

ТРАВНИК



БОЛЬШАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ

Под редакцией Л. В. Анищенко

Москва
Издательство АСТ



УДК 615.32(03)
ББК 42.143я2
А67



Все права защищены.

Ни одна часть данного издания не может быть воспроизведена или использована в какой-либо форме, включая электронную, фотокопирование, магнитную запись или иные способы хранения и воспроизведения информации, без предварительного письменного разрешения правообладателя.

Анищенко, Людмила Владимировна.

А67 Травник. Большая энциклопедия лекарственных растений / Л. В. Анищенко. — Москва : Издательство АСТ, 2024. — 208 с. — (Популярная энциклопедия).

ISBN 978-5-17-162434-7

Природа — богатый источник лекарственных растений, которые испокон веков люди используют для профилактики и лечения различных заболеваний. Неважно начинающий ли вы травник или уже опытный специалист — эта книга понравится всем, кому интересно изучать полезные свойства трав, цветов и деревьев! В энциклопедии собраны сведения более чем о 180 растениях: фотографии и ботанические описания, места распространения и произрастания, важные характеристики. Вы сможете узнать, что за травы окружают вас по дороге к метро, на даче и в лесу, а также о том, как их заготавливать и сушить.

УДК 615.32(03)
ББК 42.143я2

ISBN 978-5-17-162434-7

© Л. В. Анищенко, текст, 2017.
© Р. В. Петров, иллюстрации, 2017.
© ООО «Издательство АСТ», оформление, 2024.



ПРЕДИСЛОВИЕ

Лекарственные растения поистине целебный кладезь, с древних времен люди использовали их для лечения многих заболеваний, передавая накопленный опыт от поколения к поколению. Успехи химического синтеза позволили создать огромное количество новых, неизвестных прежде лекарственных препаратов, это вселило уверенность в том, что только таким образом можно получить лекарства, способные избавить нас от всех болезней. Такая точка зрения была распространена довольно долго, и о лекарственных растениях стали забывать.

В сознании многих людей укрепилось понятие о лекарственных растениях как о чем-то устаревшем. К большому сожалению, сейчас многие просто не знают, как выглядит то или иное целебное растение, а также какую пользу оно может принести. Однако достижения фитотерапии показали, что растения являются источником получения биологически активных веществ.

В настоящее время из-за нерационального использования запасы многих дикорастущих лекарственных растений сократились. Этим вызвана необходимость культивирования многих из них. Из числа лекарственных средств, допущенных фармакопеей в медицинскую практику в России, около 40% приходится на препараты из высших растений. Доказано, что они легко переносятся организмом, не вызывают побочного действия, менее токсичны и незаменимы при лечении многих тяжелых заболеваний.

В предлагаемой энциклопедии представлены растения, которые произрастают и культивируются в России, имеют лечебные свойства и используются для лечения различных заболеваний. Книга по-

может тем, кто хочет восстановить и укрепить свое здоровье при помощи целебных растений. Ее можно использовать для пополнения знаний о применении как дикорастущих, так и культурных растений, которые могут использоваться с лечебной целью. Фотографии и ботаническое описание растений, растущих на лугах, в лесах, полях, садах и огородах, позволяют найти, распознать их и отличить от сотни похожих. Кроме того, в издании даны описания химического состава и лечебных свойств, заключенных в лекарственных растениях, указания, при каких заболеваниях они применяются, а также сведения о биологических особенностях растений, способах заготовки и сушки. Все желающие могут воспользоваться приведенными сборами лекарственных растений, множеством рецептов, применяемых при самых распространенных заболеваниях, подробным описанием, как это правильно сделать. Однако будьте осторожны и помните, что самолечение не может заменить врача.

Автор — научный сотрудник Ростовского Ботанического сада Южного федерального университета, автор книг и более 40 статей о лекарственных растениях, которая знает все о лекарственных растениях, обобщила свой опыт и профессиональные знания, использовала данные исследований и опыт сотрудников ботанического сада по работе с лекарственными растениями.



БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫЕ ВЕЩЕСТВА, СОДЕРЖАЩИЕСЯ В ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЯХ

Растения вырабатывают множество сложных химических соединений, которые можно разделить на действующие, сопутствующие и балластные. Их целебные свойства связаны с наличием действующих, или биологически активных, веществ, которые имеют различный состав и относятся к различным классам химических соединений. Они представляют наибольшую ценность, но содержатся в растениях в минимальных количествах.

Сопутствующие вещества обычно могут усиливать полезное действие биологически активных или уменьшать их вредное влияние. Иногда они оказывают вредное воздействие на организм. В таких случаях их необходимо удалить. Чаще всего присутствие сопутствующих веществ — это важное преимущество природных лекарственных средств, что выгодно отличает их от синтетических препаратов.

Балластные — вещества не вредные, но не приносящие пользу при лечении. Они основная часть растительного организма. Это прежде всего клетчатка, которая не растворяется в обычных растворителях и не переходит в лекарства.

Биологически активные вещества растений принадлежат к различным классам химических соединений.

Алкалоиды — наиболее распространенные и имеющие большое значение в медицине сложные азотсодержащие соединения, получаемые из высших растений, иногда встречаются в водорослях, грибах, мхах. Количество алкалоидов в растениях невелико, до 2–3%. Из различных растений были выделены стрихнин, кофеин, атропин, хинин, широко используемые в медицинской практике. Сами алкалоиды в воде не растворяются. Поэтому употребляют обычно растворимые в воде соли алкалоидов. Фармакологические свойства алкалоидов значительны. Они оказывают успокаивающее и стимулирующее действие на центральную нервную систему. Некоторые растения (аконит, живокость, белладонна, скополия) ядовиты благодаря содержащимся в них алкалоидам. Однако в небольших дозах эти вещества используются как лекарства.

Гликозиды — обширная группа безазотистых веществ, имеющих не менее важное значение, чем алкалоиды. Молекула гликозида состоит из саха-

ристой и несахаристой частей. Действие гликозидов обусловлено несахаристой частью. Гликозиды способны быстро разрушаться под влиянием различных физических факторов. Так что при сборе и сушке сырья, содержащего подобные вещества, сушить сырье надо быстро и не допускать его отсыревания, ибо это активизирует ферменты, разрушающие гликозиды.

В медицине используются сердечные гликозиды, сапонины, горечи, флавоноидные гликозиды и др. Наиболее важны сердечные гликозиды. Они имеются в различных видах наперстянок, ландыше, горлице, применяемых при лечении сердечно-сосудистых заболеваний. Растения эти также считаются ядовитыми.

Некоторые растения с наличием горьких гликозидов (горечи) способны повышать аппетит, улучшать пищеварение. Такие горечи есть в полыни, тысячелистнике, горечавке, золототысячнике.

Во многих растениях встречаются гликозиды, растворы которых при взбалтывании образуют стойкую пену. Они получили название «сапонины», так как впервые были выделены из мыльнянки (лат. *Saponaria officinalis* L.). Сапониносодержащие растения используются в медицине как отхаркивающие (корни истода, синюхи, примулы), мочегонные (почечный чай), желчегонные (зверобой).

Группа флавоноидных гликозидов приобрела большое значение в последнее время. Они относятся к фенольным соединениям и чаще всего бывают в цветках, на что указывает желтая окраска венчика. Флавоноиды оказывают бактерицидное, желчегонное действие, способствуют выведению радиоактивных веществ из организма.

Кумарины и фурукумарины широко распространены в растительном мире. Чаще всего кумарины содержатся в растениях семейства зонтичных, бобовых, рутовых, причем концентрируются они обычно в корнях и плодах. Наиболее важны для медицины фурукумарины. Они используются как сосудорасширяющие и спазмолитические, как эстрогены, противоопухолевые и фотосенсибилизирующие средства.

Эфирные масла — душистые летучие вещества, которые содержатся главным образом в цветках, листьях и плодах. Эфирные масла легко перегоняют-

ся из них горячей водой или паром, а потом конденсируются. Хотя эти соединения и похожи на масла, но по химической природе они принадлежат к терпеноидам. Известно более 2000 эфиромасличных растений (мята перечная, душица обыкновенная, мелисса лекарственная, полынь горькая, шалфей лекарственный, укроп огородный и др.). Количество эфирных масел в них зависит от фазы развития растения, климатических условий и ряда других факторов. Из фармакологических свойств наиболее характерно для них антимикробное, противовоспалительное, противовирусное действие. Некоторые эфирные масла оказались эффективными при лечении заболеваний сердечно-сосудистой и центральной нервной систем. Они обладают болеутоляющими свойствами, отхаркивающим и успокаивающим действием, возбуждают дыхание, улучшают работу пищеварительного тракта, снижают артериальное давление, расширяют кровеносные сосуды. Широко используются в пищевой промышленности.

Смолы по химическому строению близки к эфирным маслам. Они представляют собой липкие густые жидкости. Долго не засыхающие смолы называют бальзамами. Большое их количество — в хвойных, почках березы, корне ревеня. В медицинской практике смолы идут на приготовление пластырей.

Дубильные вещества относятся к группе танидов и получили свое название за способность дубить кожи, делать их водонепроницаемыми. Человек издавна использовал водные вытяжки дубильного растительного сырья в процессе обработки кож. В России с этой целью обычно применяли кору дуба, сам процесс называли дублением, а вещества — дубильными. Эти вещества — с вяжущим вкусом. Они содержатся практически во всех широко известных растениях. Находят их почти во всех органах растений. Преимущественно в коре и древесине деревьев и кустарников, а также в корнях и корневищах травянистых растений. Дубильные вещества способны осаждать белки из растворов. На этом основано их противовоспалительное действие. Белковые вещества взаимодействуют с дубильными, в результате на слизистых оболочках возникает защитная пленка, которая препятствует дальнейшему развитию воспалительного процесса. Таниды, нанесенные на открытые раны, также свертывают белки, образуют защитную пленку, поэтому их используют как местное противовоспалительное и кровоостанавливающее средство. Дубильные вещества малотоксичны, их применяют при желудочно-кишечных заболеваниях, для полоскания горла. Кроме того,

танидами лечат отравления алкалоидами и солями тяжелых металлов. Дубильные вещества на воздухе окисляются, приобретают темно-бурый цвет, становятся нерастворимыми в воде (побурение резаных яблок, айвы, картофеля).

Витамины — это сложные по структуре органические вещества, имеющие широкую физиологическую активность. Хотя они требуются в малых количествах, их роль в обеспечении нормального развития и жизнедеятельности организма огромна. Они участвуют в обмене веществ, регулируют процесс усвоения и использования основных пищевых веществ. От недостатка витаминов нарушается обмен, снижается работоспособность. Сейчас известно около 30 природных витаминов, многие из них содержатся в лекарственных растениях. Потребность человека в витаминах зависит от условий жизни, характера работы, состояния здоровья.

Витамин А (ретинол) называют витамином роста и зрения. Часто потребность в нем удовлетворяется за счет каротина, который носит еще название провитамина А. Содержится он главным образом в облепихе, шпинате, перце красном сладком, щавеле, в рябине черноплодной. Для всасывания в кишечнике витамина А и каротина обязательно присутствие жиров, желчных кислот, ферментов (липазы). Витамин А регулирует обменные процессы в коже, слизистых оболочках глаз, дыхательных, пищеварительных и мочевыводящих путях. Он повышает сопротивляемость организма к инфекциям, обеспечивает нормальное зрение и ощущение цвета, влияет на состояние мембран клеток, тканевое дыхание, образование белковых соединений в организме, на функции эндокринных желез. Хорошее средство обеспечения организма каротином — использование в пищу таких съедобных дикорастущих растений, как крапива, лебеда, первоцвет. Из них готовят салаты, борщи, щи. Тарелкой щей из крапивы можно удовлетворить суточную потребность человека в каротине. Но поскольку без жира каротин не усваивается, в блюда желателно добавлять сливочное и растительное масло. В результате экспериментов в последнее время выявлены некоторые новые данные о витамине А. Стало известно, например, о влиянии жирорастворимых витаминов А на иммунные реакции организма. Установлено, что как сам витамин А, так и его производные (ретиноиды) могут тормозить рост опухолей.

Витамин Е (токоферол) — группа соединений, наиболее биологически активным из которых является α-токоферол. Витамин Е — замедлитель окислительных процессов. Он защищает от окисления.



Каротин и витамин С стимулируют мышечную деятельность. Недостаток витамина Е в организме ведет к ослаблению некоторых наследственных его функций. Содержится в плодах шиповника, рябине, облепихе. Имеются данные о повышении потребности витамина Е при заболеваниях половой и нервно-мышечной систем, кожи.

Витамин Д (антирахитический) объединяет группу, в которой наиболее важны для организма D_2 (кальциферол) и D_3 (холекальциферол). Выполняет функцию регулятора фосфорно-кальциевого обмена, способствуя всасыванию этих элементов и отложению их в костях. Существенную роль в обеспечении организма витамином Д играет образование его в коже под влиянием ультрафиолетовых лучей. Поэтому важное значение имеют климатические условия и длительность пребывания человека, особенно детей, на свежем воздухе.

Витамин К, недостаток которого ведет к замедлению свертывания крови вследствие утраты организмом способности синтезировать протромбин. Необходимый для образования ее сгустка белок содержится в шпинате, томатах, цветной и белокачанной капусте, тыкве, а также в пастушьей сумке, подорожнике, ромашке, тысячелистнике.

Витамин С участвует в углеродном и азотистом обмене, в окислительно-восстановительных процессах в роли промежуточного активатора, повышает устойчивость организма к инфекциям и другим неблагоприятным условиям внешней среды. Имеется во всех растениях. В некоторых — в больших количествах (цитрусовые, плоды шиповника, стручковый перец, квашеная капуста).

Витамин В₁ (тиамин) принимает участие в обмене углеводов, amino- и жирных кислот, разнонаправленно влияет на функции сердечно-сосудистой, пищеварительной, эндокринной, центральной и периферической нервной системы. Содержится в шелухе рисовых семян.

Витамин В₂ (рибофлавин) входит в состав ферментов, регулирующих обмен amino- и жирных кислот, улучшает остроту зрения, реакцию глаз на свет и цвет, положительно влияет на состояние нервной системы, кожи и слизистых оболочек, функцию печени, кроветворение. В растительных продуктах рибофлавина мало. Содержится в цветках одуванчика, люцерне, миндале, капусте.

Витамин РР (ниацин), или никотиновая кислота, входит в состав важнейших ферментов организма, участвует в процессах клеточного дыхания, выделения энергии при окислении углеводов и белков, обмене белков, холестерина, кроветворении, регу-

лирует функции органов пищеварения, нервную деятельность, влияет на сердечно-сосудистую систему, в частности расширяет мелкие сосуды.

Витамин В₃ (пантотеновая кислота, пантотен) активизирует важнейшие биохимические реакции в клетках, а также преобразование продуктов углеводного и жирового обмена, гемоглобина, гормонов.

Витамин Н (биотин), как и пантотеновая кислота, участвует в обмене жирных и аминокислот, его много в грибах.

Витамин В₉ (фолацин, или фолиевая кислота) необходим для нормального кроветворения, участвует в образовании гемоглобина и эритроцитов, играет важную роль в обмене белков, образовании нуклеиновых кислот и холина. Положительно влияет на жировой обмен печени. Источник фолацина — мука, бобы, грибы, морковь, другие продукты растительного происхождения.

Витамин В₁₂ (цианокобаламин) участвует в процессах синтеза белка, способствует образованию красных кровяных шариков в костном мозгу, играет важную роль в нормализации жирового обмена в печени. Его отличительной особенностью является то, что он содержит кобальт. Это единственный витамин, в состав которого входит металл.

Витамин Р (цитрин) регулирует кровяное давление, предотвращает проницаемость и хрупкость капиллярных сосудов. Усиливает биологический эффект витамина С. Содержится цитрин в лимоне, кожуре апельсинов, черной смородине, шиповнике, петрушке, салате.

Витамин инозит обладает липотропным действием. Накапливается в мышечных тканях, в мозгу, эритроцитах крови. Богаты им цитрусовые, бобовые, некоторые другие растения.

Витамин холин — ярко выраженный липотропный, участвует в обменных процессах, особенно в обмене жиров. Предотвращает цирроз печени, необходим для нормального кроветворения. Имеется в сое, горохе.

Фактор У способствует заживлению язвы желудка и 12-перстной кишки. Содержится в петрушке, соке свежей белокачанной капусты, многих лекарственных растениях.

В состав лекарственных растений входят также органические кислоты, камеди, жирные масла, ферменты, минеральные соли, микроэлементы. Все эти вещества также обуславливают их лечебные свойства. Зачастую действует не одно вещество, а целый комплекс, когда применение чистого действующего вещества не дает желаемого эффекта.

ЛЕКАРСТВЕННОЕ РАСТИТЕЛЬНОЕ СЫРЬЕ

Лекарственное растительное сырье составляют высушенные части растения, не подвергнутые химической переработке. Это почки, кора, цветки, листья, трава, плоды, семена, корни, корневища, то и другое вместе, луковицы, клубни.

Сбор сырья — большая и трудоемкая работа, требующая специальных знаний и навыков. Очень важную роль играет строгое соблюдение сроков сбора. Лекарственные растения собирают тогда, когда в них накапливается максимальное количество действующих веществ, что соответствует определенной фазе развития растений. Сроки заготовки сырья должны быть сжатыми.

Перед тем как начать сбор сырья, нужно познакомиться с лекарственными растениями, уметь отличать их от близких видов, не подлежащих сбору.

Часто сбор сырья приурочивают к определенному времени суток. Например, легко осыпающиеся плоды и семена лучше собирать рано утром (по росе), а листья, цветки, траву — после того как роса обсохнет.

Правильное определение сроков сбора, соблюдение техники первичной обработки обеспечивает высокое качество сырья.

Сырье нельзя собирать с больных, пораженных растений, а также вблизи дорог и в населенных пунктах, где растения сильно запыляются и усваивают выхлопные газы.



Почки. Лучшие сроки для их сбора — март и апрель, когда они уже набухли, но листья еще не распустились. С молодых березовых веток срезают почки, а потом обмолачивают. Сосновые — у основания с частью ветки не более 3 мм и только с боковых ветвей. Почки тополя снимают осторожным нажимом на них сверху вниз.

Кора. Ее собирают в период сокодвижения только с молодых ветвей. Садовым ножом на ветвях делают кольцевые и полукольцевые надрезы на расстоянии 20–25 см один от другого. От верхнего надреза проводят 2–3 продольных надреза и образовавшиеся полоски коры оттягивают вниз.

Цветки и соцветия. Этот вид сырья заготавливают во время цветения растений. Способы сбора зависят от величины соцветия или цветка. Крупные соцветия срезают ножницами, мелкие (ромашка) — специальными приспособлениями. Поскольку цветки — самые нежные части растений, собирать их нужно осторожно, предохранять от солнца.

Срез или обципывание листьев также производят во время цветения. За исключением таких растений, как мать-и-мачеха и некоторых других, имеющих во время цветения листья еще слишком мелкие. Иногда листья срезают с мелкими веточками или скашивают все растение, а после сушки обмолачивают.

Трава — надземная часть растения без грубых, одревесневших частей стебля, которую заготавливают также в момент цветения. Исключение составляет трава череды — ее собирают в фазу бутонизации. Растения скашивают или срезают, недопустимо выдергивание их с корнем.

Плоды и семена выбирают по мере созревания. Если семена созревают одновременно и осыпаются, то срезают всю надземную часть и обмолачивают. Ягоды снимают вручную, поврежденные выбрасывают.

Подземными органами (корни, корневища с корнями) запасаются после обсеменения, когда надземная часть подсыхает или увядает, а подземная накопила максимальное количество действующих веществ. Возможна заготовка подземных органов ранней весной, до начала вегетации. Корни и корневища выкапывают лопатой на расстоянии 10–15 см от стебля, очищают от почвы, промывают холодной проточной водой. У некоторых растений (алтей и солодка) корни мыть нельзя, нужно просто

очистить от почвы. Затем сырье измельчают и высушивают.

Первичная обработка сырья обеспечивает его качество. Ее производят перед сушкой. Сырье рассыпают тонким слоем на бумаге или ткани, удаляя случайные примеси, дефектные части растений, пожелтевшие листья, куски старой коры, слишком распустившиеся почки. Из цветков удаляют прежде всего те, которые потеряли естественную окраску. Подземные органы промывают водой. Между первичной обработкой и сушкой сырья интервал не должен превышать 2 ч.

Сушка сырья. Свежесобранное сырье нужно сушить как можно быстрее, так как задержка ухудшает его качество. Особенно быстро портится плотно уложенное сырье, без доступа воздуха под воздействием ферментов начинают разрушаться действующие вещества.

Важно знать, как правильно обезводить сырье. Каждый вид сырья в зависимости от наличия в нем действующих веществ сушат при определенных условиях, строго соблюдая температурный режим.

Естественную сушку рекомендуется производить на открытом воздухе в тени или на хорошо проветриваемом чердаке. Солнечная сушка допустима только для корней. Сырье раскладывают на бумаге ровным слоем толщиной 1–2 см и переворачивают несколько раз в день. На ночь невысохшее сырье нужно убрать в помещение.

Сырье, содержащее эфирные масла (трава иссопа аптечного, мяты перечной), сушат при температуре не выше 25–30 °С. В этих условиях продолжается образование эфирных масел, в высушенном материале их может быть больше. Сырье с алкалоидами (лист белладонны, белены) обезвоживают обычно при 40–50 °С, а включающее гликозиды (трава и цветки ландыша, наперстянки) — при 55–60 °С.

В сухих плодах и семенах бывает немного влаги. Ее устраняют в сушилках или на воздухе. Сочные плоды высушивают в печах или сушилках так, чтобы они не слипались в комки. Подземные органы растений сначала выдерживают при невысокой температуре для подсушки внутренних частей, а затем сушат с подогревом.



Заканчивают сушку сырья, когда корни и корневища, кора и стебли не гнутся, а ломаются, листья и цветки перетираются пальцами, а ягоды распадаются на части. Пересушивание нежелательно, оно сильно измельчается и превращается в пыль. Если все же пересушка произошла, сырье можно увлажнить, оставив его на ночь на открытом воздухе. При соблюдении правил сушки сырье сохраняет свой естественный цвет.

Хранение сырья. Для домашнего хранения высушенное сырье необходимо сразу упаковать. Его можно засыпать в мешочки из ткани, бумажные пакеты, коробки. Сырье, содержащее летучие вещества, лучше держать в стеклянных или металлических банках с плотно закрывающимися крышками. Упакованное таким образом сырье может храниться довольно продолжительно в чистом, хорошо проветриваемом помещении. Длительность хранения корней и корневищ — 2–3 года и более, а травы, цветков и листьев — до 2 лет. Отдельные виды сырья даже при соблюдении всех правил хранения быстро теряют действующие вещества (наперстянка, мята перечная, ромашка аптечная, коровяк, василек). Такое сырье нужно ежегодно заменять свежесобраным.

Авран лекарственный — *Gratiola officinalis* L.

Семейство норичниковые

Другие названия: божья благодать, грациолея, лихорадочник, лихорадочная трава, кровник, рыба трава, болототысячник, яшинец, мокнец.

Травянистое многолетнее растение.

Прямостоячий стебель высотой до 60 см, в верхней части густолиственный, у основания красно-фиолетовый, сверху — четырехгранный.

Корневище ползучее, членистое, покрыто редуцированными листьями — бурими чешуйками. Листья супротивные, ланцетовидные, полустеблеобъемлющие или сидячие. Нижние — тупые, почти обертывают стебель, верхние — зубчатые или пильчатые.

Цветки с 5 лепестками белого или розовато-желтого цвета, обоеполые, с желтой трубочкой, в пазухах листьев одиночные, на длинной цветоножке, с редкими точечными железками в чашелистиках и прицветниках.

Плод — многосемянная, бурая, яйцевидная коробочка с 2 гнездами, по длине равная чашелистикам. Семена бурые, мелкие, сетчато-морщинистые, продолговатые, почти трехгранные. Цветет в июне — июле.



Распространение и места произрастания

Районы распространения — лесная и лесостепная зоны Северной Америки, Восточной Европы. Растет в европейской части России, Белоруссии, на Украине, в Средней и Малой Азии, Северном Казахстане, предгорьях Кавказа, Закавказье и на юге Западной Сибири.

Растение не выносит тени, также плохо реагирует на жару и засуху. Растет на влажной песчаной почве на заливных лугах, по берегам рек, озер, в долинах, на пойменных лугах, в зарослях.

Химический состав

Содержит ядовитое аморфное вещество гликозид грациолин и грациотоксин, а также не менее ядовитый кукурбитабиновый гликозид элатерицид,

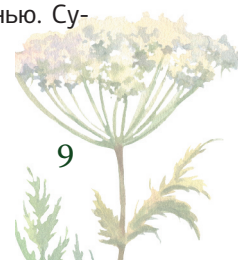
сапонины, алкалоиды, дубильные вещества, эфирные и жирные масла, яблочную, бетулиновую, грациолиновую кислоты, флавоноиды, смолы и горечи.

Применение

Обладает желчегонным, слабительным и антигельминтным, противовоспалительным, противомикробным, противозудным, рвотным действием. Спиртовая вытяжка применяется от сердечной недостаточности. Все части ядовиты. При потреблении большого количества возможны судороги и коллапс.

Заготовка и сушка

Надземную часть заготавливают в июне — июле во время цветения, корни выкапывают осенью. Сушат в проветриваемом помещении.



Аир болотный — *Acorus calamus L.*

Семейство ароидные

Другие названия: аир обыкновенный, аир тростниковый, ирный корень.

Многолетнее травянистое растение высотой до 120 см с длинным и толстым корневищем, от которого отходят пучки длинных узких листьев, как у ириса. Из центра пучка идет прямостоячий стебель. Ветвей не имеет. Внизу стебля листья растут пучком. Соцветие — буровато-зеленый початок. Цветки мелкие, обоеполые, с правильным околоцветником, желтые с зеленым оттенком. Тычинок — 6, завязь верхняя трехгнездная. Растут в соцветии на верхушке стебля. Стебель накрывает лист. Плодом является ягодка красного цвета, немного удлиненная.

Цветет с мая по июнь.



Распространение и места произрастания

В европейской части России встречается в средних и южных районах и на Кавказе. Восточная граница распространения проходит по Волге. Прибрежно-водное растение, растет в стоячих и медленно текущих водах, по пологим берегам рек, ручьев, озер, прудов, на заболоченных участках, в долинах рек, на болотах.

Химический состав

Корневище содержит эфирное масло, камедь, смолы, дубильные вещества. Горечь придает гликозид акорин.

Применение

В традиционной медицине спиртовые настойки из корня рекомендуют для улучшения аппетита, при желудочно-кишечных заболеваниях, как отхаркивающее и тонизирующее средство, используют при детском рахите и диатезе.

Порошок из корня применяют в качестве присыпки для гнойных язв и ран, для лечения простуды, головной боли. Очищает дыхательные пути,

способствуя чиханию. Входит в состав сборов и чаев. Корень нейтрализует побочные эффекты галлюциногенов. Улучшает память, применяют при изжоге, колитах, гепатите, холецистите, гастрите с пониженной кислотностью, улучшает зрение, снижает давление и усиливает отделение мокроты. Отвары и настои корня помогают в гинекологии, оказывают болеутоляющее и тонизирующее действие, повышают секрецию желудка. Отвары назначают при заболеваниях зубов и десен. Используют при желудочно-кишечных заболеваниях, болезнях желчных путей, печени, камнях в почках, лейкозе.

Полезен для улучшения пищеварения и подъема аппетита, корневища применяют при болезнях центральной нервной системы, входят в состав ветрогонных, желудочных сборов, используют при выпадении волос, для заживления ран. В гинекологии отвар применяют при заболеваниях кокковой и трихомонадной этиологии, вторичной аменорее, недостаточности функции яичников.

Заготовка и сушка

Сырье заготавливают осенью, корни очищают от земли, быстро моют, нарезают на куски и сушат при температуре 45–60 °С.

Алоэ древовидное — *Aloe arborescens* Mill.

Семейство алоевые

Другое название: столетник.

Многолетний древовидный листовой суккулент с колюче-пильчатыми листьями. Низко ветвящееся деревце высотой до 5 м (у комнатных — до 1 м). Корни длинные, цилиндрические, разветвленные.

Листья сочные, мечевидные, сидячие, очередные, зеленовато-сизые, мясистые, с шипами. Лист со студенистой, прозрачной пульпой, окруженной желтой жидкостью или соком, с кожицей.

Стебли прямостоячие, ветвящиеся, в нижней части с рубцами от опавших листьев, с тонким длинным цветоносом, накапливают воду, увеличиваются, нижние сбрасываются.

Цветы красные, оранжевые, желтые или белые, собраны в густую кисть. Околоцветник простой, в виде венчика, трубчатый, шестилепестный в 2 кругах.

В Африке цветет ежегодно, в оранжевых — редко, обычно зимой, семян не образует.

Плод — трехгранная цилиндрическая коробочка. Семена серовато-черные, многочисленные, трехгранные.



Применение

Сгущенный сок — препарат Сабур — применяют внутрь как противовоспалительное, слабительное, желчегонное, бактерицидное и общеукрепляющее средство при запорах, для улучшения пищеварения и аппетита, усиливает перистальтику. Используют при хронических артритах, язве желудка и 12-перстной кишки, волчанке, воспалениях полости рта, анемии, для тканевой терапии, при глазных болезнях, насморке и незаживающих ранах. Большие дозы вызывают раздражение, спазмы, воспаление кишечника.

Противопоказано при желудочно-кишечных расстройствах, сердечно-сосудистых заболеваниях, заболеваниях желчного пузыря и печени, цистите. Наружно: сок — при ожогах, трофических язвах, инфицированных ранах, абсцессах, флегмонах, эмульсия — при эпидермите, ожогах после лучевой терапии. Сок — при дисплазии шейки матки, а также при туберкулезе кожи и гнойничковых заболеваниях, облысении, витилиго, пузырьчатом дерматозе. Противопоказано беременным после 7 месяцев, при кровотечениях.

Заготовка и сушка

Листья длиной 15 см срезают в зимне-весенний период, когда растению более 3 лет. Перед этим 2 недели не поливают. Листья заворачивают в черную бумагу и на 2 недели кладут в темное место на холод (4–8 °С). Измельчив, заливают водой и оставляют в прохладном месте на 1,5 часа. Сок отжимают, фильтруют.

Распространение и места произрастания

Произрастает в пустынях Восточной и Южной Африки, в тропических и умеренных зонах. Растет на каменистых почвах, в полупустынных и пустынных районах. В России выращивают на Черноморском побережье Кавказа.

Химический состав

В водных экстрактах листьев содержатся биогенные стимуляторы, эмодин, антрагликозиды. В листьях и соке — алоин, изобарбалоин, наталоин, гомонаталоин, рабарберон, смолы, ферменты, витамины, фитонциды, полисахариды, янтарная кислота, следы эфирных масел и минеральные вещества (калий, кальций, медь, магний, барий, цинк, литий).



Алтей армянский — *Althaea armeniaca* Ten.

Семейство мальвовые

Другие названия: проскурняк, просвирник.

Многолетнее травянистое мягко-войлочное растение высотой до 1,5 м. Стебель цилиндрический, прямостоячий, маловетвистый, внизу голый. Листья пальчатые пятираздельные, острозубчатые с удлинённо-яйцевидными долями, у основания сердцевидные, напоминающие листья черной смородины. Прилистники линейные, при цветках опадающих, цветки правильные, пятилепестковые, розово-фиолетовые в метельчато-кистевидном облиственном соцветии. Цветоножки несколько длиннее листьев, в пазухах которых они находятся.

Плод сборный, из 14–20 кольцеобразно расположенных плодиков-семянков. Семена почковидные, бурые или серовато-буроватые, голые и гладкие. Цветет в июне — сентябре, плоды созревают в июле — октябре. Алтей армянский отличается более плотным опушением стебля и листьев, а также сильно расчленёнными пятилопастными средними листьями.



Распространение и места произрастания

Произрастает на Среднем Востоке, в Средней Азии. В России растет в степных и горно-степных районах Северного Кавказа, в Крыму, низовьях Дона и Волги, в поймах рек, по суходольным и солончаковым лугам, в зарослях кустарников, по берегам озер и морей, на лесных вырубках, в лесах, виноградниках, по окраинам межей, в полях, садах.

Химический состав

Содержит слизь, крахмал, сахар, аспарагин, бетаин, жирное масло, пектины. В листьях и цветках — незначительное количество слизи и эфирного масла, в плодах — жирное масло.

Применение

Корни применяют в виде отвара, сухого и жидкого экстракта, сиропа. Надземную часть используют

для получения препарата Мукалтин, назначают как противокашлевое и отхаркивающее средство при заболеваниях органов дыхания, при хронических бронхитах, бронхиальной астме, коклюше и в качестве обволакивающего и противовоспалительного при язве желудка и 12-перстной кишки, катаральных состояниях пищевода, гастритах, энтероколитах, особенно при лечении тех форм, которые сопровождаются поносами.

Препараты замедляют всасывание других лекарственных веществ, что способствует их более продолжительному действию. Настой и экстракт внутрь — при лечении экземы и псориаза.

Отвар корней — при воспалении мочевого пузыря, болезненном или непроизвольном мочеиспускании, при диспепсии (чаще у детей), воспалениях в почках. Отвар корней в молоке — при туберкулезе легких. Как наружное средство — для полоскания полости рта и горла, для клизм при диарее, как противовоспалительное и смягчающее — в виде припарок.

Заготовка и сушка

Корни выкапывают в сентябре — октябре или в апреле до начала отрастания стеблей. Очищают, режут на куски длиной 30 см. Сушат, разложив тонким слоем, в сушилках при 50–60 °С или в проветриваемых помещениях. В сухую погоду — на солнце. Сырье считается готовым, если корни при сгибании с треском ломаются.

Алтей лекарственный — *Althaea officinalis* L.

Семейство мальвовые

Другие названия: алтей аптечный, калачики, мальва болотная.

Многолетнее травянистое растение до 150 см высотой, с коротким многоглавым корневищем и крупным деревянистым корнем, от которого отходят многочисленные боковые мясистые, сероватые, густо опушения побеги.

Листья очередные, черешковые, верхние — цельные, средние и нижние — трех-пятилопастные с вытянутыми верхушками, бархатисто-войлочные.

Цветки беловато-розовые, расположены в пазухах верхних листьев и образуют колосовидное соцветие.

Плоды — сухие дробные многосемянки. Семена темно-бурые, гладкие.

Цветет с июня до сентября. Плоды созревают в июле — августе.



Распространение и места произрастания

Распространен в степных и пустынных районах европейской части России, на Кавказе, в Казахстане, Средней Азии, на юге Сибири в поймах рек, на берегах озер, лугах. Культивируется в Краснодарском крае.

Химический состав

В корневищах и корнях содержатся слизистые вещества, крахмал, сахароза, пектиновые вещества, каротин, минеральные соли.

Применение

Препараты из корней входят в фармакопей в качестве противовоспалительного, отхаркивающего, смягчающего и болеутоляющего средства при катарах дыхательных путей, хронических бронхитах, трахеитах, ларингитах, коклюше, острых респираторных заболеваниях, бронхопневмонии и бронхиальной астме, воспалениях мочевых путей.

Оказывают действие при воспалениях мочеполовых органов и кишечника, колитах, поносах, дизентерии.

Применяют при острых гастритах и язве желудка и 12-перстной кишки при повышенной кислотности. Отвар корней — при воспалениях кожи.

При воспалении десен, миндалин, зева для полоскания горла и рта используют настой. Настой для компрессов — при воспалении слизистой глаз и кожи. Применяется при экземе, пузырьных дерматозах, псориазе, розовых угрях, язвах полости рта, ожогах, себорейном дерматите лица, угрях. Корни входят в состав сборов.

Заготовка и сушка

В культуре зацветает на второй год жизни. Заготовку корней проводят на третьем году, осенью. Корни выкапывают, очищают, срезают верхнюю часть со стеблем. Одревесневшие корни и боковые корешки удаляют, а неодревесневшие подвывают на воздухе.

Перед сушкой режут на куски, удаляя верхнюю часть коры. Сушат при температуре не выше 45–50 °С.

Амми зубная — *Ammi visnaga* L.

Семейство зонтичные

Другие названия: виснага морковевидная, индийский тмин, амми-зубочистка.

Двулетнее прямое, голое, травянистое растение высотой до 100 см, с разветвленным стеблем. Выделяет смолы.

Имеет дважды-трижды перисторассеченные листья, которые делятся на тонкие нитевидные дольки. Соцветие — зонтик с неодинаковыми голыми лучами. Лепестки обоеполых цветков неодинаковые, белого цвета, глубоко надрезаны, рассечены на 2 части.

В соцветиях — щетинковидные, острые, цельные обертки с перисторассеченными, листочками. Волнистое по краю подстолбие — короткое коническое. Плоды — голые, в форме яйца и эллипса, с продолговатой спайкой. При плодоношении лучи зонтика твердеют. Цветет в июне — августе, плодоносит в августе — сентябре.



Распространение и места произрастания

Родина — Средиземноморье. Ареал — Северная Африка, Ближний и Средний Восток, Южная и Юго-Восточная Европа.

Распространены в умеренном климате Центральной и Западной Европы, Азии и Северной Америки. В диком виде встречается также на Кавказе, в Азербайджане.

Химический состав

Плоды состоят из жирных масел, эфирного масла и флавоноидов, содержат виснадин, келлинол, келлин, визаминол и другие вещества. В корнях, листьях и стеблях — келлин.

Применение

Из плодов амми зубной применяют настойки и препараты при стенокардии, бронхиальной астме, коклюше, спазмах кишечника, желудка, мочеточников, почечной колике и почечнокаменной болезни.

Антиспастическое, противовоспалительное средство, действует послабляющее, помогает при язве желудка и 12-перстной кишки, гиперацидном гастрите.

Является компонентом препарата Викалин. Келлин оказывает спазмолитическое понижающее действие на тонус стенок сосудов, желчного и мочевого пузыря, кишечника, расширяет бронхи и сосуды сердца.

Применяют при хронической ишемической сердечной болезни, предупреждает приступы стенокардии, развившиеся приступы не купирует.

Оказывает смягчающее действие при бронхиальной астме, купирует приступы астмы. Входит в состав сосудорасширяющих и спазмолитических препаратов Келлатин и Келливерин. Комплексный препарат Ависан применяют при спазмах гладкой мускулатуры мочеточников, мочекаменной болезни, почечной колике, как спазмолитик при катетеризации.

Заготовка и сушка

Плоды собирают с половой и без нее при полном побурении или в период свертывания зонтиков. Составляющие половы: плодоножки, лучики зонтиков, измельченные стебли и листья. Сырье должно наполовину состоять из плодов.

Аралия манчжурская — *Aralia mandshurica* Rupr. et Maxim.

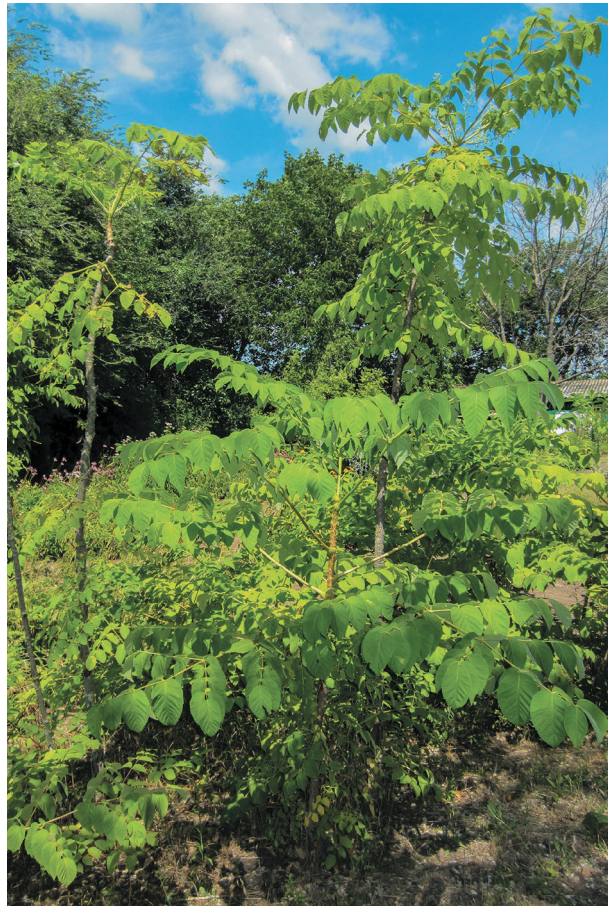
Семейство аралиевые

Другие названия: шип-дерево, чертово дерево, сестра женьшеня.

Небольшое дерево высотой до 12 м, с развитой корневой системой. Корни расположены горизонтально, разветвляясь, образуют много почек.

Имеет несколько форм: деревья с листвой, нижняя часть которых покрыта желтоватыми волосками, кустообразные деревья с мягкой мелкой листвой, деревья без шипов или с небольшим количеством шипов. Ствол прямой, усажен многочисленными шипами. Листья очередные, дважды- или триждыперистые. В центре листовой метелки — соцветие в форме раскидистой сложной метелки. Цветки белые, мелкие, собраны в шаровидные зонтики. Плоды шаровидные, сине-черные, с 5 косточками. Семена удлиненные, светло-коричневые.

Цветет в июле. Плоды созревают в августе. Аралия начинает цвести и плодоносить чаще на шестой-восьмой год жизни.



Распространение и места произрастания

Произрастает на Дальнем Востоке — в Приморье, южной части Хабаровского края и на юго-востоке Амурской области.

Чаще растет в виде куртин на лесных полянах, прогалинах, лесосеках и гарях.

Химический состав

Корень содержит тритерпеновые гликозиды — аралозиды А, В и С, алкалоиды аралин, холин, белки, крахмал, углеводы, дубильные вещества и минеральные соли. В листьях много эфирного масла, флавоноидов, антоцианов, органических кислот, алкалоидов и тритерпеноидов.

Применение

Настойку из корней используют как средство, возбуждающее центральную нервную систему при

астеническом синдроме, как тонизирующее средство, идентичное женьшеню, при сотрясениях головного мозга, депрессии, низком артериальном давлении, импотенции, усталости, психостении, шизофрении, неврастении и неврозах.

Разрешен к применению препарат Сапарал как стимулятор центральной нервной системы. Препараты следует применять осторожно при повышенной нервной возбудимости, бессоннице, гипертонической болезни.

Заготовка и сушка

Корни и кору заготавливают с конца сентября и весной (с апреля до распускания листьев), а листья — во время цветения или после него.

Корни очищают от земли и сушат при температуре 60 °С. Используют 5–15-летние растения.