющее, слабительное, кровоостанавливающее средство, употребляют также при бронхите, подагре и невралгии. Экспериментально установлено болеутоляющее и местнораздражающее действие препаратов растения. Применяют переступень, как сильно ядовитое растение, с большой осторожностью и только под наблюдением врача.

Перец стручковый однолетний —

Capsicum annuum L.

Семейство пасленовых — Solanaceae.

Народные названия: *красный перец, астраханский перец, жгун.*

Однолетнее травянистое растение. Корень прямой, сильномочковатый, разветвленный. Листья длинночерешковые, эллиптические или яйцевидные, темно-зеленые, заостренные. Цветки большие, на длинных цветоножках, находятся в развилинах ветвей и в пазухах листьев, во время цветения поникшие. Плод — прямая или повислая, вздутая гладкая многосеменная блестящая полая ягода, продолговато-конической формы, желто-красной или другой окраски. Цветет в июле — августе.

Перец стручковый разводят в СССР в основном на юге Украины, в Узбекистане, в Азово-Черноморском крае и на Северном Кавказе. Родина его — Мексика, в Европу завезен в XVI веке.

Для лечебных целей используют плоды стручкового перца, которые собирают в июле — августе (по мере его созревания).

Содержит алкалоид капсицин, оказывающий местнораздражающее действие, красный пигмент, воск, аскор-

биновую кислоту (до 4 г/л в семенах и до 10 г/л в свежих листьях), жирное масло, эфирное масло (следы). В аптеках Западной Европы отпускался уже в XVI веке как лечебное средство.

Применение. Назначают плоды перца: 1) для улучшения аппетита и пищеварения — берут 10—15 капель настойки перца на 1—2 столовые ложки воды и принимают за 30 мин до еды 3 раза в день; 2) при ревматических и мышечных болях, радикулите и мигральной — настойкой перца растирают больные места или прикладывают перцовый пластырь. Эти средства можно приобрести в аптеках. Перец стручковый — составная часть сложной перцовой мази, применяемой с успехом для лечения отморожений. Как пряность перец широко используется в пищевой промышленности.

Пижма обыкновенная —

Tanacetum vulgare L.

Семейство астровых —

Asteraceae (Compositae).

Народные названия: *дикая рябина, приворотень, коровий, остуда, воротник, приворот, ромешек, шкальник.*

Многолетнее травянистое растение высотой до 1,5 м с ветвистым в верхней части стеблем. Листья очередные, перисто-рассеченные, с зубчатыми продолговато-ланцетными долями, сверху темно-зеленые, снизу серовато-зеленые. Цветки желтые, трубчатые, цветочные корзинки собраны в крупные плоские щитковидные соцветия. Плоды — пятигранные семянки. Цветет с июня по сентябрь.

Встречается повсеместно на территории СССР. Растет на хорошо дренированной почве, на полях, вдоль дорог, канав, возле жилья, на пустырях, в кустарниках, по берегам рек.

Для лечебных целей используют цветочные корзинки, которые собирают во время цветения на протяжении всего лета, без цветоносов, а семена — осенью. Сушат цветки быстро при температуре 25—30°C. Запах при растирании камфорный, вкус пряный, горький.

Пижма содержит горькое вещество танациетин и эфирное масло (0,3—2%), в состав которого входит туйон-кетон, придающий запах растению, борнеол, терпен, фла-



Пижма обыкновенная

вон, дубильные вещества, органические кислоты. **Растение ядовитое.**

Применение. Издавна ее широко использовали для лечения различных заболеваний. Древние египтяне, персы и греки обкладывали травой пижмы трупы для защиты от гниения. В народе употребляют пижму для борьбы с мухами, блохами и т. п. как инсектицидное средство.

В научной медицине пижму обыкновенную используют как противоглистное средство (при аскаридах и острицах), при гепатите, поносах и других расстройствах желудка, особенно у больных с пониженной кислотностью и замедленной эвакуацией пищи. Экспериментально доказано положительное действие настоя соцветий пижмы на желчный пузырь и на тонус мускулатуры пищевого канала.

Порошок из цветков или их настой В. И. Скворцов

(1948), С. С. Станков и Н. В. Ковалевский (1949) рекомендуют в качестве противоглистного средства. Д. Д. Яблоков (1950) рекомендует использовать цветки растения для лечения кишечных заболеваний. Т. И. Мирецкая (1949) — как противопоносное и вяжущее средство.

Употребляют: 1) как противоглистное средство (при аскаридах и острицах) — настой 3 столовых ложек цветков пижмы в 2 стаканах воды пьют по 1 стакану утром и вечером, детям дают настой из 1 чайной ложки цветков растения на 1 стакан воды по 1 стакану утром и вечером, а также 3—4 порошка в день с медом (1—2 г на прием); 2) как вяжущее противопоносное средство — настой цветков и листьев пижмы (по 1 столовой ложке) в 1 стакане воды употребляют теплым по 1 столовой ложке 3 раза в день.

Пион уклоняющийся — *Paeonia anomala* L.
Семейство пиониевых — *Paeoniaceae*.

Народное название: *марьин корень*.

Многолетнее травянистое растение высотой 60—100 см с большим корневищем и толстыми клубнеобразными корнями. Стебли прямые, с кожистыми чешуйками при основании. Листья очередные, дважды-триждыразделенные на узкие ланцетные доли. Цветки крупные, одиночные, красные или бледно-розовые. Плод — сборная листовка. Цветет в мае — июне.

Встречается в лесной полосе северо-восточных районов европейской части СССР, в лесной полосе Сибири, в Средней Азии. Растет по опушкам смешанных и мелколиственных лесов, на субальпийских высокотравных лугах, на полях.

Для лечебных целей используют корневище и траву, собираемые осенью. Из них на предприятиях химико-фармацевтической промышленности готовят настойку.

Корни содержат эфирное масло (1,59%), свободную салициловую кислоту (0,36%), сахар (10%), крахмал (78,5%), гликозид салицин, танин, следы алкалоидов, листья — до 0,3% аскорбиновой кислоты, цветы — до 1%; семена — до 27% жирного масла. **Растение сильно ядовитое.**

Применение. В настоящее время фармакологически установлено успокаивающее действие пиона уклоняющегося на центральную нервную систему. Настойка

корней действует сильнее, чем настойка травы растения. По данным Е. А. Трутневой (1962), настойка пиона обладает небольшой токсичностью. Употребляют ее (по назначению врача) при бессоннице, церебральной вазопатии, фобических и ипохондрических состояниях, вегетативно-сосудистых нарушениях, при неврастении с явлениями повышенной возбудимости.

Плаун булавовидный —

***Lycopodium clavatum* L.**

Семейство плауновых — *Lycopodiaceae*.

Народные названия: *дереза, деребы, плавун, пъядич, пилочник, опоясник, змеиный мох, куриная лапка.*

Многолетнее вечнозеленое споровое растение. Стебель тонкий, разветвленный, ползучий, длиной 1—3 м. Листья мелкие, линейно-ланцетовидные. На верхушке переходят в тонкие длинные белые волоски. В конце июня на верхушках веточек на удлиненных почках образуется от 2 до 5 прямостоячих в виде вилок спороносных колосков. В пазухах споролистиков развиваются почковидные спорангии, заполненные множеством спор. В июле — августе спорангии лопаются и из них высыпаются желтовато-зеленые, бархатистые жирные споры, представляющие собой очень мелкий порошок — ликоподий.

Встречается в северной и средней полосе европейской части СССР, на Дальнем Востоке. Большие заросли растения имеются в Сибири, в лесотундре, на Кавказе, в субальпийском и альпийском поясах. Растет на песчаной почве, в сухих и влажных, покрытых зеленым мхом местах, в большом количестве — в черноземной полосе, сосновых борах и зарослях соснового молодняка, кустарниках.

Для лечебных целей используют споры плауна — ликоподий. Собирают созревшие споры приблизительно с конца июля до середины сентября. Желтые спороносные колоски осторожно срезают специальными ножницами с длинными лезвиями: к одному из них припаяна металлическая коробка, к другому — крышка коробки. Срезанные колоски складывают в мешочки из плотной ткани или в обшитые тканью корзинки и сушат. Нельзя вырывать растение, так как это приводит к уничтожению зарослей, которые возобновляются только через 20—30 лет.

Сушат колоски на солнце, под железной крышей, в умеренно нагретой печи (до 40°C) до тех пор, пока из них не высыпаются споры. Высушенные колоски молотят над плотной бумагой или тканью и просеивают на мелком волосяном или шелковом сите № 14 и № 16. В результате этого получают чистый, сыпучий светло-желтый порошок. В пламени споры плауна моментально сгорают без дыма и копоти. Ликоподий в воде не тонет.

Споры плауна содержат около 50% невысыхающего жирного масла, трава — алкалоиды ликоподин, клаватин, клаватоксин, глицерин, фитостерин. **Растение ядовитое.**

Применение. Древние римляне считали плаун лучшим средством для устранения опрелостей кожи. В народной медицине и гомеопатии его используют как мочегонное и противоревматическое средство.

Употребляют: 1) для присыпки опрелостей у детей — в чистом виде или в смеси с крахмалом (по 1 столовой ложке); 2) как мягкое мочегонное и противоревматическое средство — отвар 1 столовой ложки измельченной травы плауна в 1 л воды пьют по 1 стакану в течение дня; 3) как адсорбирующее средство в присыпках и для обсыпания пилюль в фармацевтической практике.

Подорожник большой — *Plantago major* Z.
Семейство подорожниковых — *Plantaginaceae*.
Народные названия: бабка, припутник, ранник, семижилник.

Многолетнее травянистое растение с коротким корневищем, высотой до 40 см, с розеткой прикорневых длинночерешковых листьев. Листья широкоовальные, цельнокрайние. Соцветие — густой колос из невзрачных серо-бурых цветков. Плод — коробочка с 8—16 блестящими семенами. Цветет с июня по сентябрь.

Встречается по всей территории СССР. Растет как сорняк около дорог, на полях, по берегам водоемов, возле жилья, в садах, огородах, на пустырях, улицах. Введен в культуру. Насчитывается около 50 видов подорожника.

Для лечебных целей используют листья, которые собирают в мае — августе (пока они не пожелтели) и отдельно семена.



Подорожник большой

Листья содержат дубильные вещества и горечи, плантаговую кислоту, эфирное масло, хлорофилл, витамины (ретинол, витамин К, аскорбиновую кислоту) и алкалоиды (кристаллический — плантагин и жидкие — индикамин и индиканн), лимонную кислоту, калий. В семенах подорожника кроме дубильных и белковых веществ имеется много слизи, жирное масло и гликозид аукубин.

Применение. В древнегреческой и древнеримской медицине подорожник использовали для лечения дизентерии. Арабские врачи применяли его с X столетия. В народной медицине употребляют листья и семена подорожника большого. Содержащиеся в листьях дубильные вещества оказывают вяжущее, противовоспалительное и противопаразитарное действие. Наличие в листьях эфирного масла и витаминов способствует очищению ран, уменьшению гнойных выделений и ускорению их заживления (гранулирующий и эпителизирующий эффект). Отхарки-

вающее действие подорожника объясняется содержанием в нем эфирного масла; слизь, которой в семенах около 44%, обладает коллоидными свойствами и оказывает мягчительное влияние, обволакивает поврежденные слизистые оболочки, защищая их от раздражения.

Д. М. Российский и Р. А. Лурье (1944) применяли подорожник блошный (*P. Psyllium L.*) как легкое слабительное средство. Таким же свойством обладает и большой подорожник. Я. Х. Нолле (1943) исследовал 6 видов подорожника и сделал вывод, что все они нетоксичны и обладают обволакивающим, слабительным действием. Изучала подорожник Г. В. Оболенцева (1966). Этими исследованиями установлен значительный противоязвенный эффект и предложен препарат плантаглюцид.

Употребляют: 1) как отхаркивающее средство — настой 1 столовой ложки измельченных листьев подорожника на 1 стакан воды пьют по 1 столовой ложке 3—4 раза в день; как вяжущее средство — применяют наружно в примочках; 2) как слабительное — семена подорожника блошного (истолченные) по 1 столовой ложке принимают внутрь или пьют на ночь отвар 1 столовой ложки семян в $\frac{1}{2}$ стакана воды; 3) для ускорения заживления ран, язв, фурункулов — делают повязки, смоченные смесью сока подорожника большого и блошного.

В результате применения внутрь сока растения повышается кислотность желудочного сока, улучшается пищеварение и общее состояние больных гастритом с пониженной кислотностью. Сок из листьев и травы подорожника большого выпускается во флаконах по 250 мл и продается в аптеках. Пьют сок по 1 столовой ложке 3 раза в день за 15—20 мин до еды. Раствор для полоскания полости рта готовят из 3—4 столовых ложек сока подорожника на 1 стакан воды.

Полынь горькая — *Artemisia absinthium L.*

Семейство астровых — *Asteraceae.*

Народные названия: *чернобыльник,*

полынь полевая, полынь белая.

Многолетнее травянистое серебристое растение с сильным ароматным запахом. Стебли прямые, ветвистые, высотой до 1 м. Листья шелковистые, серые, дваждыпе-



Полынь горькая

ристорассеченные, очередные, верхние — ланцетовидные, а ближе к цветкам — тройчатые. Цветки желтоватые, собраны в шаровидные поникшие метельчатые соцветия. Цветет в июле — августе.

Встречается почти по всей территории СССР. Растет как сорняк на влажной почве вдоль дорог, возле жилья, на пустырях и необрабатываемых полях.

Для лечебных целей используют листья и верхушки стеблей с цветками. Собирают полынь во время цветения, срезая верхушки цветonoсных стеблей с листьями длиной 25 см.

Растение содержит гликозиды (абсинтин, анабсинтин), эфирное масло, инулин, аскорбиновую кислоту, сахар, смолы, дубильные и другие вещества. Растение ядовитое.

Применение. Полынь издавна применяют как лечебное средство от многих болезней. В пародной меди-

цине ее употребляют (часто в смеси с другими травами) при диспепсии, лихорадке, глистах, как горечь в виде настоя или чая, при подагре (компрессы).

Употребляют: 1) как горечь для улучшения аппетита и возбуждения органов пищеварения — настой из 2 чайных ложек мелко нарезанной травы на 2 стакана воды пьют по $\frac{1}{4}$ стакана 3 раза в день за 30 мин до еды; 2) как успокаивающее средство при бессоннице первого происхождения — отвар 1 столовой ложки листьев и корней полыни в 1 стакане воды пьют по $\frac{1}{4}$ стакана 3—4 раза в день; 3) как горечь для возбуждения аппетита — настойку пьют за 20—30 мин до еды по 15—20 капель на прием.

Трава полыни входит в состав чаев: аппетитных № 1, 2, желчегонного.

Полынь цитварная —
***Artemisia cina* (Berg.) P. Pol.**
Семейство астровых —
***Asteraceae* (*Compositae*).**

Многолетний полукустарник с длинным мочковатым корневищем. Стебли немногочисленные, прямые, высотой до 70 см, деревянистые, с желтоватой корой. Ветви от середины и выше метельчато-ветвистые, почти прилегающие к стеблю. Листья мелкие, серовато-зеленые, перисто-рассеченные. Цветки собраны в небольшие многочисленные соцветия и корзинки, образующие густые колосовидные метелки. Цветет в августе — сентябре.

Сплошные заросли полыни цитварной встречаются в полупустынях, долинах рек Южного Казахстана (район Чимкента), в Таджикистане и долинах реки Сырдарья, где впадает река Арысь. В районе реки Арысь создана промышленная плантация цитварной полыни.

Для лечебных целей используют цветочные корзинки в стадии бутонизации (до распускания бутонов).

Заготавливают растение в два периода: 1) в июне и июле срезают траву и отправляют ее на заводы, вырабатывающие сантонин, который в это время в полыни содержится в большом количестве; 2) с начала августа до середины сентября собирают нераспустившиеся бутоны (корзинки). Распустившиеся корзинки не собирают, так как с началом цветения количество сантонина значительно уменьшается. Срезанную траву сушат на

солнце в течение нескольких дней, предохраняя от пересыхания; пересохшее сырье желтсеет и теряет лечебные свойства. Высушенное растение очищают от стеблей и примесей, просеивают через сито.

Цветки полыни цитварной содержат дарминовое эфирное масло, или дарминол, представляющий смесь ряда терпенов (цинеола, терпинеола, пинена, лактона и др.) и основное вещество — сапонины. В соцветиях или цветочных корзинках обнаружено около 2% дарминола и 2—4% сантонина. **Растение сильно ядовитое.**

Применение. Лечебные свойства растения состоят в противоглистном влиянии сантонина и отвлекающем, болеутоляющем и противомикробном действии дарминола при наружном употреблении.

Употребляют: 1) для изгнания круглых глистов — $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$ чайной ложки семян с медом или варешем дают детям, взрослым — 1 чайную ложку; 2) для изгнания остриц назначают 1 раз в сутки клизму из настоя 1 столовой ложки цитварного семени на 1,5 стакана воды. Цитварное семя ядовито, и его принимают под наблюдением врача.

Пустырник пятилопастный —
***Leonurus quinquelobatus*. Gilib.**

Семейство губоцветных —
Lamiaceae (Labiatae).

Народные названия: *сердечная трава,*
сердечник, глухая крапива.

Многолетнее травянистое растение высотой 50—200 см. Стебель прямой, разветвленный, четырехгранный, красноватый, опушенный густыми длинными волосками. Листья супротивные, черешковые, темно-зеленые, мягковолосистые, крупнозубчатые, верхние — трехлопастные. Цветки — мелкие, двугубые, розовые, собраны густыми мутовками в пазухах верхних листьев. Плод — орешек. Цветет с конца июня до сентября.

Встречается в средней и южной зоне европейской части СССР, в Средней Азии и Западной Сибири. Растет как сорняк на пустырях, вдоль дорог, на пастбищах, огородах, обрывах и сухих берегах рек, возле жилья.

Для лечебных целей используют траву пустырника пятилопастного; сбор ее проводят во время цветения,



Пустырник пятилопастный

срезая стебли с листьями и цветками не более 40 см. При поздних заготовках срезают цветущие боковые ветки, не трогая отцветшего главного стебля, а также отцветших других соцветий.

Трава пустырника содержит стероидные и флавоноидные гликозиды, стахидрин, алкалоид леонуриин, сапонины, дубильные и сахаристые вещества, следы эфирного масла.

Применение. В народной медицине пустырник используют в качестве успокаивающего и сердечного средства еще с XV—XVI веков. Применяют его также в гомеопатии. В 30-х годах XX века введен в научную медицину. В. В. Зверев и Н. В. Вершипин (1931, 1938) установили, что экстракт пустырника обладает малой токсичностью, сосудорасширяющим свойством, а седативный эффект более выражен, чем у валерианы. Пустырник пя-

тилопастный эффективен при неврозах сердца, гипертонической болезни, стенокардии, пороках сердца и миокардиострофии. В. Патер (1932) рекомендует его при базедовой болезни и эпилепсии.

Употребляют: 1) при сердечно-сосудистых заболеваниях с явлениями неврозов и при бессоннице — настой 1 столовой ложки измельченного растения на 1 стакан воды пьют по 1 столовой ложке 5—6 раз в день; 2) при гипертонической болезни в ранних стадиях, склерозе мозговых сосудов с повышенным кровяным давлением — настой смеси травы пустырника, травы сушеницы болотной, цветков боярышника и листьев омелы (по 2 столовые ложки на 1 л воды) пьют по 2 столовые ложки 3—4 раза в день. В аптеках можно купить готовую настойку пустырника и принимать при перечисленных выше заболеваниях по 30—40 капель 3 раза в день.

Ревень тангутский —
Rheum palmatum L., var. tangeticum. Maxim.
Семейство гречишных — Polygonaceae.
Народные названия: *рабарбар, китайский*
рапонтик, ревень сибирский.

Многолетнее травянистое растение высотой 1,5—2,5 м с мощной корневой системой и широким многоглавым корневищем с несколькими мясистыми корнями. Стебли прямые, высокие, толстые, полые, с красноватыми пятнышками и полосками. Прикорневые листья большие, сочные, пальчато-лопастные, зеленые. Стеблевые листья мелкие, яйцевидные. Цветки мелкие, белые или красные, многочисленные, собраны на концах стеблей и в пазухах листьев в метельчатые соцветия. Плод — красно-бурый орешек. Цветет в июне, начиная со второго, а иногда с третьего года жизни.

В диком виде растет в горах Сибири и среднеазиатских республиках. Культивируют на Украине, в Воронежской, Московской, Тульской, Новосибирской и других областях РСФСР.

Для лечебных целей используют четырехлетние корни и корневища рвения, которые собирают в августе — сентябре. При поздних сборах лекарственная ценность корней снижается.

Корни и корневища содержат 3% антрагликозидов

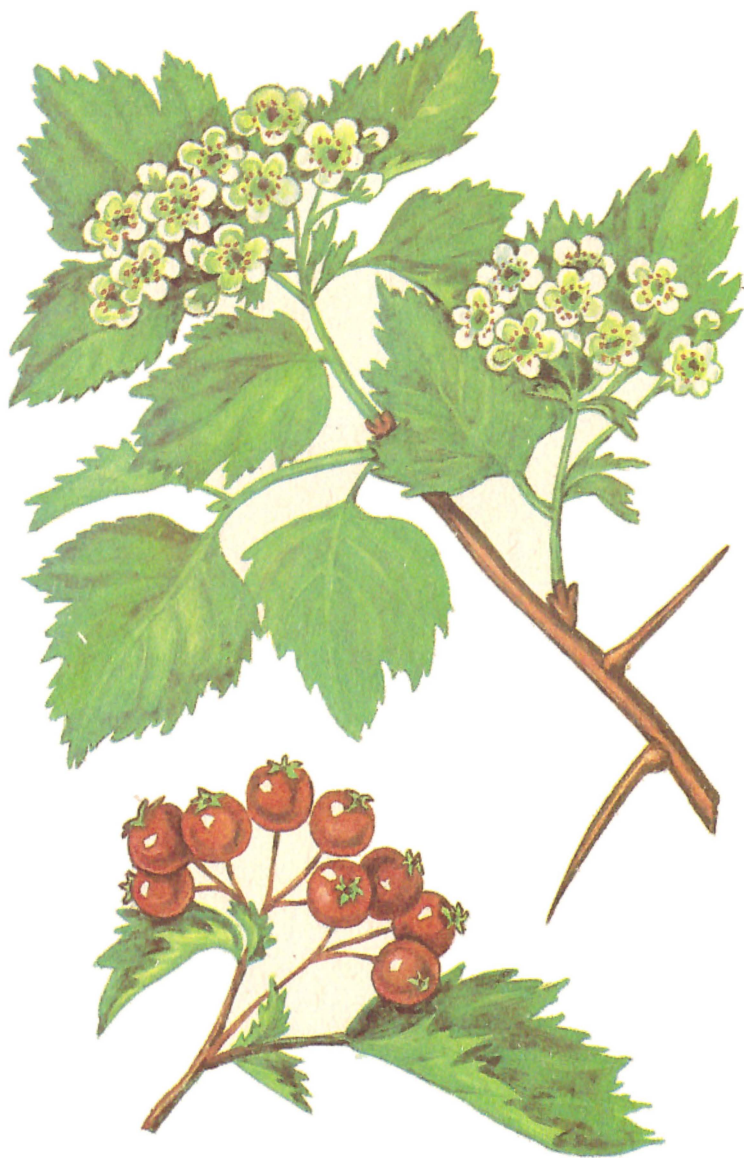
(глюкорейн, глюкоалоземодин, хризофанейн, реохризип), свободные антрахиноновые соединения (реин, реуэмодин, хризофанол, фицин), производные антраона (пальмидин А, В, С), 6—12% дубильных веществ, таногликозиды, хризофановую кислоту, смолистые и горькие вещества, красители. После расщепления в кишечнике из антрагликозидов образуется реин, реуэмодин, хризофановая кислота, которые раздражают нервные окончания стенок кишечника и вызывают слабительное действие. Горькое вещество улучшает пищеварение. Таногликозиды, соединяясь с белками, осаждают их, образуя пленку, которая защищает рецепторы слизистой оболочки кишечника от раздражения, уменьшает перистальтику их. В малых дозах препараты ревеня (0,05—0,2 г) действуют в основном за счет таногликозидов и оказывают вяжущий эффект, а в больших (0,5—2 г) — за счет антрагликозидов вызывают усиление перистальтики толстого кишечника и применяются при хронических запорах.

Применение. Корень ревеня с лечебной целью стали применять в Китае еще около 3000 лет до нашей эры. Его использовали в Древней Греции и Персии. В Европе ремень появился в период средневековья, а в России — в XVIII веке. В настоящее время он культивируется в промышленном масштабе.

Употребляют: 1) как слабительное средство — таблетки по 0,5—2 г на прием или отвар 1 столовой ложки смеси измельченного корня ревеня, коры крушины, цветков ромашки, травы пастушьей сумки, травы золототысячника, корня чистотела, листьев копытеня европейского (по 1 столовой ложке каждого) в 1 стакане кипятка — пьют в два приема через 4 часа на ночь; 2) как вяжущее, противопоносное средство — порошок корня ревеня или таблетки. Ревень входит в состав специального детского слабительного порошка и порошка при геморрое.

Редька посевная — *Raphanus sativus* L.
Семейство крестоцветных — *Cruciferae*.
Народные названия: *редька огородная,*
редька черная.

Общеизвестное двулетнее травянистое растение. Выращивают на огородах и овощных плантациях почти повсеместно. Заготавливают корни редьки в сентябре.



Боярышник кроваво-красный



Василек синий



Зверобой продырявленный



Калина обыкновенная



Кровохлебка лекарственная



Календула лекарственная



Облепиха



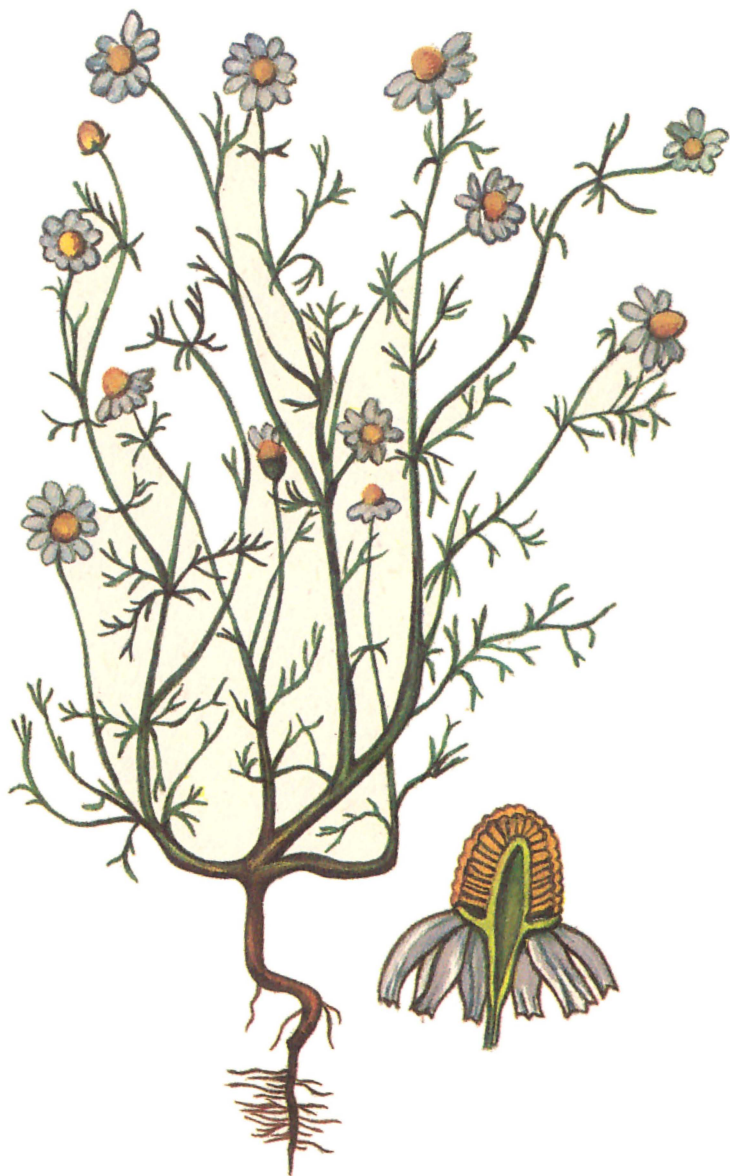
Одуванчик лекарственный



Пастушья сумка



Пижма обыкновенная



Ромашка аптечная



Тысячелистник обыкновенный



Хмель полевой обыкновенный



Черника обыкновенная



Шиповник коричный



Чистотел большой

Для лечебных целей используют корнеплод черной или белой редьки.

Корни содержат холин, аденин, агрин, гисцидин, йод, бром, витамины С, А; семена — жирное, эфирное масла, антибиотик рафанин.

Применение. В редьке много фитонцидов, губительно действующих на микроорганизмы. А. Ф. Башмуров (1951) экспериментально установил мочегонное и желчегонное действие сока редьки. Он также повышает толерантность к углеводам.

Редька возбуждает аппетит, усиливает выделение желудочного сока, улучшает пищеварение, уменьшает почечные боли и растворяет почечные камни и песок.

Употребляют: 1) как желчегонное и мочегонное средство при холецистите и желтухе — пьют свежий сок по $\frac{1}{2}$ стакана в день, постоянно увеличивая дозу до 2 стаканов; можно давать редьку вечером, измельченную на терке, по вкусу прибавляют соли и сахара, лечение продолжается в течение 6—8 недель, курс лечения рекомендуется периодически повторять; 2) как отхаркивающее средство — пьют по 1 столовой ложке 3 раза в день. При язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, колите, болезни печени редька посевная противопоказана.

Родиола розовая — *Rhodiola rosea* L.

Семейство толстянковых — Crassulaceae.

Народное название: золотой корень.

Многолетнее травянистое растение высотой до 50 см с толстым клубневидным корневищем и стержневым корнем. Поверхность корней золотистого цвета, в изломе белая, после сушки розовая. От корневищ отходит несколько простых неразветвленных стеблей высотой до 50 см. Листья сочные, очередные, сидячие, эллиптические, цельнокрайние, на верхушке с несколькими зубчиками. Цветки мелкие, желтые, на верхушке стеблей собраны в густой щиток. Плоды — листовки. Цветет родиола розовая через 10—15 дней после того, как растает снег.

Встречается в высокогорных и северных районах Приморья, на Курильских островах, в Приамурской области, северной части Сахалина, тундре, на Северном Урале, в

Сибири, на Чукотском полуострове, в горах Алтая и на Тянь-Шане, в Карпатах. Растет на увлажненных местах, по берегам горных рек и ручьев. Промышленные заготовки сырья проводить невозможно, так как запасы его почти уничтожены. Растение необходимо взять под охрану, а оставшиеся заросли использовать как базу для введения родиолы розовой в культуру.

Содержит эфирное масло (15%), дубильные вещества (до 20%), аскорбиновую и пикотиновую кислоты, флавоноиды (кверцетин, гипсозид, кемпферол, изокверцетин), органические кислоты (щавелевую, яптарную, яблочную, лимонную, галловую), сахара, жиры, воск, минеральные вещества, среди которых преобладают соединения марганца. Активным веществом родиолы розовой является гликозид салидрозид. В зависимости от условий роста, фазы развития растения содержание его колеблется от 0,5 до 1%.

Применение. Для лечебных целей используют подземные части растения, известные народной медицине Сибири под названием «золотого корня», издавна применяемого для повышения умственной и физической работоспособности. В практику научной медицины растение введено после изучения его действия учеными Сибири. Профессор А. С. Саратиков с сотрудниками (1947) при фармакологическом исследовании родиолы розовой установил стимулирующее и адаптогенное свойства ее.

Препараты золотого корня существенно повышают работоспособность и сокращают восстановительный период после напряженной работы. При систематическом их приеме нормализуется сон и аппетит, исчезает раздражительность и неприятные ощущения в области сердца, улучшается память и внимание (А. Д. Турова, 1954). Действие препаратов золотого корня приравнивается многими учеными к действию женьшеня, элеутерококка и других растений этой группы.

Благоприятное действие экстракта родиолы розовой отмечается при гипертонии, понижении слуха. Экстракт темно-бурого цвета, со своеобразным ароматным запахом, продается в аптеках. Принимают его по 10 капель 3 раза в день в течение 10 дней. В дозе по 40 капель препарат вызывает у больных через 2—3 дня приема повышенную раздражительность, бессонницу, неприятные ощущения в области сердца и т. п.

Ромашка аптечная —
***Matricaria chamomilla* L. (*M. reculita* L.).**
Семейство астровых—*Asteraceae* (*Compositae*).
Народные названия: *румянок, руменка,*
романок, роман, луговик, камилка.

Однолетнее травянистое растение высотой до 50 см с разветвленным стеблем, приятным запахом. Листья очеренные, продолговатые, дваждыперисторассеченные на узкие линейные доли. Цветки собраны в одиночные корзинки на концах длинных цветоносов. Цветочные корзинки состоят из краевых белых и средних желтых цветков. Плоды — семянки бурого цвета. Цветет почти все лето (с мая по сентябрь).

Встречается в средней и южной зонах европейской части СССР, на юге Украины, в Молдавии, на Северном Кавказе. Растет как сорняк по огородам, садам, полям, около жилья, у дорог, а также культивируется на плантациях лекарственных растений.

Для лечебных целей используют цветочные корзинки, которые собирают без цветоносов в начале цветения растения, очищают от ножек и сушат в тени, на чердаках, расстилая тонким слоем.

Применяют и заготавливают также ромашку безязычковую (*M. matricarioides* (Less.) Porter ex Britton) — очень душистое растение. Стебель разветвленный, высотой до 20 см. Листья мелко рассеченные на узкие доли. Цветочные корзинки зеленоватые, без язычковых цветков, на коротких цветоножках. Цветоложе коричневое, в середине полое. Цветет в июне — августе.

Встречается повсеместно, в том числе в Западной Сибири, на Дальнем Востоке. Растет вдоль дорог, на огородах.

Цветки ромашки содержат до 0,8% эфирного масла, горький гликозид, антемисовую кислоту, производные кумарина — азулен, хамазулеп.

Применение. Установлено, что азулен обладает противовоспалительным действием, а горький гликозид снимает повышенный тонус гладкой мускулатуры (спазмолитический эффект). Настой из ее соцветий при непосредственном нанесении на кожу, слизистые оболочки или раны оказывает вяжущее и ранозаживляющее действие.

Ромашку применяли еще в древности Гиппократ, Ди-

оскорид, Плиний для лечения болезней печени, почек, мочевого пузыря, головных болей и т. п. В народной медицине ромашку аптечную используют как мочегонное и потогонное средство.

Употребляют: 1) при воспалении слизистых оболочек ротовой полости, горла, десен — настой 1 столовой ложки цветов ромашки в 1 стакане кипятка применяют для полосканий, примочек, промываний ран, язв, спринцеваний. Этот же настой используют в клизме (1 стакан настоя разводят в 1 л воды), или пьют по 1 столовой ложке 3—4 раза в день как ветрогонное средство при вздутии живота, спазмах кишечника и при желчно-каменной болезни; 2) при воспалительных процессах слизистой оболочки желудка и кишечника (гастрит и энтерит) — отвар из 2 чайных ложек смеси цветков ромашки, травы полыни, листьев мяты перечной, листьев шалфея и травы тысячелистника обыкновенного (по 2 чайные ложки) в 1 стакане воды пьют горячим натошак по $\frac{1}{2}$ стакана 2 раза в день; 3) при вздутии и болях в животе — настой смеси 2 столовых ложек цветков ромашки, семян укропа, корня алтея (по 2 чайные ложки), корня солодки и листьев мяты (по 2 столовые ложки) на 2 стакана воды пьют в течение дня по $\frac{1}{4}$ стакана; 4) как успокаивающее средство, при кишечных коликах — настой 1 чайной ложки смеси цветков ромашки, листьев мяты перечной, корней валерианы и фенхеля (по 2 столовые ложки) на 1 стакан кипятка пьют по 2 столовые ложки 6 раз в день; 5) при почечной колике — настой 1 столовой ложки смеси цветков ромашки, листьев мяты перечной, листьев дымянки аптечной, травы чабреца, травы лапчатки прямостоячей (по 1 столовой ложке) на 1,5 стакана кипятка принимают по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

Цветки ромашки входят в состав чаев: мягчительных № 1, 2, ветрогонного № 2, сбора для полоскания горла № 2, успокоительных чаев.

Рута пахучая — *Ruta graveolens* L.

Семейство рутовых — Rutaceae.

Народные названия: *садовая рута, рута душистая, зимозелень.*

Многолетнее травянистое серовато-зеленое очень душистое растение. Стебель прямой, разветвленный, гладкий, высотой 30—100 см. Листья очередные, продолго-

вато-яйцевидные, дважды- или триждыперисторассеченные, с просвечивающимися крапчатыми железками. Цветы зеленовато-желтые на коротких цветоножках, собраны в щитковидную метелку с ароматным запахом, на вкус острые, пряные, горькие. Цветет в июне — июле, частично в августе.

Встречается в диком виде в Крыму, культивируется в огородах и садах.

Для лечебных целей используют листья. Собирают их в начале цветения растения (июнь — июль).

Рута пахучая содержит гликозид рутин, эфирное масло, горечь, рутовую и яблочную кислоты, 0,5—1% кумариноподобных соединений, ароматические кетоны, алкалоид кокуксагин и др. **Растение ядовитое.**

Применение. Рута — древнейшее лекарственное растение. Гиппократ, Гален, Dioscorid применяли его как мочегонное, противосудорожное, спазмолитическое средство. Используют при расстройстве нервной системы, маточных кровотечениях, при суставном ревматизме и радикулите.

В аптеках имеется препарат рутина, который назначают в случаях повышенной проницаемости сосудов, а также при лечении неодикумарином и другими антикоагулянтами.

Препараты руты употребляют только по рекомендации врача.

Рябина обыкновенная — *Sorbus aucuparia* L. Семейство розоцветных — *Rosaceae*.

Дерево высотой 4—15 м. Кора гладкая. Ветки молодые, опушенные, почки конусовидные, красно-фиолетовые. Листья очередные, непарноперистые. Цветки мелкие, белые, душистые, собраны в густые щитковидные соцветия. Плоды мелкие шаровидные, сочные, блестящие, оранжево-красные, терпкие, после замораживания приятные, горьковато-кислые. Рябина — хороший медонос. Цветет в мае—июне. Плодоносит в конце августа — сентябре, плоды остаются на деревьях до поздней зимы.

Встречается повсеместно, кроме Крайнего Севера. Растет на солнечных лужайках, опушках лесов, каменистых склонах, крутых берегах рек, в смешанных и хвойных лесах. Культивируется в парках и садах как деко-



Рябина обыкновенная

ративное растение. В Крыму растет рябина с большими грушеобразными плодами (*S. domestica* L.).

Для лечебных целей используют плоды (ягоды). Собирают их в конце августа, сентябре, октябре. Сушат в сушильках, печах, расстилая тонким слоем.

Рябина содержит аскорбиновую кислоту (до 4 г/л), витамин Р, каротиноиды, сахар, горькие и дубильные вещества, яблочную и лимонную кислоты. В семенах имеются амигдалин и жирное масло.

Применение. Рябина обыкновенная обладает ценными вяжущим (противопоносным) и витаминным действиями. Плоды представляют интерес для пищевой промышленности (свежие плоды сохраняются всю зиму), они входят в состав поливитаминных смесей, из них готовят сиропы, варенье. В народной медицине плоды рябины издавна используют для лечения цинги, как мочегонное и кровоостанавливающее средство, при заболеваниях печени, геморрое.

Употребляют: как мочегонное средство — настой или отвар 1 столовой ложки ягод в 1 стакане кипятка пьют по 1 столовой ложке 3—4 раза в день; настой сме-

си ягод рябины и шиповника (по $\frac{1}{2}$ столовой ложки) в 2 стаканах воды употребляют по $\frac{1}{4}$ стакана 2—3 раза в день.

Рябина черноплодная
(арония черноплодная) —
***Aronia melanocarpa* (Michx) Elliot.**
Семейство розоцветных — Rosaceae.

Небольшой густоветвистый кустарник высотой до 2,5 м. Листья очередные, похожие на вишневые, блестящие, ярко-зеленые. Цветки белые или розовые, пятилепестковые, собраны в щитковидные соцветия. Плоды шаровидные, черные, сочные, 5—15 мм в диаметре, созревают в августе—сентябре (собирают в сентябре—октябре). Цветет в мае—июне.

Встречается в диком виде в восточных районах Северной Америки. В нашей стране культивируется как ценное лекарственное и декоративное растение. Промышленные плантации аронии черноплодной имеются на Украине, Алтае, под Москвой и Ленинградом, в Пензенской области.

Плоды рябины черноплодной содержат флавоноиды (гесперидин, рутин, кверцетин), производные цианидина, органические кислоты (0,8%), витамин Р (500 г/л), никотиновую кислоту (0,002—0,007 г/л), тиамин, каротин (0,044—0,056 г/л), сахар, дубильные и пектиновые вещества (0,48), микроэлементы (бор, фтор, медь, молибден, марганец, магний, йод, железо). В листьях и цветках находятся рутин, гиперозид, производные кверцетина, большое количество хлорогеновой и неохлорогеновой кислот.

Применение. Для лечебных целей используют свежий сок, плоды, повидло, компот. Их рекомендуют при гипертонической болезни, атеросклерозе, геморрагическом диатезе, различных кровотечениях, при лечении больных антикоагулянтами как профилактическое средство, при ожогах. В плодах аскорбиновой кислоты немного, поэтому при приготовлении настоев к ним добавляют плоды шиповника или смородины. При гипертонии употребляют свежий сок из ягод и компоты—по $\frac{1}{2}$ стакана натощак в течение 15 дней. Лечение соком и плодами рябины черноплодной противопоказано при язвенной

болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, при гиперацидном гастрите (усиливается выделение желудочного сока), при повышенной свертываемости крови.

Синюха голубая — *Polemonium coeruleum* L.

Семейство синюховых — Polemoniaceae.

Народные названия: *синюха лазурная, брань-трава.*

Многолетнее травянистое растение высотой до 1 м с коротким толстым корневищем и многочисленными длинными тонкими корешками. Стебли прямостоячие, неветвистые. Листья большие, очередные, непарноперистолостные, продолговато-ланцетные, заостренные, нижние листья черешковые, верхние — почти сидячие, цельнокрайние. Цветки крупные, ярко-синие или темно-лиловые, душистые, собраны в метельчатые соцветия. Плод — шаровидная трехгнездная многосеменная коробочка. Цветет в июне — июле. Хороший медонос.

Встречается в лесной и лесостепной зонах европейской территории СССР, Восточной и Западной Сибири. Растет на сырых лугах, болотах, полянах, опушках лесов, в огородах, по берегам рек, среди кустарников. Растение введено в культуру.

Для лечебных целей используют корневище с корнями, реже — траву (стебли, листья, цветки). Корневище с корнями собирают в августе — сентябре, траву — в июне — июле.

Корневище и корни синюхи содержат тритерпеновые сапонины (до 30%), смолы (1,25%), органические кислоты, эфирное и жирное масло, крахмал.

Применение. В народной медицине синюху используют вместе с корнями валерианы в качестве успокаивающего и противосудорожного средства, при эпилепсии и бессоннице.

М. Н. Варлаков (1932) после экспериментальных исследований предложил синюху как отхаркивающее средство вместо импортной сенеги. Клинические наблюдения подтвердили ценность препаратов синюхи, и в настоящее время их широко используют при бронхите и туберкулезе. В. В. Николаев (1941), Г. А. Цофина и др. (1966) установили успокаивающее действие препаратов растения. Экстракты из корней синюхи оказались активнее

валерианы. Препараты синюхи назначают при психических и нервных заболеваниях. Настой из смеси синюхи голубой и сушеницы болотной эффективен при язве желудка.

Употребляют: 1) как отхаркивающее и успокаивающее средство — настой или отвар 1 чайной ложки измельченного корня синюхи в 1 стакане воды принимают по 1 столовой ложке 3—5 раз в день через 2 ч после еды; при остром и хроническом бронхите назначают внутрь жидкий экстракт по 20—30 капель 3—5 раз в день; 2) при язвенной болезни желудка — настой или отвар 2 чайных ложек синюхи в 1 стакане воды пьют по 1 столовой ложке 3 раза в день после еды и одновременно настоем 1 столовой ложки сушеницы болотной в 1 стакане воды пьют по 3 столовые ложки 3 раза в день до еды.

Смородина черная — *Ribes nigrum* L.
Семейство камнеломковых — Saxifragaceae.

Ветвистый кустарник высотой 1—1,5 м. Почки бледно-зеленые с карминовым оттенком, развиваются к осени и зимуют на ветках. Листья черешковые, душистые, снизу покрыты золотистыми крапчатыми железками, содержащими эфирное масло. Цветки мелкие, зеленоватые, собраны в поникшие кисти. Плод — круглая, черная, душистая, кисло-сладкая ягода, в мякоти которой находится большое количество красно-бурых семян. Цветет в мае — июне. Плоды созревают в июле — августе.

Встречается почти на всей европейской территории СССР, особенно в Центрально-черноземной зоне, на Украине, Кавказе, Сибири. Широко культивируется. Растет в диком виде на влажных местах, по берегам рек, в кустарниках.

Для лечебных целей используют ягоды, почки, листья.

Ягоды содержат до 12,8% сахаров, органические кислоты (лимонную, яблочную, виноградную), пектин, до 0,4% аскорбиновой кислоты, до 0,003% каротина. В листьях и почках имеется до 0,7% эфирного масла и цимола, дубильные и красящие вещества. Из смородины получают аскорбиновую кислоту.

Применение. Из свежих ягод делают сок, джем, кисель. Очень полезна смородина, растертая с сахаром. Из высушенных ягод готовят отвар. Смородину рекомен-

дуют в качестве потогонного, противопонного и мочегонного средства, при малокровии, недостатке в организме витаминов, при простудных заболеваниях, для улучшения аппетита.

Употребляют: 1) как противопонное средство — сок ягод пьют по 2—3 столовые ложки 3 раза в день; отвар 2 столовых ложек свежих ягод в 1 стакане воды или кисель с добавлением 1 столовой ложки крахмала и сахара по вкусу пьют по 1—2 стакана 3 раза в день; 2) как мочегонное средство — отвар 2 столовых ложек высушенных ягод смородины в 1 стакане воды пьют по 1 столовой ложке 3—4 раза в день.

Ягоды смородины входят в состав чаев: витаминного № 1 и поливитаминного.

**Солодка голая — *Glycyrrhiza glabra* L.
Семейство бобовых — *Fabaceae* (*Leguminosae*).**

Многолетнее травянистое растение с толстым деревянистым корневищем, от которого во все стороны отходят побеги-столоны и один стержневой корень, прорастающий глубоко в землю, на изломе светло-желтый. Стебли растения маловетвистые, высотой 0,5—1,5 м. Листья очердные, непарноперистые, с клейкими крапчатыми железками. Цветки блесовато-фиолетовые, собраны в соцветие. Плод — удлинённый (2—3 см) боб. Цветет в июне — августе.

Встречается на Северном Кавказе, в Дагестане, Азербайджане, Средней Азии, на Украине; особенно большие заросли на левобережье Амударьи выше города Чарджоу. Растет на песчаной и солопчаковой почве, по берегам степных речек.

В указанных районах корень солодки заготавливают осенью (сентябрь — октябрь) или ранней весной (март — апрель). В результате массовых сборов растения запасы сырья быстро уменьшаются. Растение необходимо ввести в культуру и создать заказники. Очищенные и неочищенные высушенные корни солодки в больших количествах идут на экспорт. Из неочищенных корней на наших заводах получают экстракт, который используют с лечебной целью.

Корень солодки содержит глицирризин (6%), флавоноиды (ликвиритин, ликвиритозид, бета-ситостерин), пектин, сахар, крахмал, слизистые и другие вещества.

Применение. Корень солодки (в виде порошка, экстракта, сиропа и т. д.) рекомендуют как отхаркивающее, смягчительное и слабительное средство (при хронических запорах). Экспериментально установлен противозастойный эффект препаратов солодки. В пищевой промышленности корень солодки используют при изготовлении лимонада и кваса.

Употребляют: 1) как легкое слабительное, в частности при геморрое, — сложный лакричный порошок (имеется в аптеках) принимают по 1 чайной ложке, предварительно смешав в $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$ стакана горячей воды, — утром натощак для взрослых и по $\frac{1}{4}$ чайной ложки на прием детям; 2) как отхаркивающее средство при кашле — грудной эликсир, содержащий корень растения, пьют по 20—40 капель 3—4 раза в день; детям 5—12 лет дают сироп корня солодки по 5—10 капель 3—4 раза в день.

Корень солодки входит в состав чаев: грудных № 2, 3, 4, желудочного № 2, мочегонного № 1, 2 и сложнолакричного порошка (слабительного).

Сосна обыкновенная — *Pinus silvestris* L. Семейство сосновых — Pinaceae.

Дерево достигает 30—40 м высоты и имеет прямой ствол и круглую пирамидальную крону. Кора легко отделяется; у старых деревьев красновато-бурая с трещинами, выше на ветвях желтоватая, шелушится. Иглы хвой сизо-зеленые, жесткие, расположены попарно, гладкие, острые, длиной 5—7 см. Молодые почки (будущие побеги) яйцевидно-конические, смолистые, густо покрыты бурыми, спирально расположенными, заостренными, бахромчатыми чешуйками.

Встречается на всей территории СССР, за исключением степных районов юга и Средней Азии. Растет в чистых и смешанных лесах, обычно на песчаной почве, горных каменистых склонах, в долинах рек.

Для лечебных целей используют сосновые почки, которые собирают ранней весной, когда они находятся в стадии набухания, но еще не распустились, а также зимой со срубленных деревьев. Во время сбора следят за верхушками почек — они должны быть замкнутыми. Если чешуйки раскрылись, их не следует брать. Запах вы-

сушеных почек ароматный, смолистый, вкус горьковато-смолистый.

Сосновые почки содержат смолу, эфирное масло, скипидар, крахмал, пипицикрин, горькие и дубильные вещества, аскорбиновую кислоту, минеральные соли.

Применение. В лечебной практике используют не только почки, но и другие продукты, получаемые из сосны, — скипидар, терпентинное масло, сосновый деготь, канифоль, хвойную пасту и т. д. Скипидар широко применяют в качестве раздражающего и отвлекающего средства. Сок сосны — живица — оказывает на организм человека дезинфицирующее и общеукрепляющее действие. Сосну и препараты из нее назначают при ревматизме, невралгии и в ингаляторах для дезинфекции при болезнях легких. Отвар сосновых почек (шишск) эффективен как мочегонное и отхаркивающее средство. Экстракты хвои рекомендуют для лечебных ванн, а из листьев готовят высокоэффективный противочинготный препарат.

Употребляют: 1) как отхаркивающее и дезинфицирующее средство — настой или отвар 1 столовой ложки почек на 1 стакан воды принимают по 1 столовой ложке через 2—3 ч или пьют настойку по 20—30 капель 3—4 раза в день; 2) для ванн берут 3 стакана сосновых почек на 3 ведра воды; 3) при невралгии, мышечных болях, ревматизме — скипидар в смеси с хлороформом и подсолнечным маслом по 1 столовой ложке (втирают в область суставов, в кожу болезненного участка); 4) как общеукрепляющее — настой из 4 стаканов измельченной хвои на 2,5 стакана холодной кипяченой воды (настаивать в темном месте в течение 2—3 дней, затем процедить) пьют по 1 стакану в день.

Сосновые почки входят в состав грудного чая.

Спорынья — *Claviceps purpurea* Tul.

Класс сумчатых грибов (аскомицетов) — *Ascomycetes*.

Семейство спорыньевых — *Clavicipitaceae*.

Народные названия: *маточные рожки, черные рожки, головня.*

Ядовитый гриб в виде удлиненного, немного изогнутого, трехгранного, заостренного рожка, черно-фиолетового цвета, длиной 2—4 см и толщиной 3—5 мм, паразитирует на ржи, реже на других культурных и дикорас-

тущих злаках. Спорынья четко выделяется на колосках, ее хорошо видно на расстоянии. Она наносит большой ущерб урожаю. Во время уборки ржи спорынья опадает на землю и лежит там до весны, а весной, прорастая, образует аскоспоры, которые созревают в период цветения ржи, пшеницы, овса и разносятся ветром, попадая на завязи злаков. Здесь из аскоспоры развивается грибка с большим числом конидиеспор, которые склеены липкой жидкостью (так называемой медяной росой), они также заражают здоровые цветки. Завязи, пораженные аско- и конидиеспорами, разрастаясь и уплотняясь, превращаются в рожки (склероции).

Спорынья не имеет определенных районов произрастания и развивается в зависимости от чистоты посевного зерна, от условий агрохимической обработки полей и ухода за ними, от погоды. Влажная погода способствует развитию спорыньи. Заготовки рожок можно проводить в нечерноземных, центрально-черноземных областях, Поволжье, а также в Белоруссии, на Украине, в Сибири.

Рожки используют для изготовления лекарств на предприятиях химико-фармацевтической промышленности. Собирают их руками с колосков ржи или на хлебоприемных пунктах при очистке семян. Сушат на чердаках под железной крышей, в хорошо проветриваемом помещении. Запах слабый, грибной.

В спорынье содержатся алкалоиды эрготоксин, эрготамин, эргометрин, ацетилхолин, гистамин, тирамин и некоторые другие вещества. **Растение сильно ядовитое.**

Применение. Под влиянием спорыньи мускулатура матки сокращается, сдавливаются кровеносные сосуды, кровотечение уменьшается или прекращается. Препараты спорыньи широко применяют в акушерско-гинекологической практике при маточных кровотечениях, особенно в послеродовом периоде, и только по назначению врача.

Стальник полевой — *Ononis argvensis* L.

Семейство бобовых — *Fabaceae*.

Народные названия: *бычья трава, бояр-зелье, вовцюг.*

Многолетнее опушенное травянистое растение. Корень длинный, многоглавый, внизу ветвистый. Стебель прямой, высотой до 80 см, красно-бурый, разветвленный.

Листья короткочерешковые, нижние — тройчатые, верхние — овальные, края острозубчатые, железисто-опушенные, липкие, с неприятным запахом. Цветки большие, розовые, по два на коротких цветоносах в пазухах листьев верхней части стебля и веток, образуют густые колосовидные соцветия. Цветет в июле, плодоносит в августе.

Встречается в лесостепной и степной зоне (за исключением Крыма), на Кавказе, в Сибири, на Южном Урале, в Алтайском крае. Растет на глинистых, известковых и черноземных почвах, заливных лугах, полях, по берегам рек, среди кустарников.

Для лечебных целей используют корни и отдельно листья растения. Листья собирают в июне — августе, а корни — в сентябре — октябре.

В корнях имеются сапонины (оноцерол), гликозиды (ононин, оноцерин, ононид), дубильные вещества, эфирное масло, смолы.

Применение. Стальник полевой — старинное лечебное средство, известное еще со II столетия до нашей эры. Древнеримский врач Гален считал его хорошим мочегонным средством. Стальник полевой регулирует функцию кишок, обладает кровоостанавливающим, мочегонным действием. В научной медицине препараты стальника полевого рекомендуют при геморрое (легкое слабительное).

Употребляют: как мочегонное, кровоостанавливающее и антигеморройное средство — отвар 1 столовой ложки высушенных измельченных корней на 1 л воды (кипятить до упаривания жидкости на $\frac{1}{2}$ первоначального объема) процеживают и пьют по $\frac{1}{4}$ стакана 3 раза в день перед едой в течение 3—4 недель (через каждые 3 дня делают перерыв на 1 день); отвар можно приготовить из смеси 2 столовых ложек измельченных корней и 4 столовых ложек листьев, взятых на 2 стакана воды (кипятить до $\frac{1}{2}$ объема), и пить по 1—2 столовые ложки 5—8 раз в день; настойку стальника полевого (продается в аптеке) — по 40—50 капель 3 раза в день за 30 мин до еды пьют в течение 2—3 недель; по 1 чайной ложке 2 раза в день перед едой — как слабительное.

Стальник полевой считается хорошим медоносом. Листья и стебли дают желтую и зеленую краску. Сельскохозяйственными животными не поедается.

**Стеркулия платанолистная —
Firmiana platanifolia Schott et Endl.
(Sterculia platanifolia L.).**

Семейство стеркулиевых — Sterculiaceae.

Субтропическое дерево с круглой кроной до 15 м высоты, напоминающее платан или клен. Кора гладкая, буроватого или светло-желтого цвета. Листья очередные, большие, длиной до 35 см с трех-пятирассеченными лопастями. Цветки мелкие, зеленовато-желтые, собраны в метельчатые соцветия, размером до 35 см. Плоды растрескиваются до вызревания семян, семена съедобные, приятного вкуса.

Районы природного распространения — Индокитай, юг Китая, Япония, Тайвань, Филиппины. В нашу страну стеркулия завезена в 1814 году и сейчас выращивается как декоративное дерево на Черноморском побережье Кавказа, Крыма, а также в Туркмении, Узбекистане и Таджикистане.

Для лечебных целей используют листья, собранные в начале цветения.

Листья содержат эфирное масло (0,075%), органические кислоты (2,5%), смолы (4,85%), следы алкалоидов; в семенах обнаружены кофеин, теобромин, органические кислоты (0,4%), жирное масло (26%).

Применение. Настойку стеркулии получают на заводах химико-фармацевтической промышленности. Назначают препарат при физической и умственной усталости, астеническом состоянии, после тяжелых истощающих заболеваний. Принимают по 20—25 капель 2—3 раза в день перед едой. Не рекомендуется употреблять настойку на ночь.

**Сушеница болотная —
Sphenacium uliginosum L.
Семейство астровых — Asteraceae.**

Народные названия: *жабья трава,
сушеница топяная.*

Однолетнее травянистое, сероватое, шерстисто-войлочное растение с тонким небольшим корнем. Стебель высотой 10—30 см, от основания распростертоветвистый. Листья очередные, мелкие, линейно-ланцетные, туповатые, к основанию суженные. Цветки очень мелкие, свет-



Сушеница болотная

ло-желтые, собраны в корзинки на верхушках веток и окружены верхними лучисто расходящимися листьями. Цветет с июня по август.

Встречается в лесной и лесостепной зоне средней полосы европейской части СССР и в Сибири, кроме южных районов. Растет на болотистых и влажных местах, по берегам озер и рек, на заливных лугах, в канавах, реже как сорняк на полях и огородах среди картофеля и т. п. Сбор и заготовку сырья можно проводить в Бе-

лоруссии и на Украине, в Ленинградской, Московской, Рязанской областях, в Сибири.

Для лечебных целей используют траву сушеницы болотной, которую собирают в период цветения. Другие виды — сушеницу желтовато-белую, сушеницу лесную, жабник полевой — не заготавливают.

Сушеница болотная содержит алкалоидоподобные вещества, фитонциды, фитостерины и каротины (до 0,55 г/л), аскорбиновую кислоту, эфирное масло, дубильные (до 4%), красящие (до 16%) вещества, смолы, жиры и другие компоненты.

Применение. Экспериментальными и клиническими наблюдениями установлено, что настой травы сушеницы болотной расширяет периферические сосуды, понижает артериальное давление и урежает сердечные сокращения. У большинства больных язвенной болезнью настоем травы растения улучшает общее самочувствие, утоляет боль, они прибавляют в весе.

Употребляют: при гипертонической болезни и бессоннице — настоем 1 чайной ложки травы на 1 стакан воды пьют по 1 столовой ложке 3—4 раза в день перед едой; настойку растения принимают по $\frac{1}{2}$ чайной ложки 3 раза в день до еды. Для ускорения эффекта с приемами настоя делают ножные ванны — 500 г сухой травы на ведро воды; продолжительность приема ванн 30 мин при температуре 35—37°C.

В народной медицине сушеницу болотную применяют как ранозаживляющее и сосудорасширяющее средство. Для лечения язв, ран, ожогов используют мазь травы — 2 чайные ложки измельченной травы на $\frac{1}{4}$ стакана льняного масла. Ею смазывают пораженные места и употребляют для тампонов и повязок.

Сферофиза солонцовая —
***Sphaerophysa salsula* (Pall.) D. C.**
Семейство бобовых — Fabaceae (Leguminosae).

Многолетнее травянистое растение. Стебли высотой 30—90 см, серовато-зеленые. Листья непарноперистые, продолговато-овальные, снизу опушенные, сверху выемчатые. Цветки красные, собраны на верхушках в кисти. Плоды — вздутые шаровидные бобы с округло-почковидными семенами. Цветет в мае — июле.

Встречается в Средней Азии, Восточном Закавказье,

изредка в южных районах Сибири. Заготавливают главным образом в Казахстане в районах Чимкентской области. Растет на влажной, засоленной почве в пустыне, полупустыне, степи, долинах рек и возле арыков, часто вместе с солодкой, как сорняк на хлопковых плантациях и полях люцерны.

Для лечебных целей используют траву, которую собирают во время цветения.

Трава содержит алкалоид сферофизин. **Растение ядовитое.**

Применение. Промышленность выпускает препарат сферофизина бензоат для снижения повышенного кровяного давления, стимуляции родовой деятельности, а также для более быстрой инволюции матки в послеродовом периоде и при кровотечении после родов. В аптеках имеются сферофизина бензоат в таблетках (0,03 г) и в растворе (1% 1 мл), назначаемые врачом.

Таволга вязолистная —
Filipendula ulmaria (L.). Maxim.
Семейство розоцветных — Rosaceae.

Народные названия: *лабазник вязолистный, душица.*

Многолетнее травянистое растение высотой до 1,8 м с прямыми, вверху разветвленными стеблями. Листья прерывчато-перистоперистые, сверху темно-зеленые, снизу беловатые, войлочные. Цветки мелкие, желтовато-белые, собраны в метельчатые соцветия на верхушке стебля. Плоды — сборные семяпки. Цветет в июне — июле.

Встречается в средней и северной полосах европейской части СССР, на Кавказе, в Средней Азии, Сибири, на Урале. Растет в изобилии на влажных лугах, среди кустарников, по сырым местам.

Для лечебных целей используют траву (собирают летом) и корни растения (собирают осенью).

Трава содержит эфирное масло, салициловую кислоту, ванилин, воск, жир, дубильные и красящие вещества, гликозид — спирейн и др.

Применение. В народной медицине таволгу вязолистную используют в качестве мочегонного, потогонного средства, при болезнях мочевого пузыря, подагре, ревматизме, болях в желудке, для промывания долго не заживающих ран, язв.

Употребляют: 1) как слабоявляющее средство при кровотечениях, поносах—настой 1 чайной ложки травы растения в 1 стакане воды (настаивать 8 ч в остуженной кипяченой воде, процедить) пьют по $\frac{1}{4}$ стакана 4 раза в день до еды; 2) как потогонное средство—настой 2 чайных ложек травы таволги в 1,5 стакана кипятка (настаивать 3—4 ч, процедить) пьют по $\frac{1}{4}$ стакана 4 раза в день до еды.

Термопсис ланцетный —

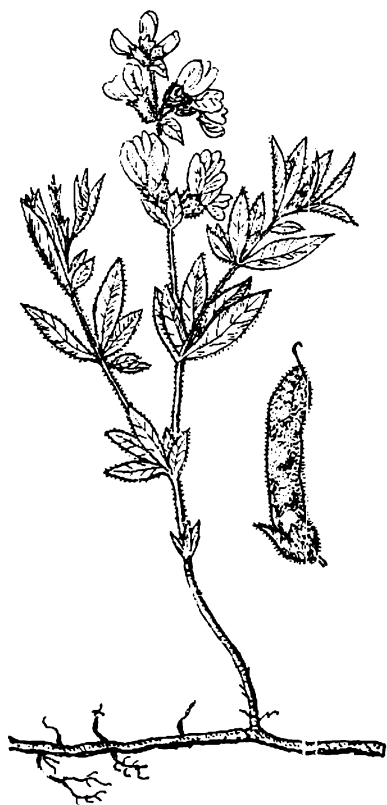
Thermopsis lanceolata R. Br.

Семейство бобовых — Fabaceae.

Народные названия: *мышатник, пьяная трава.*

Многолетнее растение с неприятным мышиным запахом, высотой до 40 см. Корневище тонкое, длинное, разветвленное. Стебель прямой, простой или ветвистый, покрытый мягкими беловатыми отстоящими волосками. Листья серовато-зеленые, продолговатые, к верхушке заостренные, сверху голые, снизу прижатоволосистые, с двумя большими ланцетовидными прилистниками. Цветки желтые, крупные, собраны в верхушечную кисть. Венчик пятилепестковый. Плод — продолговато-линейный боб. Семена зеленовато-черные, шаровидно-яйцевидные. Цветет в июне—июле, плоды созревают в сентябре.

Распространен в степях Забайкалья, в Западной и Восточной Сибири, Казахской ССР, Киргизской ССР, Заволжье,



Термопсис ланцетный

Башкирии, встречается на Кавказе. Растет на влажных лугах, пологих склонах, низменных, солонцеватых местах, в степях, долинах, часто встречается как сорняк в посевах.

Для лечебных целей используют траву растения, которую собирают во время цветения (в июне — июле). При сборе травы термопсиса и работе с сырьем (сушка, просеивание и т. п.) необходимо соблюдать осторожность.

Термопсис содержит алкалоиды термопсин, цитизин, пахикарпин, метилцитизин, анагириин, сапонины, эфирное масло, сахар, слизь, вяжущие вещества. **Растение ядовитое.**

Применение. Впервые траву термопсиса изучил в 1933 году М. Н. Варлаков и установил отхаркивающее действие настоя и порошка из растения. Настой травы термопсиса заменяет импортное растение ипекакуану.

Употребляют: как отхаркивающее средство — настой $\frac{1}{4}$ чайной ложки травы на 1 стакан воды пьют по 1 столовой ложке 3—4 раза в день. Сухой экстракт термопсиса в виде таблеток продается в аптеках и назначается по таблетке 2—3 раза в день. Порошок из травы оказывает губительное действие на насекомых. Алкалоид цитизин, содержащийся в растении, возбуждает дыхательный центр сильнее лобелина.

Тмин обыкновенный — *Саgит саgvi* L.
Семейство селеровых (зонтичных) —
Ariaceae (*Umbelliferae*).
Народное название: *дикий анис*.

Двулетнее (озимое) растение. Стебель голый, прямой, разветвленный, высотой около 80 см. Листья очередные, дважды-триждыперисторассеченные, с линейными острыми долями, у основания с пленочными, немного вздутыми влагалищами. Цветки мелкие, белые или розовые, собраны в сложные зонтики с 8—16 лучами. Плод состоит из двух темно-бурых полуплодиков с пятью светлыми ребрышками у каждого. Цветет в мае — июне, плодоносит в июле — августе.

Встречается на Украине, Белоруссии, в Чувашии, Татарии, Башкирии, на Кавказе, в Сибири, в северных

районах Средней Азии. Растет на влажных лугах, опушках, в разреженных лесах, на обочинах дорог, в южных областях — в долинах рек.

Для лечебных целей используют плоды тмина. Собирают их в июле — августе до полного созревания, когда плоды первых зонтиков побурели, а остальные еще зеленые. Надземные части растения срезают серпом и в снопиках свозят в помещение для дозревания, затем обмолачивают, семена очищают и просеивают. Сушат их в хорошо проветриваемых помещениях, в тени. Запах тмина острый, ароматный, вкус горьковато-пряный, жгучий.

Содержит 3—6% эфирного масла, состоящего из различных терпенов (карвона, лимонена, дигидрокарвона, дигидрокарвосола), флавопиды и 20% белковых веществ.

Применение. В научной медицине масло тмина используют как отхаркивающее, слабительное и ветрогонное средство. Назначают его по 1—3 капли 3 раза в день или настойку тмина по 1 чайной ложке 3—4 раза в день. Тмин — составная часть некоторых отхаркивающих средств (пертусина). В народной медицине он широко применяется для улучшения пищеварения, уменьшения метеоризма, как слабительное средство.

Семена тмина входят в состав чаев: желудочного, успокоительного № 2, ветрогонного № 2.

Тополь черный — *Populus nigra* L.

Семейство ивовых — *Salicaceae*.

Народные названия: *осокорь, сокора, ясокор.*

Дерево высотой 18—30 м с округлой кроной, корни глубоко проникают в землю. Кора ствола толстая, темно-серая, растрескивающаяся, кора ветвей пепельно-серая. Листья длинночерешковые, почти треугольные, заостренные, гладкие, блестящие, зеленые. Почki продолговато-яйцевидные, заостренные, чешуйчатые, смолистые, липкие, ароматные. Цветки мелкие, с прицветниками, однополые, собраны в цилиндрические дугообразные соцветия — сережки. Растение двудомное. Цветет в апреле — мае до распускания листьев.

Встречается в европейской части СССР, на Кавказе, в Средней Азии и Сибири. Растет на влажных местах, по

берегам рек и речным долинам, на лугах, в лесах, на песчаных отмелях. Культивируется в садах и парках.

Для лечебных целей используют почки тополя, которые заготавливают в начале цветения дерева (в марте — апреле, пока почки не раскрылись).

Почки тополя содержат до 0,7% эфирного масла, яблочную и галловую кислоты, гликозиды (популин, салицин), большое количество смолистых веществ, оказывающих противовоспалительное, противомикробное, болеутоляющее и кровоостанавливающее действие.

Применение. Экстракт или настойку почек тополя черного используют в хирургии для лечения ран, порезов, язв, ушибленных мест — смазывают поврежденные участки тела или прикладывают к ним повязки, смолистые препаратами. Из почек готовят также мазь, которая оказывает смягчающее и болеутоляющее действие при лечении ран.

Употребляют: как противоревматическое средство — настой 1 столовой ложки почек тополя на 1 стакан воды пьют по 1 столовой ложке 3 раза в день или принимают настойку по 15—20 капель 2—3 раза в день.

Тыква обыкновенная — *Cucurbita pepo* L. Семейство тыквенных — *Cucurbitaceae*.

Однолетнее, однодомное травянистое растение с ползучими стеблями-плетями, цельными и пятилопастными листьями и крупными желтыми цветками. Длина 3—6 м. Цветет в июне—июле. Созревшие плоды собирают осенью и сушат. Вкус тыквы приятный. Семена очищают от твердой оболочки, но сохраняют внутреннюю серозеленую. Сушат на свежем воздухе, не нагревая.

Возделывается во многих областях СССР на огородах и овощных плантациях.

Для лечебных целей используют семена и отдельно мякоть тыквы.

Семена содержат жирное масло (до 50%), фитостерин, кукурбитол, смолу, в состав которой входит оксистеротиновая кислота, белковые вещества, лецитин. В мякоти имеются минеральные кислоты (фосфорная, кремниевая), железо, магний, калий, кальций, каротин, витамины (аскорбиновая кислота, тиамин, рибофлавин, никотиновая кислота).

Применение. Семена тыквы широко применяют в

медичине как противоглистное средство. Свежие или высушенные на воздухе и очищенные от кожуры (но с серозеленой оболочкой) семена (при ленточных глистах) растирают в ступке небольшими порциями с водой или молоком до кашицеобразного состояния и принимают по 1—1,5 стакана (взрослым) или по $\frac{1}{2}$ —1 стакану (детям) натощак, в постели, небольшими порциями в течение 1 ч. Через 3—4 ч после приема последней порции семян дают солевое слабительное, а еще через 30 мин обязательно ставят клизму. Семена (300 г) можно есть с рисовой кашей, сахаром, медом или вареньем. В случае неудачи процедуру повторить. Употреблять семена тыквы следует после очищения кишечника. При лечении необходимо проводить предварительную подготовку: за 2 дня до лечения утром ставят очистительную клизму, накануне вечером принимают солевое слабительное. Лечение проводят под наблюдением врача.

Как мочегонное средство используют 2—3 стакана семян тыквы в день; едят рисовую или пшеничную кашу с тыквой и пьют сок из сырой мякоти по 2 столовые ложки 3 раза в день.

Семена тыквы не вызывают никаких осложнений. При хронических запорах для улучшения функции кишок съедают ежедневно по 1 кг каши в течение 3—4 месяцев. Тыкву назначают при болезнях печени, почек, водянке. Как мочегонное средство при отеках сердечного и почечного происхождения ее рекомендуют С. С. Зимницкий и Д. М. Российский (1942).

Тысячелистник обыкновенный —

***Achillea millefolium* L.**

Семейство астровых — Asteraceae.

Народные названия: *маточник,*

женский деревей.

Многолетнее травянистое растение с ползучим шнуровидным корневищем. Стебель прямой, маловетвистый, высотой 20—70 см, немного опушенный. Стеблевые листья очередные, прикорневые — большие, продолговато-ланцетовидные, опушенные, дваждыперисторассеченные с очень мелкими дольками. Цветочные корзинки мелкие, белые или розоватые, с небольшим количеством язычковых трубчатых цветков, собраны на



Тысячелистник обыкновенный

верхушках стеблей в большие щитковидные соцветия. Цветет с июня до сентября.

Распространен на всей территории СССР, кроме Крайнего Севера, Сибири, пустынь и полупустынь. Растет в лесах, на сухих лугах, опушках, степных склонах, возле дорог.

Для лечебных целей используют траву тысячелистника обыкновенного. На Украине заготавливают также и другие виды тысячелистника — паннонский, щетиный, благородный.

Тысячелистник обыкновенный содержит гликоалкалоид

ахиллеин, эфирное масло, дубильные вещества, смолы, инулин, аспарагин, минеральные соли, органические кислоты, каротин, витамины С, К, пинеол, фитонциды (Б. П. Токин, 1952.)

Применение. В течение многих веков, от Диоскорида и до настоящего времени, тысячелистник применяли как кровоостанавливающее и улучшающее пищеварение средство. В научной медицине он известен с XVI века. Его применяют также для лечения ран (ускоряет заживление), язв, для улучшения аппетита.

В нашей стране тысячелистник экспериментально изучал М. Н. Варлаков (1941) в Московском институте лекарственных растений. Он установил, что препараты тысячелистника (настой) оказывают весьма эффективное кровоостанавливающее действие. В последующем С. И. Цитович (1965) доказал, что тысячелистник усиливает сокращение мускулатуры матки.

Употребляют: при геморроидальном кровотечении, поносе, спастических болях в желудке — настой 1 столовой ложки травы растения на 1 стакан воды пьют

по 1 столовой ложке 3—4 раза в день; для улучшения аппетита и пищеварения при пониженной кислотности — 3 раза в день за 15—20 мин до еды.

Тысячелистник входит в состав чаев: аппетитных № 1, 2, желудочного № 2, слабительного № 1, противогеморройного.

Унгерния Виктора — *Ungernia Victoris* Vved. Семейство амариллисовых — *Amaryllidaceae*.

Многолетнее травянистое растение с крупными луковичами (4—7 см в диаметре) на вертикальном корневище. Листья прикорневые, по 7—10 в двухрядной розетке, линейные, сочные, до 25 см длины, 1—2 см ширины. Листья вырастают только весной, а потом увядают. Цветочные стрелки появляются в августе, несут 2—11-цветковый зонтик. Цветок слегка неправильной формы, с 6 узколанцетными длинными лопастями, желто-розовый.

Растение эндемичное, встречается в горах Таджикистана и Узбекистана на высоте 1500—2500 м. Вид занесен в Красную книгу СССР.

В листьях и луковичах унгернии обнаружены галантамин, галантин и ликорин. Содержание суммы алкалоидов в корнях составляет 2,25%, в листьях — 0,33—1%, в луковичах — 0,8—0,9%. Листья содержат 0,2% галантамина, поэтому их заготавливают для промышленного получения препарата. Ликорин добывают и из других видов растения: из листьев и лукович унгернии Северцева (*U. Severizovii* (Rdl.) V. Fedtsch), где соответственно имеется 0,45 и 0,38% ликорина. Унгерния Северцева с красными цветками распространена в южных районах Казахстана и в Ташкентской области.

Применение. В медицинской практике используют препарат растения — галантамина гидробромид при миастении, прогрессирующей мышечной дистрофии, расстройстве движения и чувствительности на почве псеврита, полиневрита и радикулита, при остаточных явлениях нарушений мозгового кровообращения, психопепной и спинальной импотенции. Галантамин эффективен в восстановительном периоде после острого полиомиелита и при детском церебральном параличе (М. Д. Машковский, 1985). Ускоряет улучшение процессов движения и общего состояния больных, особенно в комплексе с другими

средствами — лечебной гимнастикой, массажем и др. Препарат назначают также при атонии кишечника и мочевого пузыря по 0,25—1 мл — 1%-ного раствора 1—2 раза в день под кожу в течение 10—30 дней. В случае необходимости курс лечения повторяют. При передозировке (отравлении) антидеполяризирующими курареподобными препаратами галантами вводят в вену по 15—25 мг.

Галантамина гидробромид больные переносят хорошо. В случае применения больших доз или при повышенной индивидуальной чувствительности организма к препарату наблюдаются слюноотделение, головокружение, брадикардия и т. п. В этом случае уменьшают дозу препарата или его отменяют, а при тяжелых состояниях больным вводят атропина сульфат.

По данным фармакологических и клинических исследований, ликорина гидрохлорид обладает отхаркивающим и бронхорасширяющим свойствами. Поэтому его употребляют при воспалении легких, бронхоэктатической болезни, тяжелых формах бронхита — по 1 таблетке 3—4 раза в день, по назначению врача.

Фенхель обыкновенный —
Foeniculum vulgare — Mill.

Семейство селеровых — Apiaceae.

Народные названия: *волоский укроп*,
сладкий укроп.

Двулетнее или многолетнее травянистое растение. Стебель цилиндрический, разветвленный, высотой 1—2 м. Листья очередные, влагалищные: нижние — черешковые, трижды-четыреждыперисторассеченные на узкие линейные доли, верхние — почти сидячие. Соцветия — сложные зонтики на верхушках стеблей и веток. Цветки мелкие, веночек желтый. Плоды — цилиндрические, зеленовато-бурые двусемянки длиной до 8 мм. После созревания они легко распадаются на 2 полуплодика, каждый из которых имеет 5 ребер — 3 на выпуклом боку и 2 — с боков, между которыми заметны эфиромасличные каналы. Цветет с июля до августа. Плоды созревают в сентябре.

В диком виде растет в ограниченных районах (Крым, Кавказ, некоторые районы Средней Азии). Культивируется главным образом на полях Украины, в Краснодар-

ском крае, Белоруссии. в местах с влажным, по достаточно теплым климатом, на открытых площадках, особенно с известковой почвой.

Для лечебных целей используют плоды и эфирное масло, добываемое из плодов. Плоды фенхеля собирают в сентябре, после их созревания.

Плоды растения содержат 4—6,5% эфирного масла, в котором обнаружено 50—60% анетола, следы анисового альдегида и анисовой кислоты, терпены (пинен, кампфен, фелландрен) и другие вещества.

Применение. Еще врачи древности Гиппократ, Гален, Диоскорид и др. назначали фенхель в качестве ветрогонного и отхаркивающего средства. В народной медицине плоды фенхеля обыкновенного используют как мочегонное, отхаркивающее, улучшающее пищеварение средство, при моче- и желчно-каменной болезни.

Употребляют: как отхаркивающее, ветрогонное и мочегонное средство — эфирное масло по 5—10 капель 2—3 раза в день; укропную воду (можно получить в аптеке) пьют по 1 чайной ложке 2—3 раза в день как слабительное; лакричный порошок, в состав которого входит фенхель, принимают по 1/2 чайной ложки в 1/4 стакана воды; как отхаркивающее средство — грудной элексир принимают по 10—15 капель.

Наряду с фенхелем в лечебных целях употребляют плоды огородного укропа.

Плоды фенхеля входят в состав чаев: ветрогонных — № 1, 2, слабительных, успокоительного № 2, а также лакричного противогеморройного порошка.

Фиалка трехцветная (иван-да-марья, анютины глазки) — *Viola tricolor* L.

Семейство фиалковых — *Violaceae*.

Народные названия: братик-и-сестричка, полевые братики, полуцвет, топорчики.

Одно-двулетнее травянистое растение. Стебель приподнимающийся, разветвленный, высотой 10—40 см, трехгранный, покрытый короткими волосками, внутри полый. Листья очередные, продолговато-яйцевидные, сплошные, с крупнозубчатыми краями, нижние — сердцевидно-яйцевидные, верхние — ланцетовидные с короткими черешками. Прилистники крупные, перисто-раздельные, по 2 возле каждого листка. Цветки большие, одиночные, на длин-

ных трех-четырёхгранных цветоножках; лепестки разноцветные: верхние фиолетовые, средние синие или светло-фиолетовые, нижний лепесток желтый с фиолетовыми полосками. Плод — трехстворчатая коробочка.

Встречается в европейской части СССР, на Кавказе, в Западной Сибири. Растет на жирных почвах, по лугам, в канавах, на лесных полянах, паровых полях, в посевах. Разводят в садах и парках.

Для лечебных целей используют траву, иногда корни. Траву собирают в мае — июне. Корни выкапывают осенью.

В траве фиалки трехцветной имеется слизь, салициловая кислота, соль винно-каменной кислоты, краситель, горькое вещество, сахар, каротин, аскорбиновая кислота, сапонины, рутин, виолакверцитрин, виоланин.

Применение. Как лекарственное средство фиалка была известна еще в древности. В народной медицине отвар растения используют внутрь и наружно (для ванн при золотухе у детей).

Употребляют: 1) при остром бронхите как отхаркивающее средство — настой 1 столовой ложки травы на 1 стакан кипятка пьют по 1 столовой ложке 3—4 раза в день; 2) при экземе, лишае (псориаз) и дерматитах — настой 2 чайных ложек травы трехцветной фиалки на 1 стакан воды пьют по 2 столовые ложки 3 раза в день; настой 1 столовой ложки смеси травы фиалки и травы золототысячника (по 1 столовой ложке) пьют по 2 столовые ложки 3 раза в день; настой 1 столовой ложки смеси травы фиалки, стеблей паслена сладкого, листьев копытеня европейского, травы багульника (по 1 столовой ложке) на 1 стакан воды пьют по 2 столовые ложки 5—6 раз в день.

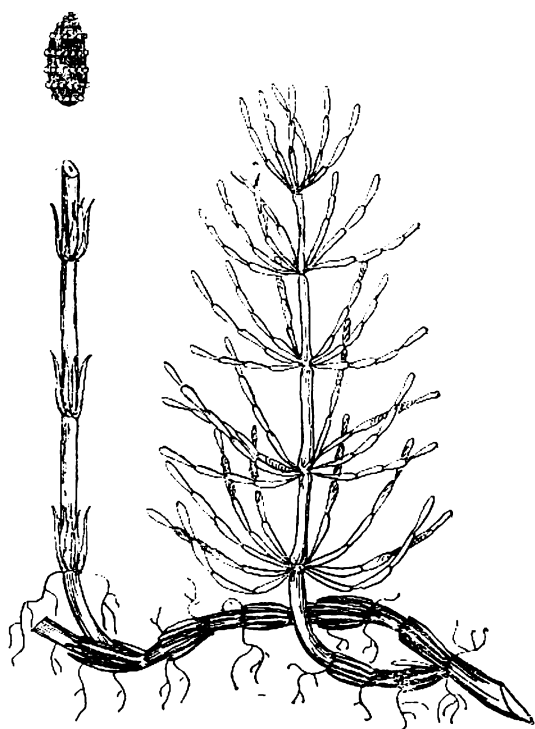
Трава фиалки трехцветной входит в состав сложного «аверин-чая» и для приготовления ванн при некоторых кожных заболеваниях.

Хвощ полевой — *Equisetum arvense* L.

Семейство хвощовых — *Equisetaceae*.

Народные названия: хвойка, прыска, прыстка, падиволос, скрин.

Многолетнее травянистое растение, споровое, высотой до 50 см, с ветвистым, глубоко (до 1,5 м) уходящим в землю корневищем. Ранней весной появляются невы-



Хвощ полевой

соки (7—25 см), бледно-бурые, сочные, неветвистые спороносные стебли с 8 зубчатыми влагалищами на узлах, которые несут овально-цилиндрические колоски, состоящие из щитковидных споролистиков, спорангиев со спорами. Позднее развиваются бесплодные, ветвистые стебли высотой до 60 см с цилиндрическими влагалищами, имеющими 8—10 черных зубцов с белой каймой. Ветви четырехгранные, с четырехзубчатыми влагалищами, расположены кольцами на узлах стебля. Растение жесткое и шершавое. Споры появляются в апреле — мае.

Встречается на всей территории СССР, кроме пустынь Средней Азии. Растет в лесных районах, кустарниках и вдоль боров, в посевах и на паровых полях, на склонах оврагов и по берегам рек.

Для лечебных целей используют траву полевого хвоща (только летние побеги). Собирают летние бесплод-

ные побеги все лето (июнь — август), срезая надземную часть растений, и быстро сушат. Другие виды хвоща (например, лесной, луговой, топяной) собирать не следует.

В траве полевого хвоща имеются до 25% кремниевой кислоты, щавелевая, яблочная и аконитовая (экви-зетовая) кислоты, сапонины, дубильные и горькие вещества, углеводы, смола, каротин, аскорбиновая кислота и алкалоиды (эквизетин и никотин). **Растение ядовитое.**

Применение. В древности полевой хвощ славился как хорошее кровоостанавливающее средство. Позже, в XVI веке, отметили его мочегонное и противодизентерийное действие (Агрикола).

Употребляют: как мочегонное средство — отвар 2 столовых ложек измельченной травы хвоща в 1 стакане воды пьют по 1 столовой ложке 3—4 раза в день или жидкий экстракт растения по 30—40 капель 4—6 раз в день.

Трава хвоща полевого входит в состав мочегонного чая № 3.

Хлопчатник — *Gossypium L.* **Семейство мальвовых — *Malvaceae.***

Однолетнее травянистое растение. Стебель высотой 1—2 м, ветвистый, покрытый мягкими волокнами и черными точечными железками. Листья очередные, большие. Цветки крупные, одиночные, размещены в пазухах листьев. Венчик в зависимости от вида и формы желтый, кремовый или иной окраски, с пятью отдельными лепестками. Плод — сухая многосеменная коробочка с грецкий орех. Семена покрыты мягкими снежно-белыми или немного желтоватыми волокнами, образующими клубок белых ниток — хлопок. Цветет с июля до августа, плоды созревают в сентябре — октябре.

Культивируется в Средней Азии, на Украине, в Молдавии.

Для лечебных целей используют кору корней, семена, цветки. В конце октября после сбора хлопка с выкопанных корней хлопчатника снимают кору и сушат ее на воздухе в течение нескольких дней.

Кора хлопчатника содержит госсипиевую кислоту, витамины К и С, дубильные и другие вещества.

Применение. В лаборатории антимикробных и противовирусных средств ВНИИ лекарственных растений в коре хлопчатника обнаружены соединения, обладающие противовирусным действием. Полученный препарат госсипол можно использовать для лечения вирусных заболеваний кожи и слизистых оболочек. И. Э. Акопов (1977) указывает, что экстракт из коры корней хлопчатника обладает кровоостанавливающим действием и применяется по 30 капель 3 раза в день при маточных и других кровотечениях. Сумма флавоноидов цветков хлопчатника оказывает выраженное капилляроукрепляющее действие, понижает кровяное давление и тонус коронарных сосудов. Масло из семян хлопчатника используют для приготовления мазей и пластырей.

Хмель обыкновенный — *Humulus lupulus* L.
Семейство коноплевых — Cannabinaceae.

Многолетнее травянистое вьющееся растение высотой (длиной) 5—15 м и более. Стебель обычно шестигранный, внутри полый, густо усажен острыми крючковатыми шипами. Листья крупные, супротивные, яйцевидные, заостренные, трех-пятилопастные, крупнопильчатые, длинночерешковые. Растение двудомное. Цветки мелкие, желтовато-зеленые, однополые. Тычиночные (мужские) цветки с 5 листочками околоцветника и 5 тычинками собраны в неправильные повислые метелки на верхушках стеблей. Пестичные (женские) цветки собраны в пазушные колосья, которые после созревания образуют светло-бурые шишки. Плод — широкояйцевидный орешек. Цветет с июня до середины августа. Плодоносит в августе—сентябре.

Встречается на всей территории СССР, за исключением Крайнего Севера и южной степной зоны. В диком виде растет на лесных полянах, по долинам рек, оврагам, среди кустарников. Культивируется на специальных плантациях западных областей Украины.

Для лечебных целей используют созревшие шишки хмеля. Заготавливают их в августе — начале сентября, когда они еще зеленовато-желтого цвета; срывают руками вместе с цветоножками. Запах шишек характерный, при сжимании они пружинят. Собранные шишки раскладывают тонким слоем и немедленно сушат под открытым

небом или в хорошо проветриваемых помещениях. Правильно высушенные шишки сохраняют естественный цвет, аромат, упругость.

Шишки хмеля содержат горькое вещество лупулин, триметиламин, дубильные вещества, камедь, алкалоид хумулин, эфирное масло (2%), смолу, воск, желтый пигмент, валериановую, аскорбиновую кислоты и др. **Растение ядовитое.**

Применение. Научно доказано общее успокаивающее и некоторое болеутоляющее действие хмеля (при бессоннице, нервном переутомлении, болезненных позывах к мочеиспусканию). Входит в состав препаратов, выпускаемых промышленностью (валоседан и др.). В литературе имеются сведения об эстрогенной активности шишек хмеля.

Употребляют: как средство, успокаивающее нервную систему, — настой 1 столовой ложки хмеля на 1 стакан кипятка пьют по 1 столовой ложке 3 раза в день.

**Цикорий обыкновенный — *Cichorium intybus* L.
Семейство астровых —
Asteraceae (*Compositae*).**

Многолетнее травянистое растение высотой до 150 см с мясистым, толстым стержневым корнем и прямостоячим ветвистым стеблем. Прикорневые листья перисто-надрезанные, собраны в розетки, стеблевые листья очередные, сидячие, ланцетовидные, с острыми зубчиками по краям. Цветки язычковые, голубые, сидят поодиночке на концах ветвей, а также по 2—3 в пазухах листьев. Плод — семянка. Цветет с июня по сентябрь.

Встречается почти во всей европейской части СССР. Растет как сорняк возле дорог, на склонах, залежах, пустырях, сорных местах, по берегам рек, лугам, в кустарниках. Широко культивируется.

Для лечебных целей используют корни и траву цикория (стебли, листья, цветочные корзинки, семена). Траву заготавливают в период цветения, корни собирают осенью и ранней весной.

Цикорий содержит горькие и дубильные вещества, сахар, инулин (до 60%), гликозид интибин, белковые вещества, гликозид цикорин, лактуцин, пектин, смолы, холин и др.

Применение. Высушенный корень используют для изготовления жареного цикория, входящего в состав кофе в качестве примеси. Свежие прикорневые листья культивируемого цикория употребляют в пищу в качестве салата. По экспериментальным данным, настои из соцветий цикория успокаивают центральную нервную систему и улучшают работу сердца (профессор В. И. Сила).

Употребляют: 1) для регулирования деятельности пищеварительного канала, для повышения аппетита и как мочегонное средство — настой 1 столовой ложки измельченных сухих корней на 1 стакан воды пьют по $\frac{1}{4}$ стакана 3—4 раза в день до еды или отвар 1 столовой ложки измельченных корней на 1 стакан воды пьют по 1 столовой ложке 3 раза в день за 15—20 мин до еды; 2) как слабительное средство — отвар пьют по 1 стакану на ночь.

Чабрец ползучий — *Thymus serpyllum* L. Семейство губоцветных — Labiatae.

Небольшой, высотой 10—35 см, душистый, стелющийся полукустарник, образующий мелкие дерновники. Ветви прямые, покрытые листьями, цветоносные — опушены под соцветиями волосками. Листья мелкие, супротивные, черешковые, эллиптические, длиной до 1,5 см, цельнокрайние, снизу покрытые малозаметными точечными железками с эфирным маслом. Цветки двугубые, розово-лиловые (очень ароматные), собраны на верхушке стеблей в ложные мутовки. Цветет в мае — июле.

Встречается в лесной и лесостепной зонах европейской части СССР, особенно много его на Украине, Кавказе, в Сибири. Растет в сухих сосновых лесах, на открытых песчаных местах, степных лугах, сухих склонах и в оврагах.

Для лечебных целей используют траву чабреца ползучего и других, близких к нему видов; собирают чабрец во время цветения.

Трава растения содержит до 1% эфирного масла, смолы, камедь, дубильные, горькие и душистые вещества, минеральные соли и др.

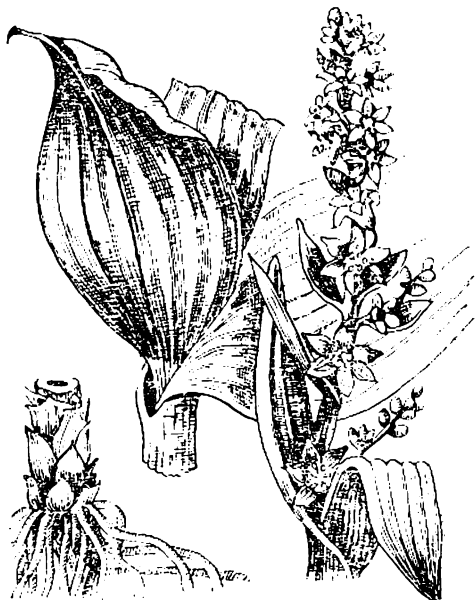
Применение. Как отхаркивающее средство при кашле — настой 1 столовой ложки травы на 1 стакан

воды пьют по 1 столовой ложке 5—6 раз в день. Экстракт чабреца входит в состав пертуссина, применяемого в качестве отхаркивающего и смягчающего кашель средства. Назначают пертуссин детям по $\frac{1}{2}$ —1 чайной ложке 3—4 раза в день при бронхите и коклюше.

Чемерица Лобеля —
***Veratrum lobelianum* Bernh.**
Семейство лилейных — Liliaceae.

Многолетнее травянистое растение высотой до 1,5 м с прямым округлым стеблем. Листья очередные, широкоэллиптические, крупные, стеблеобъемлющие, заостренные, цельнокрайние. Цветки мелкие, зеленоватые, собраны в верхушечное метельчатое соцветие. Плод — трехгнездная коробочка. Цветет в июле — августе.

Встречается почти на всей территории СССР, за исключением Крайнего Севера, засушливых районов юга европейской части СССР и Средней Азии. Растет в лесной зоне, на пойменных лугах, в сырых хвойных и сме-



Чемерица Лобеля

шанных лесах, в горах Кавказа и Тянь-Шаня, на сырых альпийских и субальпийских лугах, образуя большие заросли.

Близкий вид — чемерица белая — отличается белыми цветками, растет в Западной Украине и в Карпатах.

Для лечебных целей используют корневище с корнями, собираемые осенью (сентябрь — октябрь), из которых в заводских условиях получают лечебные препараты.

Чемерица содержит ядовитые алкалоиды гермин, нервин, изоервин, вератрозин, дубильные вещества, краситель, крахмал, сахар, смолу и т. д. Растение сильно ядовитое.

Во время работы с корнями чемерицы нельзя кушать, а после заготовки, сушки и т. п. необходимо тщательно вымыть руки. Пыль чемерицы вызывает чихание и даже носовые кровотечения, поэтому при работе с растением нужно надевать маску.

Применение. Растение используют в виде мази при невралгических и ревматических болях, а отваром моют голову при вшивости. Применение чемерицы требует большой осторожности, и только по рекомендации врача. В настоящее время в ветеринарии и сельском хозяйстве настой чемерицы или порошок из нее применяют как инсектицид для борьбы с различными насекомыми, особенно против вредителей плодово-ягодных культур.

**Череда трехраздельная — *Bidens tripartita* L.
Семейство астровых —
Asteraceae (*Compositae*).**

Однолетнее травянистое растение. Стебель высотой до 1 м, прямой, с супротивными ветками, зеленый или с красноватым оттенком. Листья супротивные, глубоко трехраздельные, ланцетовидные, зубчатые. Цветки желтые, трубчатые, собраны на верхушках стеблей и веток в плоские корзинки. Каждая корзинка окружена двойной колокольчатой оберткой. Плод — сплюснутая семянка с цепкими остями. Цветет с конца июля до сентября.

Встречается на всей территории СССР, за исключением Арктики. Растет как сорняк на сырых лугах, возле рек, ручьев, в канавах.

Для лечебных целей используют траву череды трехраздельной, которую собирают до цветения и во время цветения, срезая стебли с листьями и цветочными корзинками длиной 15 см.

Растение содержит каротин, эфирное масло, слизь, дубильные вещества, аскорбиновую кислоту, флавоноид лютеолин, большое количество марганца.

Применение. В народной медицине череду используют при подагре, хронических заболеваниях почек, как мочегонное и улучшающее аппетит средство, при диатезе у детей. Экспериментально установлено успокаивающее действие настойки травы череды.

Употребляют: при подагре, как мочегонное и потогонное средство — настой 1 столовой ложки череды на 1 стакан кипятка (настаивают 10 мин. и процеживают) пьют по $\frac{1}{4}$ стакана 4 раза в день; настой смеси травы череды, листьев ореха грецкого, травы фиалки трехцветной, корней лопуха, цветков глухой крапивы, цветков тысячелистника, листьев смородины, листьев земляники (по 1 чайной ложке) на 200—300 г кипятка пить, как чай. Череду также используют для лечебных ванн при диатезах у детей и гнойничковых заболеваниях кожи.

Трава череды входит в состав «аверин-чая».

Черемуха обыкновенная —

Padus racemosa (Lam.) Gilib.

Семейство розоцветных — *Rosaceae*.

Народные названия: *черемшина, колоколуша, черемуха.*

Общеизвестный кустарник или дерево высотой до 10 м. Кора верхняя матовая, черно-серая, внутренняя — желтая с характерным запахом. Листья продолговато-эллиптические, пильчатые, заостренные; на черешке листа возле основания две железки. Цветки душистые, белые, собраны в длинные повислые кисти. Плоды — костянки, черные, блестящие, сочные, величиной с горошину, горьковато-сладкого вкуса, терпкие. Цветет в мае — июне, плодоносит в августе — сентябре.

Встречается в лесной и лесостепной зонах европейской части СССР, почти по всей Украине, в Средней Азии, Западной Сибири, на Кавказе. Растет во влажных

лесах и кустарниках, по берегам рек. Культивируется как декоративное растение.

Для лечебных целей используют плоды, иногда кору. Плоды собирают по мере их созревания, когда они становятся черными и сочными (в августе и сентябре). Кору заготавливают ранней весной, во время сокодвижения.

Плоды черемухи содержат сахар, яблочную и лимонную кислоты, витамин С, красящие и дубильные вещества; семена — гликозид амигдалин и жирное масло. Имеются фитонциды, губительно действующие на болезнетворные микроорганизмы.

Употребляют: 1) как вяжущее средство при поносах — настой 1 столовой ложки ягод на 1 стакан кипятка пьют по $\frac{1}{2}$ стакана 2 раза в день или в смеси (по 1 столовой ложке с сушеными ягодами черники) заваривают, как чай, пьют по $\frac{1}{2}$ стакана 2 раза в день; 2) как мочегонное средство — этот же настой пьют по 1 столовой ложке 5 раз в день.

Плоды черемухи входят в состав желудочного противопоносного чая № 2.

Черника — *Vaccinium myrtillus* L.

Семейство брусничных — *Vacciniaceae*.

Народные названия: *черные ягоды, яфены.*

Кустарник высотой до 15—40 см. Стебель прямой с острорезистыми голыми ветками. Листья светло-зеленые, очередные, яйцевидно-эллиптические, мелкопильчатые, длиной 1—3 см, шириной 0,6—1,8 см. Цветки мелкие, на коротких цветоножках, поникшие. Венчик шаровидно-кувшиновидный, зеленовато-розовый. Цветки одиночные в пазухах листьев. Ягоды сочные, черные, с сизоватым налетом, с красновато-фиолетовой мякотью и большим количеством семян. Цветет в мае, плодоносит в июле—сентябре.

Встречается в северных областях СССР, в Сибири, Белоруссии, Литве, на Украине и Кавказе. Основные районы сбора и заготовки черники — Белоруссия, Брянская область, северные области Украины, Вологодская, Ленинградская и прилегающие области. Растет сплошными зарослями, преимущественно в сосновых и еловых лесах, в тундре, на ровных полузатемненных местах, не

имеющих стока, где образуется особый вид леса — ельник-черничник.

Для лечебных целей используют спелые ягоды черники. Плоды заготавливают в июле—августе (без плодоножек).

Ягоды черники содержат дубильные вещества пирокатехиновой группы (до 12%), глюкозу и фруктозу (5—20%), органические кислоты (лимонную и яблочную — около 7%), аскорбиновую кислоту, рибофлавин, красящие вещества и др.

Применение. Вяжущее и противопоносное действие черники на организм связано с наличием в ней дубильных веществ. Миртиллин снижает содержание сахара в крови. В научной медицине чернику используют как легкое вяжущее средство при обостренном и хроническом поносе, особенно у детей.

Употребляют: при поносе — настой 1 столовой ложки ягод черники на 2 стакана кипятка, кипятят до тех пор, пока не останется 1 стакан жидкости, процеживают и пьют, как чай, горячим по $\frac{1}{4}$ стакана 4 раза в день до еды. Для приготовления киселя берут 1 столовую ложку сухих ягод черники на 1,5 стакана воды, добавляют 1 чайную ложку картофельного крахмала и по вкусу сахар. При подагре и ревматизме, а также при камнях в почках употребляют свежие ягоды черники по $\frac{1}{2}$ кг в день, лучше вместе с ягодами земляники. Это обеспечивает некоторое мочегонное действие, нормализует деятельность пищеварительного канала.

Чеснок — *Allium sativum* L.

Семейство лилейных — Liliaceae.

Многостенное луковичное растение высотой 20—70 см. Луковица яйцевидная, состоит из 7—30 мелких зубков, находящихся в одной беловатой перепончатой оболочке. Стебель почти до половины покрыт линейными, остроколючными, плоскими, желобоватыми листьями. Цветки на длинных цветоножках собраны в малый цветочный зонтик, окруженный опадающим чехлом с удлиненным носиком. Околоцветник венчикообразный, беловатый или бледно-лиловый. Цветет в июне—июле.

Культивируется широко в СССР как огородное растение.

Для лечебных целей используют луковицы чеснока, которые собирают в июне — августе.

Луковицы чеснока содержат йод, чесночное эфирное масло, гликозид алицин, фитостерины, фитонциды и аскорбиновую кислоту (0,1 мг%). Экстракты из чеснока обладают бактерицидным действием.

Применение. Чеснок используют в лечебных целях еще со времен Гипократа. Извлечения из чеснока при экспериментальных исследованиях увеличивают амплитуду сердечных сокращений и расширяют периферические и коронарные сосуды (Н. С. Харченко, 1952), увеличивают мочеотделение, при употреблении внутрь оказывают противосклеротическое действие, понижают кровяное давление, усиливают секрецию и тонус желудочно-кишечного тракта (В. А. Куцевич, 1948), обладают антисептическим (противомикробным) действием.

Наружно его используют для лечения гнойных ран, трихомонадных заболеваний. Настои чеснока назначают и как противоглистное средство.

Употребляют: 1) при атеросклерозе с повышенным артериальным давлением, при хроническом бронхите и как средство, улучшающее пищеварение, — 2—4 измельченных зубков чеснока съесть на ночь, 2 дня подряд, сделать двухдневный перерыв и снова 2 дня со следующим перерывом и так в течение месяца (для устранения неприятного запаха изо рта рекомендуется пожевать корень петрушки). Настойку чеснока (продается в аптеках) принимают по 20—30 капель 3 раза в день перед едой; 2) как противоглистное средство (при острицах) — после очищения кишечника поставить клизму из отвара 1—2 средних головок чеснока, очищенных от оболочек, в 1,5 стакана настоя полыни (клизмы ставят 5—6 дней подряд) или настоя 1 средней луковицы чеснока на 1 стакан парного молока (клизмы делают 5—6 раз); 3) при насморке — вдыхают пары кашицы чеснока в течение 3—5 мин.

Чистец буквицветный —
***Stachys betonicaeflora* Rupr.**
Семейство губоцветных — Labiatae.

Многолетнее травянистое растение, высотой 0,4—1 м. Стебель прямой, обычно простой, мощный, густо опушенный обращенными вниз или в сторону волосками.

Листья ланцетные или продолговато-ланцетные, крупнопильчатые, верхние — почти сидячие, нижние — на длинных черешках. Цветки пурпуровые, многочисленные, собраны в плотные, снизу прерванные и облиственные колосовидные соцветия на верхушках стеблей. Цветет в июне—августе, плоды созревают в июле—сентябре.

Встречается на Тянь-Шане, в восточной части Памиро-Алтая, в Ташкентской области.

Для лечебных целей используют траву, из которой на заводах химико-фармацевтической промышленности получают жидкий экстракт.

Трава растения содержит стахидрин (2,42%), бетоницин и турицин, антоцианы, витамин С (135 мг%), смолы, эфирное масло (0,04—0,83%) и другие вещества.

Применение. По данным П. И. Лукниенко (1955), препараты чистеца буквицецветного оказывают кровоостанавливающее, успокаивающее и гипотензивное действие. Применяют жидкий экстракт чистеца буквицецветного (продается в аптеках) по 20—30 капель 3—4 раза в день в послеродовом периоде для ускорения сокращения матки, при функциональных маточных кровотечениях на почве воспалительного характера и фибромиом.

Чистотел большой — *Chelidonium majus* L.

Семейство маковых — Papaveraceae.

Народные названия: *гладушник, желтый молочай, маслянка, прозорник, ростопаш.*

Многолетнее травянистое растение высотой до 1 м с коротким многоглавым корневищем и пучком отходящих от него придаточных корней. Стебли ребристые, прямостоячие, вверху ветвистые, полые внутри. Листья очередные, большие, перисто-рассеченные, сверху зеленые, снизу голубоватые. Цветки золотисто-желтые, на длинных цветоножках, собраны в небольшие зонтики на верхушках ветвей. Плоды — стручковидные коробочки. Цветет в июне—августе.

Встречается почти на всей территории европейской части СССР, кроме Крайнего Севера и пустынь. Растет в тенистых местах, по берегам водоемов, краям болот, в кустарниках, по оврагам, в садах, огородах, возле жилья, на мусорных местах, в лесах.



Чистотел большой

Для лечебных целей используют траву и сок растения. Траву собирают в мае—июле.

Чистотел содержит алкалоиды хелидонин, хелиритрин, гомохелидонин, протопин и другие (близкие по действию к папаверину и морфину), горькие и красящие вещества, хелидоновую кислоту, каротин, эфирное масло,

аскорбиновую кислоту. Все части растения, особенно корни, ядовиты.

Применение. В народной медицине траву чистотела используют при желтухе, подагре, язвах, экземе и других болезнях. Свежим соком травы чистотела пользуются для удаления бородавок, смазывая пораженные участки несколько дней подряд. Настой травы чистотела в смеси с другими растениями — эффективное мочегонное средство при лечении подагры. В последнее время траву чистотела используют для лечения кожного туберкулеза.

Растение обладает спазмолитическим, наркотическим, бактерицидным и фунгистатическим действиями. Чистотел применяют с ромашкой и вахтой в виде настоя при заболеваниях печени и желчного пузыря (К. П. Балицкий, А. Л. Воронцова, 1982).

Употребляют: 1) как желчегонное средство — настой $\frac{1}{2}$ чайной ложки травы растения на 1 стакан кипятка пьют по $\frac{1}{2}$ стакана 3—4 раза в день; настой $\frac{1}{2}$ столовой ложки травы чистотела на 1 стакан воды пьют по 1 столовой ложке 3 раза в день; настой 1 столовой ложки смеси травы чистотела, цветков ромашки и листьев вахты трехлистной (по 2 столовые ложки) на 1 стакан кипятка настаивают 20 мин, пьют по $\frac{1}{2}$ стакана утром и вечером; 2) при запорах — 1 столовую ложку смеси (из 1 столовой ложки травы чистотела, по $\frac{1}{2}$ столовой ложки травы хвоща полевого, цветков ромашки и цветков боярышника, по 1 столовой ложке листьев мяты, листьев копытня европейского, травы дымянки аптечной и коры крушины ломкой) заваривают в 1 стакане кипятка и выпивают в три приема в течение дня.

Шалфей лекарственный — *Salvia officinalis* L.
Семейство губоцветных —
Lamiaceae (Labiatae).

Многолетнее полукустарниковое растение высотой до 70 см. Стебли серо-зеленые, ветвистые, внизу одревесневшие, покрытые тонкой серой или бурой корой, четырехгранные, густо опушенные. Листья множественные, супротивные, продолговатые, морщинистые, сверху темно-зеленые, снизу почти серые от коротких волосков, с мелкосетчатыми прожилками. Цветки большие, на ко-

ротких цветоножках, по 3—8 в кольцо, собраны в соцветия. Венчик двугубый, фиолетово-синий, запах, особенно при растирании пальцами, ароматный, сильный, вкус пряный. Цветет в июне—июле.

Растение родом из Средиземноморья. Районы распространения в культуре — Украина, Молдавия, Кавказ и Краснодарский край. Культивируется в садах, на огородах и т. п.

Для лечебных целей используют листья шалфея, которые собирают первый раз в начале цветения (июнь—июль), второй раз в сентябре.

Листья шалфея содержат большое количество дубильных веществ, до 2,5% эфирного масла, в состав которого входит 15% цинеола, туйон, терпены.

Применение. Основное действие шалфея лекарственного объясняется наличием в нем дубильных веществ, оказывающих вяжущее, противовоспалительное и кровоостанавливающее действие, и эфирного масла, обладающего бактерицидным свойством.

Шалфей — популярное лекарственное растение, известное с древних времен. Многие греческие поэты воспевали его целительные свойства.

В научной медицине листья шалфея применяют только наружно: для примочек, припарок и полосканий, как легкое вяжущее и смягчительное средство при воспалительных процессах слизистых оболочек, главным образом полости рта, горла и зева, а иногда прямой кишки (для клизмы — отвар 1 столовой ложки листьев на 1 стакан воды).

Институт микробиологии и вирусологии им. Д. К. Заболотного АН УССР в 1979 году предложил для использования в стоматологии лекарственный препарат сальвин. Это комплексное малотоксичное средство, содержащее активные действующие вещества травы шалфея лекарственного. Сальвин губительно влияет на грамположительные микроорганизмы, в том числе на устойчивые к антибиотикам стафило- и стрептококки. Обладает противовоспалительным и вяжущим действием, стимулирует регенерацию мягких тканей. Выпускается в виде 1%-ного спиртового раствора во флаконах.

Употребляют сальвин в виде 0,1—0,25%-ного водно-спиртового раствора при катаральных и язвенно-некротических гингивитах, острых и хронических афтозных стоматитах, пародонтозе I—III степени, хроническом и

остром периодонтите, аденофлегмонах, абсцессах (после вскрытия).

В зависимости от характера патологического процесса растворы сальвина назначают для орошений, смазываний, промываний, аппликаций, введения турунд в каналы и патологические карманы (на 10 мин). Длительность лечения — от 2 до 10 сеансов.

В домашних условиях листья шалфея заваривают, как чай, для чего 1 столовую ложку его заливают 1 стаканом кипятка, настаивают 20 мин, процеживают и теплым полощут рот и горло несколько раз в день. Масло шалфея добавляют для запаха к зубным порошкам.

Листья шалфея входят в состав чаев: грудного № 3, желудочного, смягчительных.

Шиповник коричный (шиповник майский) — *Rosa cinnamomea* L.

Семейство розоцветных — Rosaceae.

Народные названия: *дикая роза, шипшинник.*

Кустарник высотой около 2 м с блестящими красновато-коричневыми ветвями, на которых расположены немногочисленные, изогнутые книзу шипы, размещенные обычно попарно возле основания черешков листьев, и многочисленные изогнутые или прямые небольшие шипы и щетинки. Листья очередные, сложные, непарноперистые, с 5—7 парами продолговато-эллиптических, по краям пильчатых, опушенных листочков. Цветки большие, с пятью розовыми свободными лепестками и пятираздельной чашечкой. Плодики — семечки мелкие, светло-желтые или белые. Цветет в мае—июле, плоды созревают в августе—сентябре и остаются на ветвях до зимы.

Встречается на всей территории европейской части СССР, особенно на севере. В нашей стране насчитывается более 60 видов шиповника. Растет в лесах, среди кустарников, в руслах и разливах рек.

Для лечебных целей используют созревшие плоды всех видов шиповника, которые собирают в конце августа—сентябре и немедленно сушат в специальных сушильках, в хорошо нагретых печах на железных листах или сетках, а в южных районах — на солнце. Высушенные ягоды шиповника оранжево-красные, кисло-сладкого вкуса, без запаха.

Плоды шиповника содержат большое количество аскорбиновой кислоты (15—17%), рибофлавин, витамины К и Р, каротин, сахар (18%), органические кислоты, в том числе около 2% лимонной кислоты, пектиновые и дубильные вещества (4,5%), минеральные соли.

Применение. Настои плодов шиповника издавна использовали в народной медицине при заболеваниях печени и пищевого канала.



Шиповник коричный

Водный настой шиповника повышает сопротивляемость организма при инфекционных заболеваниях. Ослабляет развитие атеросклероза и обладает общеукрепляющим тонизирующим действием. Настой плодов и отвар семян употребляют внутрь при желчно-каменной болезни.

Употребляют как желчегонное средство при заболеваниях печени, при гипо- и авитаминозе: 1) столовую ложку плодов шиповника (предварительно вымытых) заливают 2 стаканами кипятка в эмалированной посуде, закрывают крышкой, кипятят 10 мин и настаивают в течение 20—24 ч, процеживают и пьют по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день перед едой; 2) 2 столовые ложки очищенных от семян плодов шиповника обмывают холодной водой, растирают в ступке, заливают 2 стаканами кипятка и кипятят в закрытой посуде 20 мин, настаивают 1 ч, процеживают через сито набухшие плоды, получают настой-пюре (можно добавить сахар или варенье по вкусу) и пьют по $\frac{1}{2}$ стакана утром и вечером перед едой; 3) аптечный препарат холосас принимают по 1 чайной ложке 3 раза в день до еды.

Плоды шиповника входят в состав чаев: витаминных № 1, 2 и поливитаминного.

Щавель конский — *Rumex confertus* Willd.
Семейство гречишных — Polygonaceae.

Общеизвестное многолетнее травянистое растение. Стебель высотой до 1,5 м, прямой, толстый, бороздчатый, покрытый листьями, в верхней части ветвистый. Нижние листья продолговато-треугольные, широкие, тупые, на длинных черешках, верхние — очередные, заостренные на концах, короткочерешковые. Соцветие узкоцилиндрическое, густое, состоит из мелких зеленоватых цветочных колец, почти без листьев. Плод — трехгранный орешек. Цветет в мае—июне.

Встречается на всей территории СССР. Растет как сорняк на заливных лугах, склонах, вдоль дорог, на лесных полянах, по берегам рек и озер.

Для лечебных целей используют траву, а также корни и корневища, которые заготавливают в сентябре—октябре. Выкопанные корневища и корни старательно очищают от земли, моют в холодной воде, расстилают тонким слоем и сушат в хорошо проветриваемых помещениях. Запах высушенного корня своеобразный, вкус терпкий, горьковатый.

В медицинской практике, кроме указанного вида щавеля, используют и другой вид — щавель шпинатный.

Использование щавеля с лечебной целью основывается на содержании в его корнях и семенах ряда действующих веществ, изученных сравнительно недавно.

В семенах и корнях различных видов щавеля имеются дубильные вещества пирокатехиновой и пирогалловой групп, щавелево-кислый кальций, антрагликозиды в виде метилантрахинонов. Кроме того, в состав щавеля входят смолы, эфирное масло, витамин К. Следовательно, в щавеле соединены дубильно-вяжущие, противоположные и слабительные вещества — антрагликозиды.

Применение. В небольших дозах вызывает вяжущий, противоположный эффект, а в больших — слабительный.

Употребляют: как противоположное, закрепляющее средство — настой или отвар 2 столовых ложек травы с измельченными корнями растения на 1 стакан кипятка принимают по 1 столовой ложке 3—5 раз в день или $\frac{1}{4}$ стакана на ночь (как слабительное). В аптеках можно приобрести жидкий экстракт, который употребляют по 1 чайной ложке на ночь как слабительное.

РЕЦЕПТЫ НЕКОТОРЫХ ГОТОВЫХ ЛЕЧЕБНЫХ ЧАЕВ И СМЕСЕЙ

В аптеках, а в больших городах и в специализированных магазинах аптскоуправления имеются готовые чаи и смеси, состоящие из нескольких видов лекарственных растений, утвержденных фармакологическим комитетом Министерства здравоохранения СССР.

Лечебные чаи можно готовить и в домашних условиях. Для этого необходимо знать состав, дозы и способы их приготовления. Дозы утвержденных смесей и чаев обозначаются в частях. Одна часть соответствует 10 г, или 1 десертной ложке.

Необходимо правильно выполнять такие рекомендации: принимать лекарства перед едой — значит употреблять их за 20—30 мин до еды; настои и отвары обязательно процеживать через марлю или чистую ткань.

Аппетитные чаи (горечи) — (*Species amarae*).
Применяют для повышения аппетита и улучшения пищеварения.

Аппетитный чай № 1 (ТУ 79—47): трава полыни — 8 частей, трава тысячелистника — 2 части. 1 столовую ложку смеси заварить в 2 стаканах кипятка, как чай, настоять в течение 30 мин, процедить и пить по $\frac{1}{4}$ стакана 3 раза в день перед едой.

Аппетитный чай № 2: листья вахты трехлистной (трифоли) — 1 часть, трава тысячелистника — 1 часть, трава полыни — 1 часть. 1 столовую ложку смеси заварить в стакане кипятка, настоять в течение 20 мин, процедить и принимать по 1 столовой ложке 3—4 раза в день перед едой.

Противоастматические смеси. Применяют для облегчения состояния больных бронхиальной астмой.

Смесь № 1 (астматол) — (*Asthmatolum*): листья белены — 1 часть, листья красавки (белладонны) — 2 части, листья дурмана — 6 частей, натриевая селитра — 1 часть, вода — 3 части. $\frac{1}{2}$ чайной ложки этой смеси зажечь и вдыхать дым.

Смесь № 2 (астматин) — (*Asthmatinum*): листья белены — 2 части, листья дурмана — 8 частей, натриевая селитра — 1 часть, вода — 3 части. Эту смесь

промышленность выпускает в виде сигарет по 20 штук в упаковке. Их курят больные бронхиальной астмой.

Смеси № 1 и 2 сохраняют в сухом месте с соблюдением условий хранения ядовитых веществ.

Ветрогонные чай — (*Species carminativae*). Применяют в случаях вздутия живота газами (метеоризм).

Ветрогонный чай № 1 (ТУ 78—47): плоды фенхеля — 1 часть, листья мяты перечной — 2 части, корневища с корнями валерианы — 2 части. 1 столовую ложку смеси заварить в стакане кипятка, настоять в течение 30 мин, процедить и пить по 2 столовые ложки 3—4 раза в день.

Ветрогонный чай № 2: цветки ромашки — 2 части, листья мяты перечной — 2 части, семена фенхеля — 2 части, семена тмина — 2 части, корни валерианы — 1 часть. 2 чайные ложки смеси заварить в стакане кипятка и после охлаждения пить утром и вечером по 1 стакану.

Витаминные чай — (*Species vitaminosae*). Применяют в качестве общеукрепляющего средства в случае гиповитаминозов и авитаминозов.

Витаминный чай № 1 (ТУ 92—47): плоды шиповника — 1 часть, ягоды смородины — 2 части. Заварить смесь и пить, как чай.

Витаминный чай № 2 (ТУ 96—47): плоды шиповника — 1 часть, ягоды рябины — 1 часть; 1 столовую ложку смеси заварить в 2 стаканах кипятка, кипятить 10 мин, настаивать 4—5 ч, процедить и выпить за 2—3 раза, как чай. Сохранять в темном и прохладном месте.

Поливитаминный чай: плоды шиповника — 3 части, ягоды смородины или ягоды рябины — 1 часть, листья крапивы двудомной — 3 части, морковь — 3 части. Четыре чайные ложки смеси залить 2 стаканами кипятка и держать теплыми (60—70°) в течение 1 ч, затем процедить и пить по 1/2 стакана 3—4 раза в день. Готовить следует только в эмалированной или стеклянной посуде.

Противогеморройные чай — (*Species antihæmorrhoidis*). Применяют как слабительное средство при геморрое.

Противогеморройный чай (ТУ 81—47): александрийский лист — 1 часть, трава тысячелистника — 1 часть, кора крушины — 1 часть, плоды кориандра — 1 часть, корень солодки — 1 часть. 1 столовую ложку сме-

си заварить в 1 стакане кипятка, настоять 30 мин, процедить и пить по $\frac{1}{2}$ стакана на ночь.

Грудные чаи — (*Species pectoralis*). Применяют как отхаркивающее средство при заболеваниях верхних дыхательных путей.

Грудной чай № 1 (ТУ 95—47): корни алтея — 2 части, листья мать-и-мачехи — 2 части, трава душицы обыкновенной — 1 часть. 1 столовую ложку смеси заварить в 2 стаканах кипятка, настоять 20 мин, процедить и пить теплой по $\frac{1}{2}$ стакана через каждые 3 ч.

Грудной чай № 2 (ТУ 94—47): листья мать-и-мачехи — 4 части, листья подорожника ланцетолистного — 3 части, корни солодки — 3 части. 1 столовую ложку смеси залить 2 стаканами кипятка, настоять 30 мин, процедить и принимать теплой по $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$ стакана через 3 ч.

Грудной чай № 3 (ТУ 93—47): листья шалфея — 1 часть, плоды аниса — 1 часть, сосновые почки — 1 часть, корни алтея — 2 части, корни солодки — 2 части. 1 столовую ложку смеси заварить в 2 стаканах кипятка, настоять 20 мин, процедить и пить по $\frac{1}{4}$ стакана через 3 ч.

Грудной чай № 4 (ТУ 97—47): корни солодки — 2 части, корни алтея — 2 части, плоды фенхеля или укропа — 1 часть. 1 столовую ложку смеси заварить в 2 стаканах кипятка, настоять 20 мин, процедить и принимать по $\frac{1}{4}$ стакана через 3 ч.

Грудной чай: цветки коровяка скипетровидного (крупно нарезанные) — 2 части, листья мать-и-мачехи (мелко нарезанные) — 4 части, семена аниса (истолченные) — 2 части, измельченные корни алтея — 8 частей, измельченные корни фиалки — 1 часть, корни солодки — 3 части. 1 столовую ложку смеси заварить в 2 стаканах кипятка, настоять 30 мин, процедить и принимать по $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$ стакана через 3 ч.

Желчегонные чаи — (*Species cholagogae*). Применяют при заболевании печени и желчного пузыря, гепатохолецистите.

Желчегонный чай № 1 (ТУ 75—47): цветки бессмертника — 4 части, листья вахты трехлистной — 3 части, листья мяты перечной — 2 части, плоды кориандра — 2 части. 2 столовые ложки смеси заварить в 2 стаканах кипятка, кипятить 10 мин, процедить и пить по $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день перед едой.

Желудочные чаи — (Species stomachicae). Применяют при расстройстве функции желудка и кишечника как вяжущее (противопоносное) и слабительное средство.

1. Как средства, регулирующие деятельность кишок (слабительное):

Желудочный чай № 1 (ТУ 85—47): кора крушины — 3 части, листья мяты перечной — 2 части, листья крапивы — 3 части, корни и корневища валерианы — 1 часть, корневища аира — 1 часть. 2 столовые ложки смеси заварить в 2 стаканах кипятка, кипятить 10 мин, процедить и после охлаждения пить по $\frac{1}{2}$ стакана утром и вечером.

Желудочный чай № 2: кора крушины — 2 части, семена аниса — 2 части, корни солодки — 3 части, листья тысячелистника — 1 часть, семена горчицы — 2 части. 2 чайные ложки смеси заварить в 1 стакане кипятка, кипятить 10 мин, процедить и пить утром и вечером по $\frac{1}{2}$ стакана.

Желудочный чай (слабительный) № 1 (ТУ 90—47): кора крушины — 3 части, листья тысячелистника — 2 части, листья крапивы — 2 части. 1 столовую ложку смеси залить 2 стаканами кипятка, кипятить 20 мин, процедить и пить по $\frac{1}{2}$ —1 стакану на ночь.

Желудочный чай (слабительный) № 2 (ТУ 91—47): плоды жостера — 2 части, плоды аниса — 1 часть, александрийский лист — 3 части, кора крушины — 2 части, корни солодки — 1 часть. 1 столовую ложку смеси заварить в 1 стакане кипятка, настоять 20 мин, процедить и пить по $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{4}$ стакана на ночь.

Смесь слабительная сен-жерменская: измельченные листья сенны — 4 части, крупно истолченные плоды аниса — 1 часть, крупно истолченные плоды фенхеля — 1 часть, цветки бузины черной — 3 части, сегнетова соль (крупно истолченная) — 1 часть. Растворить сегнетовую соль в небольшом количестве воды, полученным раствором равномерно пропитать листья сенны и высушить (сушить при температуре 30—40°), а затем добавить плоды фенхеля, аниса и цветки бузины. 1 столовую ложку смеси заварить, как чай, в стакане кипятка и пить по $\frac{1}{2}$ —1 стакану на ночь.

2. **Желудочные противопоносные (вяжущие) чаи.**

Противопоносный чай № 1: корневища лапчатки прямостоячей — 1 часть, корневища горца змеиного — 4 части. 2 столовые ложки смеси заварить в 1

стакане кипятка, настоять 30 мин, процедить и выпить в течение дня в 3—4 приема.

Противопоносный чай № 2 (ТУ 83—47): плоды черемухи — 3 части, плоды черники — 2 части. 2 столовые ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, кипятить 20 мин, процедить и после охлаждения пить по $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$ стакана 3 раза в день.

Противопоносный чай (вяжущий) № 3 (ТУ 84—47): шишки ольхи — 2 части, корневища горца змеиноного — 1 часть. 2 чайные ложки смеси заварить в 1 стакане кипятка, как чай, настоять 20 мин, процедить и выпить за 3—4 приема в течение дня.

Мочегонные чаи — (Species diureticae).

Мочегонный чай № 1 (ТУ 89—47): листья толокнянки (медвежьих ушек) — 3 части, цветки василька синего — 2 части, корни солодки — 1 часть. 1 столовую ложку смеси заварить в 1 стакане кипятка, настоять 30 мин, процедить и выпить в течение дня в 3—4 приема перед едой при заболеваниях почек и отеках (по назначению врача).

Мочегонный чай № 2 (ТУ 88—47): листья толокнянки — 4 части, корни солодки — 2 части, плоды можжевельника обыкновенного — 4 части. 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, кипятить 10 мин, процедить и пить 3—4 раза в день по 1 столовой ложке перед едой при заболеваниях почек и отеках (по назначению врача).

Мочегонный чай № 3: ягоды можжевельника обыкновенного — 2 части, корневища пырея ползучего — 1 часть, трава хвоща полевого — 2 части. 1 столовую ложку смеси залить 2 стаканами кипятка, кипятить 10 мин, процедить и пить по 1 столовой ложке 3—4 раза в день перед едой (по назначению врача).

Мягчительные чаи. Применяют как болеутоляющее и обволакивающее средства при заболеваниях дыхательных путей.

Мягчительный чай № 1. Применяют для припарок (ТУ 82—47): цветки ромашки — 1 часть, трава донника лекарственного — 1 часть, листья алтея лекарственного — 1 часть. Смесь растений заварить в кипятке и, обернув распаренные растения тканью, прикладывать к больным местам.

Мягчительный чай № 2. Применяют для припарок (ТУ 82—47): цветки ромашки — 1 часть, трава дон-

ника лекарственного — 1 часть. Эту смесь облить кипятком, распаренные растения завернуть в марлю (ткань) и в горячем виде прикладывать к больным местам.

Потогонные чаи — (*Species diaphoreticae*). Применяют при простудных заболеваниях, гриппе, ознобе, лихорадке.

Потогонный чай № 1 (ТУ 86—47): ягоды малины — 1 часть, соцветия липы — 1 часть. 2 столовые ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, кипятить 10 мин, процедить и пить отвар, как чай, по 1—2 стакана на ночь.

Потогонный чай № 2 (ТУ 87—47): ягоды малины — 2 части, листья мать-и-мачехи — 2 части, трава душицы обыкновенной — 1 часть. 2 столовые ложки смеси заварить в 2 стаканах кипятка, настоять 20 мин, процедить и пить настой горячим, как чай, по 1—2 стакана на ночь.

Смеси для полоскания горла. Применяются при воспалительных состояниях полости рта (десны и глотки).

Смесь № 1 для полоскания горла (ТУ 80—47): дубовая кора — 2 части, соцветия липы — 1 часть. 2 столовые ложки смеси заварить в 1 стакане кипятка, как чай, настоять 2—3 мин, процедить, охладить и полоскать горло несколько раз в день (5—6).

Смесь № 2 для полоскания горла (ТУ 76—47): соцветия липы — 2 части, цветки ромашки — 3 части. 2 столовые ложки смеси заварить в 1 стакане кипятка, как чай, настоять в течение 15—20 мин, процедить и полоскать горло несколько раз в день.

Успокоительные чаи — (*Species sedativae*). Применяют при возбуждении нервной системы и бессоннице.

Успокоительный чай № 1 (ТУ 77—47): листья мяты перечной — 2 части, листья вахты трехлистной — 2 части, корни и корневище валерианы — 1 часть, плоды хмеля — 1 часть. 2 столовые ложки смеси заварить в 2 стаканах кипятка, настоять 30 мин, процедить и пить, как чай, по $\frac{1}{2}$ стакана 2 раза в день (утром и вечером).

Успокоительный чай № 2: корни и корневище валерианы — 1 часть, трава пустырника пятилопастного — 1 часть, семена тмина — 1 часть, семена фенхеля — 1 часть. 1 столовую ложку смеси заварить в 1 стакане кипятка, настоять до охлаждения, процедить и пить (можно с сахаром) по 1 стакану 3 раза в день.

ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ ПО ИХ ЛЕЧЕБНОМУ ПРИМЕНЕНИЮ

Болеутоляющие

Безвременник осенний (семена, луковицы)	Переступень белый
Валериана лекарственная (корень)	Пустырник пятилопастный
Мята перечная	Ромашка аптечная
Облепиха крушиновидная	Тополь черный
	Чемерица Лобеля

Отхаркивающие и противокашлевые

Алтей лекарственный	Подорожник большой
Анис обыкновенный	Синюха голубая
Горец птичий	Солодка голая
Девясил высокий	Сосна обыкновенная
Душица обыкновенная	Термопсис ланцетный
Истод сибирский	Тмин обыкновенный
Коровяк высокий	Фенхель обыкновенный
Мать-и-мачеха	Фиалка трехцветная
Мачек желтый	Чабрец ползучий
Первоцвет весенний	

Витаминные

Береза бородавчатая	Первоцвет весенний
Земляника лесная	Подорожник большой
Зверобой продырявленный	Рябина обыкновенная
Капуста огородная	Рябина черноплодная
Крапива двудомная	Смородина черная
Кровохлебка лекарственная	Сосна обыкновенная
Лук репчатый	Сушеница болотная
Облепиха крушиновидная	Шиповник коричный

Вяжущие (противовоспалительные)

Алтей лекарственный	Лапчатка прямостоячая
Бадан толстолистный	Мята перечная
Брусника	Облепиха крушиновидная
Горец эменный	Подорожник большой
Дурнишник обыкновенный	Пижма обыкновенная
Земляника лесная	Ромашка аптечная
Зверобой продырявленный	Рута пахучая
Калина обыкновенная	Таволга вязолистная
Каштан конский	Шалфей лекарственный
Кровохлебка лекарственная	Черемуха обыкновенная
Кукуруза	Черника

Горечи (улучшающие аппетит, пищеварение)

Аир болотный (корневище)	Полынь горькая
Алоэ древовидное (сок)	Подорожник большой
Анис обыкновенный	Пустырник пятилопастный
Барбарис обыкновенный	Рута пахучая
Вахта трехлистная	Смородина черная
Горец птичий	Термосис ланцетный (трава)
Душица обыкновенная	Тмин обыкновенный
Зверобой продырявленный	Фенхель обыкновенный
Золототысячник малый	Хмель обыкновенный
Можжевельник обыкновенный	Цикорий обыкновенный
Одуванчик лекарственный	Чеснок
Перец стручковый	

Желчегонные

Арника горная	Кукуруза
Барбарис обыкновенный	Мята перечная
Бессмертник песчаный	Ноготки лекарственные
Василек синий	Одуванчик лекарственный
Вахта трехлистная	Редька черная посевная
Золототысячник малый	Чистотел большой
Кошачья лапка	Шиповник коричный

При желчно-каменной болезни

Барбарис обыкновенный	Кукуруза
Горец птичий	

Успокаивающие

Боярышник кроваво-красный	Пион уклоняющийся
Валериана лекарственная	Пустырник пятилопастный
Душица обыкновенная	Хмель обыкновенный
Ландыш майский	Черда трехраздельная
Ноготки лекарственные	Чистец буквицевый
Пассифлора инкарнатная	

Снижающие содержание сахара в крови

Черника (листья)

Кровоостанавливающие

Арника горная	Кровохлебка лекарственная
Барбарис обыкновенный	Лапчатка гусиная
Водяной перец	Пастушья сумка
Горец почечуйный	Первоцвет весенний
Горец птичий	Спорынья
Калина обыкновенная	Тысячелистник обыкновенный
Кошачья лапка	Хлопчатник
Крапива двудомная	

Раздражающие слизистые оболочки и кожу

Крапива двудомная

Перец стручковый

Мягчительные, обволакивающие

Алтей лекарственный

Потогонные

Брусника

Первоцвет весенний

Таволга вязолистная

Черда трехраздельная

При кожных заболеваниях

Алоэ древовидное

Береза бородавчатая (почки)

Горец зменный

Капуста огородная

Облепиха крушиновидная

Плаун булавовидный

Подорожник большой

Тысячелистник обыкновенный

Чемерица Лобеля

Черда трехраздельная

Чистотел большой

Слабительные

Аир болотный

Гармала обыкновенная

Горец почечуйный

Морская капуста

Ревень тангутский

Щавель конский

Противоглистные

Папоротник мужской

Пижма обыкновенная

Полынь цитварная

Тыква обыкновенная

Чеснок

Противомикробные

Береза бородавчатая

Березовый гриб (чага)

Можжевельник обыкновенный

Мята перечная

Василистник малый

Каланхоэ перистое

Кубышка желтая

Лук репчатый

Сосна обыкновенная

Чеснок

Чистотел большой

Спазмолитические

Амми зубная

Арника горная

Белена черная

Белладонна

Белокопытник лекарственный

Валериана лекарственная

Василистник вонючий

Дурман обыкновенный

Крестовник широколистный

Мачек желтый

Морковь посевная

Пастернак посевной

Сушеница болотная

Сферофиза солонцовая

Ранозаживляющие

Алоэ древовидное
Каланхоэ перистое
Капуста огородная

Лук репчатый
Подорожник большой
Ромашка аптечная

Мочегонные

Адонис весенний
Береза бородавчатая (почки)
Василек синий
Горец птичий
Земляника лесная
Кукуруза
Можжевельник обыкновенный
(ягоды)

Редька черная
Рябина обыкновенная
Стальник полевой
Финка трехцветная
Хвощ полевой
Чистотел большой

При почечно-каменной болезни

Брусника
Горец птичий

Лапчатка гусиная

Сердечные

Адонис весенний
Астрагал шерстисто-цветковый
Боярышник кроваво-красный
Желтушник серый

Ландыш майский
Наперстянка (листья)
Обвойник греческий
Чистец буквицевидный

Тонизирующие средства

Родиола розовая
Стеркулия платанолистная

Унгерния Виктора

Фотосенсибилизирующие

Пастернак посевной

При опухолевых заболеваниях

Безвременник осенний

Березовый гриб (чага)

Для лечения алкоголизма

Капуста огородная (свежий
сок)

Золототысячник малый

**АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ
РУССКИХ НАЗВАНИЙ РАСТЕНИЙ**

А		Дурнишник обыкновенный	53
Адонис весенний	17	Душица обыкновенная	53
Аир болотный	18	Ж	
Алоэ древовидное	20	Желтушник серый	55
Алтей лекарственный	21	З	
Амми зубная	22	Зверобой продырявленный	56
Анис обыкновенный	23	Земляника лесная	58
Арника горная	24	Золототысячник малый	59
Астрагал шерстисто-цвет- ковый	25	И	
Б		Истод сибирский	61
Бадан толстолистный	26	К	
Барбарис обыкновенный	27	Каланхоэ перистое	61
Безвременник осенний	28	Калина обыкновенная	63
Белена черная	29	Капуста огородная	64
Белладонна	30	Каштан конский обыкновен- ный	66
Белокопытник лекарствен- ный, или гибридный	31	Коровяк высокий	66
Береза бородавчатая	32	Кошачья лапка	67
Березовый гриб	33	Крапива двудомная	68
Бессмертник песчаный	35	Крестовник широколист- ный	70
Боярышник кроваво-крас- ный	36	Кровохлебка лекарственная	71
Брусника	37	Кубышка желтая	71
В		Кукуруза	72
Валериана лекарственная	39	Л	
Василек синий	40	Лапчатка майский	73
Василистник вонючий	41	Лапчатка гусиная	74
Вахта трехлистная	42	Лапчатка прямостоячая	76
Водяной перец	44	Лук репчатый	77
Г		М	
Гармала обыкновенная	45	Мать-и-мачеха	78
Горец почечуйный	46	Мачех желтый	79
Горец змеиный	46	Можжевельник обыкновен- ный	81
Горец птичий	47	Морковь посевная	82
Д		Морская капуста	83
Девясил высокий	49	Мята перечная	84
Донник лекарственный	50		
Дурман обыкновенный	52		

Н		Стеркулия платанолистная	127
Наперстянки: крупноцветковая, пурпуровая, шерстистая	86	Сушеница болотная	127
Ноготки лекарственные	87	Сферофиза солонцовая	129
О		Т	
Обвойник греческий	89	Таволга вязолистная	130
Облепиха крушиновидная	89	Термопсис ланцетный	131
Одуванчик лекарственный	90	Тмин обыкновенный	132
Ольха клейкая, или черная	92	Тополь черный	133
		Тыква обыкновенная	134
		Тысячелистник обыкновенный	135
П		У	
Папоротник мужской	93	Унгерея Виктора	137
Пассифлора инкарнатная	94	Ф	
Пастернак посевной	95	Фенхель обыкновенный	138
Пастушья сумка	96	Фиалка трехцветная	139
Первоцвет весенний	97	Х	
Переступень белый	98	Хвощ полевой	140
Перец стручковый однолетний	99	Хлопчатник	142
Пижма обыкновенная	100	Хмель обыкновенный	143
Пион уклоняющийся	102	Ц	
Плаун булавовидный	103	Цикорий обыкновенный	144
Подорожник большой	104	Ч	
Полынь горькая	106	Чабрец ползучий	145
Полынь цитварная	108	Чемерица Лобеля	146
Пустырник пятилопастный	109	Черсда трехраздельная	147
Р		Черемуха обыкновенная	148
Ревень тангутский	111	Черника	149
Редька посевная	112	Чеснок	150
Родиола розовая	113	Чистец буквицветный	151
Ромашка аптечная	115	Чистотел большой	152
Рута пахучая	116	Ш	
Рябина обыкновенная	117	Шалфей лекарственный	154
Рябина черноплодная	119	Шиповник коричный	156
С		Щ	
Синюха голубая	120	Щавель конский	158
Смородина черная	121		
Солодка голая	122		
Сосна обыкновенная	123		
Спорынья	124		
Стальник полевой	125		

**АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ
ЛАТИНСКИХ НАЗВАНИЙ РАСТЕНИЙ**

А

Achillea millefolium L. 135
Acorus calamus L. 18
Adonis vernalis L. 17
Aesculus hippocastanum L. 66
Allium cepa L. 77
Allium sativum L. 150
Aloe arborescens Mill. 20
Alnus glutinosa Gaertn. 92
Althaea officinalis L. 21
Ammi visnaga L. 22
Anisum vulgare Gaertn. 23
Antennaria dioica (L.) Gaertn. 67
Arnica montana L. 24
Aronia melanocarpa (Michx.) 119
Artemisia absinthium L. 106
Artemisia cina (Berg.) P.
 Pol. 108
Astragalus dasyanthus Pall. 25
Atropa belladonna L. 30

В

Berberis vulgaris L. 27
Bergenia crassifolia Fritsch. 26
Betula verrucosa Ehrh. 32
Bidens tripartita L. 147
Brassica oleracea L. 64
Bryonia alba L. 98

С

Calendula officinalis L. 87
Capsella bursa — pastoris (L.)
 Medic. 96
Capsicum annuum L. 99
Carum carvi L. 132
Centaurea cyanus L. 40
Centarium minus Moench. 59
Chelidonium majus L. 152
Cichorium intybus L. 144
Claviceps purpurea Tul. 124
Colchicum autumnale L. 28
Convallaria majalis L. 73
Crataegus sanguinea Pall. 36
Cucurbita pepo L.

Д

Datura stramonium L. 52
Daucus sativus (Hoffm.) Roehl.
 82

Digitalis grandiflora Mill. 86
Digitalis lanata Ehrh. 86
Digitalis purpurea L. 86
Dryopteris filix mas (L.)
 Schott. 93

Е

Equisetum arvense L. 140
Erysimum canescens Roth. 55

Ф

Filipendula ulmaria Maxim. 130
Foeniculum vulgare Mill. 138
Fragaria vesca L. 58

Г

Glaucium flavum Crantz. 79
Glycyrrhiza glabra L. 122
Gnaphalium uliginosum L. 127
Gossypium L. 142

Н

Helichrysum arenarium (L.)
 D. C. 35
Hippophae rhamnoides L. 89
Humulus lupulus L. 143
Hyoscyamus niger L. 29
Hypericum perforatum L. 56

И

Inonotus obliquus (Pers.) 33
Inula helenium L. 49

Ј

Juniperus communis L. 81

К

Kalanchoe pinnatum (Lam.)
 Pers. 61

Л

Laminaria Saccharina Lam. 83
Leonurus quinquelobatus
 Gilib. 109
Lycopodium clavatum L. 103

- M**
- Matricaria chamomilla L. 115
 Melilotus officinalis
 Desr. 50
 Mentha piperita L. 84
 Menyanthes trifoliata L. 42
- N**
- Nuphar luteum (L.) Sibt. et
 Smith 71
- O**
- Ononis arvensis L. 125
 Origanum vulgare L. 53
- P**
- Padus racemosa Gilib. 148
 Passiflora incarnata L. 94
 Pastinaca sativa L. 95
 Peganum harmala L. 45
 Peonia anomala L. 102
 Periploca graeca L. 89
 Petasites officinalis
 Moench. 31
 Pinus silvestris L. 123
 Plantago major L. 104
 Polemonium coeruleum L. 120
 Polygala sibirica L. 61
 Polygonum aviculare L. 47
 Polygonum bistorta L. 46
 Polygonum hydropiper L. 44
 Polygonum persicaria L. 46
 Populus nigra L. 133
 Potentilla anserina L. 74
 Potentilla erecta (L.)
 Hampe. 76
 Primula veris L. 97
- R**
- Raphanus sativus L. 112
 Rheum palmatum L. 111
 Rhodiola rosea L. 113
 Ribes nigrum L. 121
- Rosa cinnamomea L. 156
 Rumex confertus Willd. 158
 Ruta graveolens L. 116
- S**
- Salvia officinalis L. 154
 Sanguisorba officinalis L. 71
 Senecio platyphyllus D. C. 70
 Sorbus aucuparia L. 117
 Sphaerophysa salsula Pall.
 D. C. 129
 Stachys betonicaeflora Rupr. 151
 Sterculia platanifolia L. 127
- T**
- Tanacetum vulgare L. 100
 Taraxacum officinale Wigg. 90
 Thalictrum foetidum L. 41
 Thermopsis lanceolata R. Br. 131
 Thymus serpyllus L. 145
 Tussilago farfara L. 78
- U**
- Ungeria victoris Vved. 137
 Urtica dioica L. 68
- V**
- Vaccinium myrtillus L. 149
 Vaccinium vitis idaea L. 37
 Valeriana officinalis L. 39
 Veratrum lobelianum Bernh. 146
 Verbascum thapsiforme
 Schrad. 66
 Viburnum opulus L. 63
 Viola tricolor (L.) Wittr. 139
- X**
- Xanthium strumarium L. 53
- Z**
- Zea mays L. 72

ЛИТЕРАТУРА

1. Атлас лекарственных растений СССР /под ред. Н. В. Цицина, М., Медгиз, 1962.
2. Акопов И. Э. Кровоостанавливающие растения. Ташкент, Медицина, 1977.
3. Балицкий Қ. П., Воронцова А. Л. Лекарственные растения и рак. Киев, Наукова думка, 1982.
4. Борисов М. И. Лекарственные свойства сельскохозяйственных растений. Минск, Урожай, 1974.
5. Вехов В. Н., Губанов И. А., Лебедева Г. Ф. Культурные растения СССР. М., Мысль, 1978.
6. Гаммерман А. Ф., Гром И. И. Дикорастущие лекарственные растения СССР. М., Медицина, 1976.
7. Государственная фармакопея СССР. 10-е изд. М., Медицина, 1968.
8. Губсберг А. Я., Соломченко Н. И. Лекарственные растения Донбасса. 4-е изд. Донецк, Донбасс, 1971.
9. Землинский С. Е. Лекарственные растения СССР. М., Медгиз, 1957.
10. Ивашин Д. С., Катина З. Ф. и соавт. Справочник по заготовкам лекарственных растений. Киев, Урожай, 1983.
11. Пирасек В., Стары Ф. Лекарственные растения. Прага, 1982.
12. Лекарственные препараты, разрешенные к применению в СССР / под ред. М. А. Ключева, Э. А. Бабяна. М., Медицина, 1979.
13. Ковалева Н. Г. Лекарственные растения. Очерки по фитотерапии. М., Медицина, 1971.
14. Кондратюк Е. Н., Ивченко С. И., Смык Г. К. Дикорастущие лекарственные и плодовые растения Украины. Киев, Урожай, 1967.
15. Лукиненко П. И. К фармакологии чистеца буквицецветного. Автореф. канд. диссерт. Алма-Ата, 1955.
16. Мамчур Ф. И. Справочник по фитотерапии. Киев, Здоровье, 1984.
17. Мацку Я., Крейча И. Атлас лекарственных растений. Братислава, изд-во Словацкой АН, 1972.
18. Машковский М. Д. Лекарственные средства. М., Медицина, 1985, т. I.
19. Муравьева Д. А. Фармакогнозия (с основами биохимии лекарственных растений). М., Медицина, 1981.

20. Российский Д. М. Отечественные лекарственные растения и их врачебное применение. М., Медгиз, 1944.
21. Саратиков А. С. Золотой корень (родиола розовая). Томск, изд-во Томского университета, 1975.
22. Смык Г. К. Зеленая аптека. Киев, Урожай, 1970.
23. Соколов С. Я., Замотаев И. П. Справочник по лекарственным растениям (фитотерапия). М., Медицина, 1984.
24. Турова А. Д. Лекарственные растения СССР и их применение. М., Медицина, 1967.
25. Харченко Н. С., Карамышев А. Н., Сила В. И., Володарский Л. И. Лекарственные растения и их применение. Киев, Здоровье, 1982.

СОДЕРЖАНИЕ

Часть I. Общие сведения о лекарственных растениях . . .	5
Действующие вещества лекарственных растений . . .	5
Приготовление из лекарственных растений в до- машних условиях настоев, отваров, настоек, ки- селей, компрессов и примочек	5
Сбор, сушка, обработка и сохранение лекарствен- ных растений	9
Требования к качеству лекарственных растений . .	14
Вредители лекарственного растительного сырья и меры борьбы с ними	15
Часть II. Описание основных лекарственных растений . . .	17
Рецепты некоторых готовых лечебных чаев и смесей	159
Лекарственные растения по их лечебному применению . . .	165
Алфавитный указатель русских названий растений	169
Алфавитный указатель латинских названий растений	171
Литература	173

Научно-популярное издание

**Николай Семенович Харченко,
Анатолий Николаевич Карамышев,
Александр Петрович Гончарик**

**ДИКОРАСТУЩИЕ ЛЕКАРСТВЕННЫЕ, ЗЛАКОВЫЕ,
ОГОРОДНЫЕ РАСТЕНИЯ И ИХ ПРИМЕНЕНИЕ**

Редактор *Л. Н. Толмириди*
Художник *А. В. Бутенко*
Художественный редактор *В. К. Бутенко*
Технический редактор *Л. А. Долгова*
Корректор *И. А. Соколова*

ИБ № 1447

Сдано в набор 16.12.87. Подписано в печать 10.06.88. НГ32261. Формат 84×108¹/₃₂. Бумага книжно-журнальная. Гарнитура «Литературная». Печать высокая. Усл. псч. л. 9,24.+0,84 вклейка. Усл. кр.-отт. 13,44. Уч.-изд. л. 8,857+0,72 вклейка. Тираж 50 000. 2-й завод (25001—50 000). Цена 1 р. 20 к. Заказ № 3232.

Приволжское книжное издательство, Саратов, пл. Революции, 15.

Отпечатано в производственном объединении «Полиграфист» управления издательств, полиграфии и книжной торговли Саратовского облисполкома, Саратов, пр. Кирова, 27, с матриц, изготовленных в типографии издательства «Коммунист», Саратов, ул. Волжская, 28.