

ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ В НАРОДНОЙ
МЕДИЦИНЕ И В БЫТУ



дом

дача

сад

огород

- СВЕДЕНИЯ БОЛЕЕ ЧЕМ О 250 ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЯХ
- УКАЗАНИЯ ПО СБОРУ, СУШКЕ И ИХ ХРАНЕНИЮ
- ЛЕЧЕНИЕ И ПРОФИЛАКТИКА БОЛЕЕ 450 ЗАБОЛЕВАНИЙ
- СОСТАВЫ И СПОСОБЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БОЛЕЕ 250 ЛЕКАРСТВЕННЫХ СБОРОВ И НАСТОЕВ



**Леонид Пастушенков
Александр Пастушенков
Владимир Пастушенков**

ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ В НАРОДНОЙ МЕДИЦИНЕ И В БЫТУ

Санкт-Петербург

«БХВ-Петербург»

2012

УДК 635.015
ББК 48.72
П19

Пастушенков, Л. В.

П19 Лекарственные растения. Использование в народной медицине и быту: 5-е изд., перераб. и доп. / Л. В. Пастушенков, А. Л. Пастушенков, В. Л. Пастушенков. — СПб.: БХВ-Петербург, 2012. — 432 с.: ил. — (Дом-Дача-Сад-Огород)

ISBN 978-5-9775-0836-0

В основу книги положены многолетние исследования и наблюдения известного советского и российского фармаколога, доктора медицинских наук, профессора Л. В. Пастушенкова и его сыновей фармаколога Пастушенкова А. Л. и иммунолога Пастушенкова В. Л. Приведены сведения более чем о 250 лекарственных растениях, целесообразность применения которых в медицинских целях проверена не только временем, но и клиническими наблюдениями или экспериментальными исследованиями. Даны ботанические описания растений, приведены ареалы их произрастания, указан химический состав, определены лечебные и хозяйственные показания для их применения. Даны указания по сбору, сушке и хранению лекарственных растений. Приведены составы и способы приготовления лекарственных сборов и настоев при лечении и профилактике более 450 различных заболеваний. Пятое издание книги дополнено сведениями о новых лекарственных растениях, сборах и препаратах.

Для широкого круга читателей

Научное редактирование 5 издания осуществлял А. Л. Пастушенков.

Рекомендовано учебно-методической комиссией Медицинского факультета СПбГУ в качестве учебно-методического пособия по курсу «Лекарственные растения в клинике внутренних болезней».

УДК 635.015
ББК 48.72

Группа подготовки издания:

Главный редактор	<i>Екатерина Кондукова</i>
Зам. главного редактора	<i>Игорь Шишигин</i>
Зав. редакцией	<i>Григорий Добин</i>
Редактор	<i>Анна Кузьмина</i>
Компьютерная верстка	<i>Натальи Караваевой</i>
Корректор	<i>Наталья Першакова</i>
Дизайн серии	<i>Елены Беляевой</i>
Оформление обложки	<i>Марины Дамбиевой</i>

Подписано в печать 06.04.12.

Формат 70×100^{1/16}. Печать офсетная. Усл. печ. л. 34,83.

Тираж 2500 экз. Заказ №

"БХВ-Петербург", 190005, Санкт-Петербург, Измайловский пр., 29.

Первая Академическая типография "Наука"
199034, Санкт-Петербург, 9-я линия, 12/28.

ISBN 978-5-9775-0836-0

© Пастушенков Л. В., Пастушенков А. Л., Пастушенков В. Л., 2012
© Оформление, издательство "БХВ-Петербург", 2012

Оглавление

Вспоминая отца.....	5
Предисловие к первому изданию	15
Предисловие к пятому изданию	17
Общие сведения о сборе, сушке и хранении лекарственного сырья	19
Краткая характеристика некоторых биологически активных веществ, содержащихся в растениях.....	21
Приготовление препаратов из лекарственных растений	23
Описание отдельных лекарственных растений	25
Известные «неизвестные», или новички фиторынка.....	305
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	315
Приложение 1. Лекарственные растения и их применение.....	317
Приложение 2. Рекомендации по применению лекарственных растений при различных заболеваниях	346
Приложение 3. Сборы лекарственных растений	378
Приложение 4. Объемно-весовые соотношения некоторых лекарственных растений	410
Труды Пастушенкова Л. В и Пастушенкова А. Л. в области фитотерапи и натуропатии	411
Список использованной литературы.....	413
Предметный указатель растений	416
Предметный указатель болезней.....	421

ГЕПАР ФИТОКОМПЛЕКС ИЗ 25 ТРАВ, ВОЗВРАЩАЮЩИХ ЗДОРОВЬЕ

Доктор медицинских наук, профессор Л. В. Пастушков

www.gepar.ru

Народная фитотерапия сохранила для потомства бесценный опыт прошлого по лечению различных заболеваний. Не случайно русский натуралист И. И. Лепехин писал, что «лучшие лекарственные средства не умствованием врачей, но употреблением простолудинов открыты были».

К числу таких средств можно отнести и Гепар. Эффективность Гепара при многих болезнях, несхожих по происхождению, часто порождает непонимание при обсуждении механизма действия этого травяного сбора. По набору биологически активных веществ, содержащихся в 25 травах Гепара, можно утверждать, что ему свойственны **множественные терапевтические эффекты** и не свойственно действие в одном узком направлении.

Гепар пришел в практику медицины от народных лекарей. Естественно, он сбалансирован по составу, совместимости компонентов, по используемым дозам. Дозы очень маленькие – менее 40 мг на одно растение. Отсюда и хорошая переносимость сбора и проявление «гомеопатического эффекта». 80% растений сбора Гепар обладают противогипоксическим действием.

Достоинства противогипоксического комплекса Гепар состоят в следующем:

- Эффекты всегда многогранны, т. е. одновременно обеспечивается терапевтическое действие по нескольким направлениям: противовоспалительное, противомикробное, противовирусное, иммуноотропное, противогипоксическое и др.
- Способность корректировать отрицательное действие современных и «старых» лекарств, прежде всего противомикробных – таких как антибиотики, сульфаниламиды, глюкокортикоиды и др.
- С помощью Гепара удается серьезно повысить функцию иммунной системы. Замечу, что коррекция функций иммунной системы синтетическими препаратами и препаратами животного происхождения проводится под контролем иммунограммы. Игнорирование этого требования приводит к различного рода осложнениям. Иммунокоррекцию растительными средствами можно вести без иммунограммы в силу того, что иммуноотропный эффект «мягок» и развивается медленно. И особенно важно еще одно обстоятельство. Применение растений не сопровождается блокадой функций центральных и периферических иммунокомпетентных органов.
- Применение лекарственных растений позволяет повысить (упрочить) функцию нервной, эндокринной и иммунной систем и, что очень важно, усилить их кооперативную деятельность.
- Применение Гепара в геронтологии позволяет быстро убрать холестерин и бета-липиды из организма, ликвидировать гипоксию, нормализовать обмен веществ и вернуть к активной жизни пациентов пожилого и старческого возраста.

Консультация специалиста по травмам: (812) 341-63-83

**ЗАКАЗ наложенным платежом: 197227, Санкт-Петербург, а/я 263
или по телефону: +7 (812) 341-29-48**

**Производитель: ООО «Компания «Гольфстрим» г. Санкт-Петербург,
Серебристый бульвар, д. 16, корп. 2, тел./факс: +7 (812) 341-29-48**

СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ!

Вспоминая отца

Прошло более 7 лет после смерти отца... На Западе существует известное выражение «человек, сделавший себя». Это в том числе сказано и о нем. Но писать о близких всегда сложно, поэтому воспользуюсь воспоминаниями его учеников и коллег (*выделено курсивом*), которые были выпущены к его юбилею, снабдив их своими дополнениями. Особо хочу отметить и поблагодарить за воспоминания Храмова В. Г.

«Пастушенков Леонид Васильевич родился 30 марта 1928 года в деревне Азаровка Починковского района Смоленской области. Детей в семье было трое: Иван, Александр и Леонид. Отец умер рано от крупозной пневмонии, когда Лене было всего 3 года, и на долю матери выпало воспитание трех сыновей. Она была безграмотной женщиной, и воспитание сыновей было простое, без каких-либо излишеств. В свои небольшие 12 лет Леня после занятий в школе работал в колхозе. Быт семьи был скудным. Одежда была старая, сильно изношенная, ноги почти всегда без обуви — босые. Иногда не хватало даже хлеба. На дневной рацион питания обычно готовились два блюда: на первое — картофельный суп, а на второе — щи. По праздникам в качестве деликатеса добавлялся кисель. Трудно представить, что тогда это было лакомством. С первого класса у Лени проявились прилежные задатки к учебным предметам. В школе он учился играючи, любил познавать все новое, проявлял интерес ко всему, что преподавали. Семилетку юноша закончил с отличием. Несмотря на довоенные и послевоенные годы, жизнь в деревне дала ему многое, научила всегда добросовестно трудиться. Хочется подчеркнуть, что Леонид Васильевич всегда уважал человека, чувствовал его, помогал, чем мог, — никогда не отказывал ему в помощи. Если видел, что его старания не напрасны, был безгранично рад своим заслугам в этом».

Отец был третьим ребенком в крестьянской семье. Родился он на престольный праздник «Алексея-тёплого», приходящийся на самый конец марта. Отец любил повторять: «Я Алексей — человек тёплый». Но дед наш, Пастушёнков (именно так



Леонид Васильевич Пастушенков
(г. Ульяновск, лето 1992 г.)

говорят на Смоленщине) Василий, по тогдашней традиции «записал» ребенка Леонидом, да еще и на 1 апреля. В тайне от него, коммуниста, прабабка окрестила ребенка Алексеем, но по паспорту он так и остался Леонидом. Как выглядел наш рано умерший дед, и осталась ли родня по его линии, нам неизвестно, но вот спустя годы «кровь» его пробилась и к нам. Рассказывают, что когда бабке нашей Акулине, матери отца, привезли нашего двоюродного брата рыжего и тощего, в тот момент, она завывала и запричитала в голос: «Васенька, ты мой Васенька, пришел-таки» и стала жарко целовать внука-малютку. Семья Акулины, с тремя детьми да при отсутствии мужа, жила сложно. Питание было скудным, об обуви и речи не было. Но однажды отец сказал достаточно «крамольную» по советским временам фразу: «Первый раз мы наелись вдоволь при немцах». И еще одно воспоминание об отце военной поры тоже засело мне в голову. Он говорил в начале 90-х годов: «Земельную реформу немцы провели очень просто. Приехал офицер, через старосту сообщил, что можно брать земли кто сколько обрабатывает. Затем и уехал». Вспоминал отец про построенную в эту пору оккупации баню, про их лошадь Аиста. Раненую скотину нашли на окраине деревни в пору отступления наших войск в 1941 году, выходили ее. Она выручала семью все годы оккупации. Вспоминал отец и о том, как по ночам в их дом приходили партизаны, и их мать, чем могла, делилась с ними. Вспоминал отец и момент ухода немцев и прихода наших войск в их деревню. Когда стало ясно, что «немец скоро уйдет, и будут бои» рядом с домом выкопали убежище, где вся семья вместе с соседями с началом стрельбы спряталась. При этом Акулина каждый час выползала из нее и примерно через 5 минут возвращалась. Наконец, после 3 или 4 раза она, вернувшись, сообщила, что «немец ушел». Оказывается, она проверяла проложенный рядом немецкий телефонный провод. Как только он исчез, стало ясно, что немцы отступили. Пришли наши и всех жителей деревни очень поразил вид солдат в погонах, это на тот момент было непривычно.



Братья Александр Васильевич (слева) и Леонид Васильевич (справа) Пастушенковы (примерно 1946 г.)

«Будучи молодым, Леонид Васильевич хотел быть журналистом, даже писал какие-то статьи в газету. Однако время было тяжелое, в семье решили: “не до журналистики”, и в 1948 году двадцатилетний Л. В. Пастушенков поступил в Киевское военное медицинское училище. 3 сентября 1951 года ему было присвоено офицерское звание лейтенант медицинской службы. Получив военно-фармацевтическое образование, он для прохождения службы по распределению был направлен в ГДР, город Кведлинбург, на самой границе с тогдашней западной Германией. Спустя три года, 3 ноября 1954 года, ему было присвоено воинское звание старшего лейтенанта медицинской службы. Леонид Васильевич в течение 6 лет прослужил в полковой аптеке. В один из своих отпусков он поехал к матери, проживавшей к тому времени на Кубани в Майкопе. Здесь он познакомился со своей будущей женой (в девичестве Овчаренко) — Анной Александровной 1929 года рождения. Они расписались на новый 1953 год».

Вскоре наша мама поехала к отцу в Германию, где в июне 1955 года появился я — Пастушенков А. Л. (Родители прожили вместе более 30 лет. Мама умерла от инсульта скоропостижно.)

«В 1957 году Леонид Васильевич поступил для обучения на факультет подготовки авиационных врачей Военно-медицинской академии им С. М. Кирова (ВМедА) в Ленинграде. Будучи слушателем Академии, старостой курса, имея двух детей, Леонид Васильевич заинтересовался фармакологией, активно занимался научной работой под руководством доцента В. М. Виноградова, впоследствии ставшего профессором и заведующим кафедрой фармакологии ВМедА. В его задачу входило проведение обширных скрининговых исследований по выявлению способности ряда химических веществ устранять гипоксию — кислородное голодание тканей. Еще будучи слушателем Академии Леониду Васильевичу посчастливилось совершенно случайно обнаружить высокую антигипоксическую активность фармакологического средства гуанилтиомочевины (товарное название — “гутимин”). Примерно с 1960 года на кафедре, после открытия Л. В. Пастушенковым биологической активности гутимина, начался целенаправленный поиск и изучение антигипоксантов прямого действия. Л. В. Пастушенковым впервые была доказана возможность фармакологической защиты организма от действия смертельной гравитационной перегрузки. В качестве защитного агента он использовал гутимин или, как он его называл, препарат № 92. Вспоминая былое, Леонид Васильевич всегда говорил, что ему, еще слушателю Академии, с невероятным упорством пришлось доказывать обнаруженный ранее никем не изученный биологический эффект, который соответствовал критерию мировой новизны и вошел в историю как классический вариант нахождения истины в науке. В 1963 году были подведены первые итоги изучения препарата № 92, обладающего мощной противогипоксической активностью и не оказывающего отрицательного действия на физическую выносливость и нервную систему. В 1965 году Фармакологический комитет Минздрава СССР разрешил гуанилтиомочевину под торговым названием „Гутимин“ к апробации в качестве противогипоксического средства. С этого времени активная разработка антиги-

поксантов специфического действия началась во многих исследовательских лабораториях страны. Военно-медицинскую академию Леонид Васильевич закончил в 1963 году с золотой медалью и был оставлен там для работы в должности младшего научного сотрудника в НИИ авиационной и космической медицины. С 1964 года он начал обучение в адъюнктуре на кафедре фармакологии Военно-медицинской академии, по окончании которой Леонид Васильевич блестяще защитил кандидатскую диссертацию о фармакологических свойствах гутимины. В период прохождения военной службы в Военно-медицинской академии ему были присвоены воинские звания: в ноябре 1961 года — капитан медицинской службы, а в 1966 году он стал майором медицинской службы. Его работа «Повышение устойчивости организма к перегрузкам и гипоксии с помощью фармакологических средств» (Пастушенков Л. В., Л., 1963) закладывала основы нового научного направления — фармакологии антигипоксантов и корректоров экстремальных состояний и была удостоена первой премии на конкурсе научных работ слушателей и врачей Военно-медицинской академии».

Научная работа шла полным ходом, но летом 1967 года место отца потребовалось очередному «генералу-отставнику», и он «был направлен для прохождения дальнейшей службы преподавателем на кафедру Оружия массового поражения и защиты от него Саратовского военно-медицинского факультета при Саратовском медицинском институте. В 1970 году ему было присвоено очередное воинское звание — подполковник медицинской службы. В этом учреждении Леонид Васильевич прослужил до февраля 1972 года».



Кафедра фармакологии ВМедА (примерно 1977 г.).

Слева направо: доцент С. Ф. Фролов, генерал-майор мед. службы И. А. Юров, академик РАМН, начальник ЦВМУ, генерал-полковник мед. службы Ф. И. Комаров, завкафедрой, профессор В. М. Виноградов, доцент Л. В. Пастушенков

Переезд и жизнь в Саратове не были для нас катастрофой, мы как семья военного привыкли к переездам. Тем более что в Саратове родители получили свою первую отдельную квартиру, правда, на последнем этаже 5-этажного дома и на окраине города — и это на 30-м году службы отца в Советской Армии. В сентябре 1972 года наша семья вернулась в Ленинград. Спустя некоторое время отец был назначен преподавателем кафедры фармакологии ВМедА, где в 1977 году ему было присвоено воинское звание полковник медицинской службы. Проводя широкую научную, педагогическую, методическую и общественную работу, в 1978 году Пастушенков Л. В. защитил докторскую диссертацию по антигипоксантам. Этот период работы отца был насыщенным и плодотворным. Сотрудник кафедры фармакологии ВМедА, химик-синтетик Томчин А. Б. вспоминает: *«Период совместной работы В. М. Виноградова (зав. кафедрой, научный руководитель отца. — прим. авт.) и Л. В. Пастушенкова в Академии был исключительно плодотворным. По характеру они были во многом противоположны и прекрасно дополняли друг друга. Василий Михайлович — исключительно эрудированный, превосходный теоретик, был всегда в курсе самых последних достижений науки, но менее склонен к экспериментальной работе. Леонид Васильевич по натуре был практиком, пожалуй даже эмпириком. Он придавал меньшее значение работе с литературой, ставя во главу угла эксперимент. Со свойственным ему трудолюбием, необычайным упорством и настойчивостью на эту часть работы он никогда не жалел времени — его можно было застать на кафедре не только в рабочее время, но и поздно вечером. Леонид Васильевич до мельчайших деталей вникал в эксперименты своих учеников и помощников. Василий Михайлович был тонким, деликатным, обходительным человеком, прекрасным дипломатом. Леонид Васильевич — человек совершенно прямолинейный. Он мог быть порой резким, но никогда не держал камня за пазухой — свое недовольство высказывал открыто. Узлы в отношениях между сотрудниками кафедры Леонид Васильевич предпочитал не распутывать, а разрубать. Василий Михайлович, поглощенный своим делом, стремился по возможности не отвлекаться на общественную работу. Леонид Васильевич в течение нескольких лет был парторгом факультета и в этой роли приобрел множество друзей и знакомых, которые помогали ему потом в организационных вопросах».*

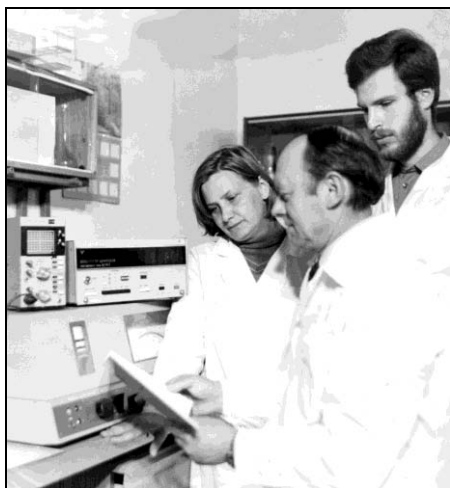
Томчин А. Б. вновь вспоминает: *«В ноябре 1981 года покинул Военно-медицинскую академию и стал заведовать кафедрой фармакологии в Ленинградском химико-фармацевтическом институте. Что я могу сказать о его работе на новом месте? Он был доволен тем, что приобрел больше свободы. К его прямолинейности и умению говорить правду в лицо руководство института постепенно привыкло. Каждый раз, когда я приходил к нему, я неизменно заставлял его активно работающим. На подходе к его кабинету пахло всевозможными лекарственными травами, грохотали агрегаты, измельчающие их, а Леонид Васильевич, удивительно быстро ориентирующийся у себя в кабинете, заваленном книгами и бумагами, излучал доброжелательность, энергию и оптимизм. Сменив место работы, он в значительной степени переключился на лекарственные растения — традиционно важнейшее направление Химико-фармацевтического института. Впрочем, с фитотерапии много лет назад начиналась его научная карьера. Путь в его каби-*

нет был всегда открыт всевозможным народным целителям, опыт которых Леонид Васильевич тщательно анализировал. Не ограничиваясь фармакологическими исследованиями, он регулярно помогал больным, в том числе таким, которым никто из врачей не брался помочь. Наибольших успехов Леонид Васильевич и его сотрудники добились в изучении родиолы розовой („золотой корень“). Результатом этой работы явилась книга Л. В. Пастушенкова о лекарственных растениях и их антигипоксическом действии, а также изданный им в 1994 году замечательный и совершенно необычный двухтомный учебник „Фармакотерапия с основами фитотерапии“. Первые работы по исследованиям антигипоксических свойств лекарственных растений, начатые профессором Л. В. Пастушенковым, были посвящены препаратам растений-адаптогенов. Целенаправленный поиск фитоантигипоксантов довольно быстро привел к успеху.

На протяжении 1981—1991 годов в Санкт-Петербургской химико-фармацевтической академии было выявлено более 500 видов растительного сырья, извлечения из которых обладали свойствами антигипоксантов. Были обнаружены наиболее перспективные для поиска антигипоксантов семейства: бобовые, губоцветные, розоцветные, сложноцветные. Также были разработаны алгоритмы поисковых исследований в данной области, созданы программа изучения растений-антигипоксантов и информационно-поисковая система с уникальной базой данных по растительному сырью и фитотерапии „ФЛОРА“. Организованное профессором Л. В. Пастушенковым внедрение принципов фитотерапии гипоксических состояний в клиническую практику позволило существенно повысить эффективность лечения различных хронических заболеваний, а также пересмотреть подходы к профилактике наиболее распространенной патологии, особенно у паци-

ентов детского и старческого возраста. Более двадцати лет Пастушенков Л. В. активно изучал свойства лекарственных растений. Экспериментальные данные (Пастушенков Л. В., Лесиовская Е. Е., 1989) подтвердили догадку, что биологически активные вещества растений вмешиваются в процессы биоэнергетики

и повышают устойчивость организма к гипоксии. Здесь уместно привести выдержку из книги Пастушенкова Л. В. и Лесиовской Е. Е. (Растения-антигипоксанты (фитотерапия). — СПб.: Химико-фармацевтический институт, 1991): „Организм пожилого человека находится в состоянии тканевой и смешанной гипоксии, и таким пациентам независимо от патологии их внутренних органов показано применение

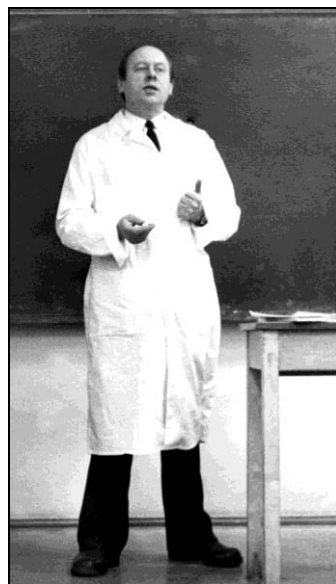


Профессор Л. В. Пастушенков в лаборатории кафедры фармакологии Санкт-Петербургской химико-фармацевтической академии (примерно начало 1990-х гг.)

антигипоксантов. Предпочтение в этом случае должно отдаваться препаратам из растений“. В фармакологических исследованиях препаратов, полученных из дальневосточного женьшеня, профессором Пастушенковым Л. В. был сделан важный научный вывод о том, что препараты, полученные из листьев этого растения, по биологической адаптогенной активности превосходят настойку женьшеня, приготовленную из его подземной части. Далеко не случайно „Фитокомплекс "Гепар"“ из 25 трав, разработанный в России более 50 лет назад, привлек внимание Леонида Васильевича: необычайно широкий спектр фармакологического действия, быстрое восстановление здоровья при очень маленьких дозах — менее 40 мг на одно растение... Отгадка была проста: 80% растений сбора обладают антигипоксическим действием! Леонид Васильевич Пастушенков оценил сбор по достоинству».

Доктор медицинских наук, профессор, председатель секции фитотерапии Санкт-Петербургского общества терапевтов им. С. П. Боткина Елена Евгеньевна Лесиовская, ученица и продолжатель дела отца в области фитотерапии, вспоминает: «Леонид Васильевич посвятил свою жизнь созданию высокоэффективных и при этом безопасных препаратов и по крупицам собирал народный опыт применения растений для лечения заболеваний. В течение 15 лет он руководил кафедрой фармакологии Ленинградского химико-фармацевтического института, затем Академии, где и мне посчастливилось с ним работать. Нами были выявлены новые направления фитотерапии ряда трудно поддающихся лечению заболеваний и разработаны методики применения новых растительных средств. Нашим коллективом совместно с фармакогностами академии под руководством профессора и тогдашнего ректора Геннадия Павловича Яковлева было исследовано более 300 лекарственных растений, разработаны оригинальные фитопрепараты, защищенные патентами. Работали в этом направлении и фармаколог Александр Леонидович и иммунолог Владимир Леонидович Пастушенковы. Доказана перспективность применения лекарственных растений для повышения эффективности и безопасности фармакотерапии. Под руководством Леонида Васильевича был создан курс повышения квалификации по фитотерапии для врачей и провизоров. Выпущены сотни статей, монографии и учебники.

Уникальность данного издания заключается в том, что авторы не только обобщили разрозненные и, часто, противоречивые сведения о применении растений в народной медицине, но и откорректировали их в соответствии с современ-



Лекцию читает профессор Л. В. Пастушенков (середина 1980-х гг.)

ными научными данными и собственным клиническим опытом в области фитотерапии. Поэтому материал книги актуален и востребован, и она может быть полезна широкому кругу читателей, включая врачей и исследователей лекарственных растений».

Минина С. А., профессор и зав. кафедрой вспоминает о работе с отцом в Фармакадемии: «Леонид Васильевич был общительным человеком, влюбленным в фитотерапию. На основании его фармакологических исследований многие средства народной медицины были введены в медицинскую практику. Своими знаниями в этой области он щедро делился со студентами и сотрудниками, издал учебник и несколько методических пособий по изучению курса фитотерапии, также им написан и издан ряд популярных книг по лекарственным растениям и их использованию в лечебной практике.

В связи с тем, что Леонид Васильевич много лет работал в Военно-медицинской академии, в нем остались навыки военного человека хорошо организованного, обязательного, выполняющего плановые разделы исследований точно в срок. Так по заданию Министерства обороны мы проводили исследования по разработке технологии и фармакологическому изучению сухого экстракта женьшеня. Нами было разработано несколько технологий экстрактов, при этом были выполнены все строгие требования заказчиков, а Леонидом Васильевичем проведены фармакологические исследования образцов экстрактов. Разработанная нормативно-техническая документация на экстракт была утверждена, а препарат на его основе рекомендован в качестве адаптогенного профилактического средства для использования в воинских частях при экстремальных нагрузках. Интересны исследования, проведенные под руководством Леонида Васильевича по фармакологическому изучению противоаритмического средства — аймалина, выделенного из биомассы раувольфии змеиной, полученной методом культуры ткани на агаризованных средах, и комбинированных препаратов с его использованием. Под руководством Л. В. Пастушенкова проведены глубокие фармакологические исследования препаратов из травы касатика молочно-белого, донника лекарственного, листьев женьшеня, листьев липы, остролодочников, цетрарии исландской и других растений. Большое внимание Леонид Васильевич уделял организации учебного процесса на кафедре. Он добился увеличения площади кафедры, улучшения ее материально-технического оснащения, расширения исследовательской базы, издания большого количества учебно-методических материалов».

Но интересы отца распространялись не только на учебные и научные проблемы. Дьяконова Л. Н., фитотерапевт-практик вспоминает о работе отца, как фитотерапевта-практика. «С профессором, доктором медицинских наук Леонидом Васильевичем Пастушенковым я познакомилась на курсах повышения квалификации по фитотерапии. Это было в ноябре 1994 года. До этого времени я знала его только заочно. В моей домашней библиотеке была книга Леонида Васильевича, которая мне очень нравилась, и я втайне мечтала увидеть человека, написавшего эту замечательную книгу о лекарственных растениях. Несколько позже я узнала, что Леонид Васильевич работает в Санкт-Петербургской химико-фармацевтической академии заведующим кафедрой фармакологии, и он же ведет курсы повышения

квалификации совместно с профессором той же кафедры Лесиовской Еленой Евгеньевной. Мне, потомственной травнице, чье детство прошло в сельской местности, очень хотелось увидеть своими глазами человека, имя которого было многим известно не только в многомиллионном Петербурге, но и в стране.

Я узнала расписание курсов и записалась на плановые занятия. Помню, с каким нетерпением я ждала того момента, когда увижу профессора. И вот вошел он, мужчина приятной внешности, коренастый, такой спокойный и уравновешенный. Его речь была плавной, а рассказывал он интересно, увлекательно.

Наша группа насчитывала примерно человек пятнадцать. В основном это были заведующие аптеками или отделами. И лишь я одна профессионально занималась фитотерапией из всех слушателей курсов. Обстановка на лекциях была непринужденной, раскованной. Можно было с места задать любой интересующийся вопрос или что-то добавить от себя. Помню, как с самого начала лекций меня буквально умилило тонкое чувство юмора профессора. Например, когда он решил с нами познакомиться и немного рассказать о себе, то сказал такую фразу: „Образование у меня "помесное". Сначала я закончил фармацевтическое училище, а затем — медицинский институт“. Леонид Васильевич рассказал, что на аптечной должности он был недолго и то в молодости: когда служил в Германии в должности начальника аптеки полка. Все остальное время он посвятил медицинской науке.

Тема курсов была очень интересной, она называлась „Современные проблемы фармакотерапии и фитотерапии“, и я каждый день ждала встречи с новыми знаниями, а значит, и с прекрасным. Помню как однажды я так же, как и другие участники курсов, с места добавила какую-то фразу. Леонид Васильевич проходил в то время между рядами. От услышанного у него повисла нога в воздухе и так застыла на некоторое время. Он оглянулся и внимательно посмотрел на меня. Мне этот момент очень запомнился и вызывал у меня легкую улыбку при воспоминании этого эпизода.

Две недели курсов промчались как один день. На последнем занятии Леонид Васильевич рассказал, что они на кафедре занимаются лечебной практикой и что некоторые хронические болезни хорошо поддаются лечению, например, такие как гипертоническая болезнь, аллергические состояния, болезни почек, нервной системы, астматический синдром и некоторые другие.

Когда же я услышала про астматический синдром, мое сердце словно оборвалось, возникло чувство, словно сама судьба привела меня сюда, в химико-фармацевтический институт, на эти курсы по фитотерапии.

Дело в том, что астматический синдром был моей личной болью, т. к. у меня от этого заболевания страдала дочь, которой в то время было всего 6 лет. Трудно передать состояние матери, у которой болен ребенок, и неизвестно, какое будущее его ожидает из-за болезни. Ведь мы с дочкой прошли многие медицинские учреждения, лечились у врачей-ортодоксов и гомеопатов, но все было бесполезно.

После окончания курсов на последнем занятии я подошла к Леониду Васильевичу и рассказала о своих проблемах. Почему-то я сразу поверила, что вылечить мою дочь сможет только он. Выслушав меня, Леонид Васильевич пообещал приготовить лекарственные сборы и просил прийти забрать их на следующей неделе.

В назначенный срок я получила приготовленные Леонидом Васильевичем сборы. Моя дочь жила в то время у моей сестры в Волгоградской области. Полученные лекарственные сборы я выслала почтой. Леонид Васильевич дал мне два пакета трав, сначала надо было выпить один пакет примерно в течение одного месяца, затем — другой, также в течение месяца. Катя, так зовут мою дочь, стала принимать настои из этих трав, полученных из рук профессора. Каково же было наше удивление, когда приступы кашля и удушья становились все реже и реже, а к окончанию второго месяца они и вовсе исчезли! Чувства бесконечной благодарности и уважения возникли у меня к Леониду Васильевичу. Я до сих пор восхищаюсь этим событием и думаю: вот если бы все умели так лечить!»

Рассматривая жизненный путь отца и наших близких родственников, понимаешь, что 3 поколения семьи Пастушенковых связали свою судьбу либо с военной медициной или медициной вообще, либо с фармацией. Сам Леонид Васильевич и его ныне здравствующий старший брат Александр Васильевич, мой брат Владимир и двоюродные братья Василий и Дмитрий, а также его внук Алексей закончили Военно-медицинскую академию. Сам Леонид Васильевич и его внуки Екатерина и Игорь имеют специальное фармацевтическое образование. 2 члена семьи имеют докторские степени, 4 кандидатские, как минимум 3 отмечены знаком «Изобретатель СССР». Я сам по мере сил и возможностей занимаюсь фармакологией и фитотерапией, как доцент кафедры фармакологии СПбГУ. Слово за правнуками!



В кабинете (2000 г.)

Предисловие к первому изданию

Растительный мир подарил человеку огромное богатство — лекарственные растения, которые всегда были источником жизни, пищи и здоровья. Многие из них прошли многовековую проверку и составляют бесценный фонд современной фитотерапии. История народной фитотерапии имеет возраст, равный истории человечества. Несомненно, что ее становление носило эмпирический характер. Право на жизнь завоевали те лечебные эффекты растений, которые были очевидны и не требовали «статистической обработки». Сведения о действии растений на больной организм передавались из поколения в поколение и порой сохранялись в тайне, оставаясь достоянием узкого круга людей, например семьи. Народная медицина сохранила для потомства бесценный опыт прошлого по лечению различных заболеваний растениями. Не случайно еще русский путешественник и натуралист И. И. Лепехин в 1784 г. писал, что «лучшие лекарственные средства не умствованием врачей, но употреблением простолюдинов открыты были».

Тем, кто использует растения в лечебных целях, часто бывает непонятно их действие при многих болезнях, не схожих по происхождению и течению. Однако в этом нет ничего противоречивого, так как в одном и том же растении содержатся различные классы химических соединений — флавоноиды, дубильные вещества, витамины, органические, фенолкарбоновые и другие кислоты. Каждому классу химических веществ присущи лечебные эффекты; они могут суммироваться и обеспечивать появление новых видов активности. Следовательно, при использовании растений в качестве лекарственных средств более закономерна их эффективность при различных заболеваниях и менее вероятна — при одном.

В далеком прошлом растения были почти единственным источником лекарственных средств. По мере совершенствования химического синтеза человек научился создавать биологически активные вещества, которые помогли побороть многие ранее неизлечимые болезни. Быстрота и надежность их лечебного эффекта создали предпосылки к вытеснению из медицинского обихода многих лекарств растительного происхождения. Но в то же время установлено, что синтетические лекарственные средства в значительной степени алергизируют организм, их прием сопровождается появлением отрицательных побочных реакций в виде сыпи, крапивницы и даже анафилактического шока.

Однако заменять «химию» лекарственными средствами, полученными из растений, — значит обеднять наши возможности в борьбе с болезнями. В настоящее

время медицинская практика широко прибегает к одновременному использованию лекарственных трав и синтетических препаратов. Но необоснованное увлечение фитотерапией и чрезмерная заготовка сырья ведут к уменьшению ареала некоторых растений.

Настало время рационально использовать и воспроизводить лекарственные растения, чтобы не оскудели их запасы. Следует шире практиковать разведение целебных растений в садах и огородах, создавая для них условия, близкие природным, чтобы они накапливали максимум биологически активных веществ. Каждый должен научиться искать, собирать и охранять дары природы. Многим растениям надо вернуть былую славу как лечебным средствам.

Перед сбором растений необходимо изучить их описание, особенности развития, способы культивирования, сбора, сушки и хранения. Это позволит рационально использовать сырье с лечебной целью. *Растения должны стать истинными друзьями нашего здоровья!*

Предисловие к пятому изданию

За прошедшие с первого издания этой книги 20 лет интерес к лекарственным растениям продолжал расти. Во многом это связано с тем, что наряду с повышением эффективности синтетических лекарств растет число осложнений, которые они вызывают. Успехи медицины привели к продлению жизни человека, но длительное медикаментозное лечение сопровождается побочными эффектами, которые снижают качество этой жизни и нередко вынуждают пациента принимать еще больше лекарств. Этот замкнутый круг необходимо разорвать.

В то же время научные исследования растительных препаратов открывают все новые перспективы их безопасного и эффективного применения. Определенный вклад в изучение свойств растений внесли и авторы этой книги. Леонид Васильевич Пастушенков свою жизнь посвятил созданию высокоэффективных и при этом безопасных препаратов и по крупицам собирал народный опыт применения растений для лечения заболеваний. В течение 15 лет он руководил кафедрой фармакологии Ленинградского химико-фармацевтического института, затем Академии, где и мне посчастливилось с ним работать. Нами были выявлены новые направления фитотерапии ряда трудно поддающихся лечению заболеваний и разработаны методики применения новых растительных средств. Нашим коллективом совместно с фармакологами академии под руководством профессора и тогдашнего ректора Геннадия Павловича Яковлева было исследовано более 300 лекарственных растений, разработаны оригинальные фитопрепараты, защищенные патентами. Работали в этом направлении и фармаколог Александр Леонидович, и иммунолог Владимир Леонидович Пастушенковы. Доказана перспективность применения лекарственных растений для повышения эффективности и безопасности фармакотерапии. Под руководством Леонида Васильевича был создан курс повышения квалификации по фитотерапии для врачей и провизоров. Выпущены сотни статей, монографии и учебники.

Уникальность данного издания заключается в том, что авторы не только обобщили разрозненные и, часто, противоречивые сведения о применении растений в народной медицине, но и откорректировали их в соответствии с современными научными данными и собственным клиническим опытом в области фитотерапии. Поэтому материал книги актуален и востребован, и она может быть полезна широкому кругу читателей, включая врачей и исследователей лекарственных растений.

*Доктор медицинских наук, профессор, председатель секции фитотерапии
Санкт-Петербургского общества терапевтов им. С. П. Боткина
Елена Евгеньевна Лесиовская*

Общие сведения о сборе, сушке и хранении лекарственного сырья

Растения, собранные в оптимальные сроки и правильно высушенные, оказывают наилучшее действие при лечении. Более эффективны дикорастущие растения, чем культивируемые. Однако при правильном создании почвы и рациональном уходе различия в биологической активности культивируемых и диких растений сводятся к минимуму.

Корни выкапывают осенью, после опадения листьев, или ранней весной, до начала сокодвижения, очищают от земли, одревесневших и подгнивших частей и обмывают холодной водой. Чистая кожица корня — свидетельство сбора здорового, полноценного сырья. Корни, содержащие ароматические и летучие эфирные вещества, кроме очистки протирают ветошью или тряпкой. Толстые, сочные и мясистые корни перед сушкой разрезают вдоль или кружочками. Подготовленное сырье нанизывают на шпагат и сушат в хорошо проветриваемом помещении, печи или сушилке, часто переворачивая. Плотные корни можно сушить на солнце. Корни, содержащие летучие вещества, рекомендуется хранить в подвале, засыпав сухим песком.

Надземную часть растений, содержащих летучие ароматические вещества, собирают в период полного распускания листьев, когда цветки находятся в стадии бутонизации. Зеленые листья и траву можно собирать все лето, но лучше весной, в хорошую, сухую погоду, когда растения обсохли после утренней и вечерней росы. Оптимальное время сбора — с 8 до 9 или с 16 до 17 ч, особенно в период пребывания Луны.

Собранные листья отделяют от стеблей и посторонних примесей. Траву заготавливают со стеблями. Сырье лучше всего связывать в пучки и сушить в тени или в хорошо проветриваемом помещении, расстилая тонким слоем. Для сушки листьев сочных растений можно использовать слегка протопленную печь или сушилку с температурой 40—50 °С. Растения, собранные в сухую погоду, лучше хранятся. При заготовке необходимо следить, чтобы листья и трава различных растений не смешивались друг с другом. Заплесневевшее и затхлое сырье использовать нельзя.

Цветки собирают в ясную погоду в фазе полного распускания. Заготавливают чаще всего лепестки без околоцветников. Цветки, содержащие летучие вещества (розмарин, ромашка и др.), срезают полностью, сушат в печи или духовке. Хранят

в стеклянной посуде. Цветки, не содержащие эфирных масел, складывают в деревянную тару.

Семена и плоды собирают зрелыми. Сушат в хорошо проветриваемом помещении при обычной температуре или в сушилке. Хранят в ящиках или мешочках. Перед закладкой на хранение их сортируют. Наиболее простой способ сортировки — намачивание в воде. Всплывшие семена выбрасывают, а осевшие на дно сушат.

Собранное и высушенное сырье маркируется. Указываются название лекарственного растения и сроки его сбора, причем не только на таре хранения, но и внутри ее.

Краткая характеристика некоторых биологически активных веществ, содержащихся в растениях

Алкалоиды — азотсодержащие органические вещества природного происхождения. При взаимодействии с кислотами они образуют хорошо растворимые соли. В растениях алкалоиды чаще находятся (смесь нескольких алкалоидов) в виде солей органических и неорганических кислот. Ядовитость многих растений обусловлена именно их наличием. Яд в малых дозах обеспечивает лечебный эффект. Наиболее широко распространенными алкалоидами являются кофеин, атропин, эхинопсин, стрихнин, кокаин, берберин, папаверин и др.

Гликозиды — сложные безазотистые соединения, состоящие из сахаристой (глюкоза и другие сахара) и несахаристой частей. Сахаристая часть гликозида называется гликоном, несахаристая — агликоном. Биологическая активность веществ зависит от характера агликона. Среди гликозидов выделяют сердечные гликозиды, антрагликозиды, сапонины и другие вещества. Гликозиды оказывают влияние на сердце, желудочно-кишечный тракт, мочевыводящую систему и т. д.

Флавоноиды — гетероциклические кислородсодержащие соединения желтого цвета, плохо растворимые в воде. Они обладают различной биологической активностью. Человеческий организм не способен синтезировать флавоноиды, они попадают в организм только с растительной пищей. В растительных тканях флавоноиды участвуют в контроле роста и развития растений.

Дубильные вещества — сложные природные вещества, производные многоатомных фенолов. Они обладают способностью коагулировать белок и давать нерастворимые осадки с алкалоидами. Первое свойство активно используется человеком издревле при дублении шкур животных. Дубильные вещества хорошо растворяются в воде и спирте. Они широко распространены почти во всех растениях. К дубильным веществам также относятся катехины, в основе которых лежат производные флавонолов и антоцианов.

Эфирные масла — смесь летучих безазотистых веществ, обладающих сильным характерным запахом. Эфирные масла не стойки. Получают их из растений, перегоняя сырье с водяным паром. Эфирные масла обладают противомикробным, болеутоляющим, противокашлевым, противовоспалительным, желчегонным и мочегонным действием. Именно они определяют запах, характерный для того или иного растения. Растительное сырье, которое содержит эфирное масло, сушат медленно при температуре 25—35 °С. Хранят в хорошо закрытой посуде в темном месте.

Витамины — органические соединения различной химической структуры, которые необходимы для нормального функционирования практически всех процессов в организме. Они повышают устойчивость организма к различным экстремальным факторам и инфекционным заболеваниям, способствуют обезвреживанию и выведению токсических веществ и т. д. В настоящее время известно около 30 витаминов. Большинство из них поступает в организм с растительной и животной пищей. Наибольшую пользу приносит прием витаминов в сбалансированном виде. В растениях они находятся в оптимальном соотношении, что практически исключает возможность их передозировки, которая иногда имеет место при бесконтрольном приеме синтетических витаминных препаратов.

Жирные масла — сложные эфиры глицерина и высокомолекулярных жирных кислот. В медицинской практике их используют как основу для приготовления различных мазей и получения масляных экстрактов из растительного сырья (медицинские масла). Именно они обладают широким спектром биологического действия. Среди них «масло облепихи», «масло шиповника», «каротелин». Они используются в качестве эпителизирующих, ранозаживляющих и болеутоляющих средства при трофических язвах, аллергических заболеваниях кожи и ожогах, а также для повышения устойчивости тканей к облучению и ликвидации последствий лучевой терапии.

Макро- и микроэлементы (кальций, калий, железо, кремний, марганец, медь, цинк, йод и многие другие) — вещества, поступающие в организм в небольших или очень малых количествах. Они совместно с витаминами участвуют в жизненно важных процессах организма. Их дисбаланс приводит к развитию тяжелых заболеваний. Например, недостаток кобальта снижает синтез витамина В₁₂, что способствует развитию злокачественной анемии. Дефицит лития ведет к развитию психических заболеваний. Недостаток или избыток йода нарушает функцию щитовидной железы. Недостаток цинка создает предпосылки к нарушению деятельности поджелудочной и предстательной железы.

Приготовление препаратов из лекарственных растений

Успех лечения во многом зависит от правильно приготовленного лекарства. В фитотерапии наиболее широко используют водные вытяжки из растений — *настои* и *отвары*.

Настои делают, как правило, из рыхлых частей растения (листьев, цветков и др.), отвары — из плотных (коры, корней, плодов и др.), в силу этого время их приготовления несколько отличается. Основная часть сборов лекарственных растений, приведенных в *приложении 3*, дана из расчета 1 столовая ложка сырья на 1 стакан кипятка. При изменении количества сырья, воды или способа приготовления в тексте дано специальное указание. Сбор трав перед забором сырья и завариванием желательно перемешать.

Для приготовления настоя в домашних условиях расчетное количество лекарственного сырья и воды выдерживают в закрытой эмалированной посуде на кипящей водяной бане 15 мин, остужают при комнатной температуре 45 мин. Отвар готовят так же, только экспозиция на водяной бане составляет 30 мин, а охлаждение длится 10 мин. Время кипячения засекается от момента закипания водяной бани.

После этого приготовленный отвар или настой процеживается через два-три слоя марли в чистую, в бытовом смысле, посуду. Сырье при этом отжимают, а объем приготовленного продукта доводят кипяченой водой до исходного. Настои и отвары хранят в холодильнике не более 3-х дней. В идеале их лучше готовить из расчета на суточный прием.

Достаточно часто используемой формой приготовления растительных препаратов являются настойки на 40—70%-м спирте или водке. Измельченное лекарственное сырье в соотношении 1 : 10 заливается спиртом. В закрытой посуде, желательно в темном и прохладном месте, оно настаивается от 7 до 40 дней в зависимости от сырья и назначения настойки, периодически взбалтывается. По истечении времени настойку процеживают, сырье отжимают, настойку хранят достаточно долго в закупоренной посуде, дозируют каплями внутрь или применяют наружно в виде компрессов или растираний.

Также в практике фитотерапии используют медицинские масла — масляные извлечения из растительного лекарственного сырья. В качестве извлекателя чаще всего используют растительные масла — подсолнечное или оливковое. При этом 1 столовую ложку сырья заливают 1 стаканом масла, настаивают в течение 20—40 дней в темном месте, периодически встряхивая посуду. По окончании срока препарат процеживают и используют внутрь или наружно.

Описание отдельных лекарственных растений

АБРИКОС ОБЫКНОВЕННЫЙ

Крупное дерево семейства розоцветных высотой 3—17 м. Крона неправильной формы. Ствол серо-бурый с растрескивающейся корой на старых деревьях. Ветви голые, листья крупные, очерёдные, эллиптические, по краю пильчатые. Черешки темно-красные, длинные, желобоватые. Цветет ранней весной. Цветки одиночные, белые или розоватые, с красными чашелистиками, распускаются раньше листьев. Плод округлый, желтый или оранжевый, иногда красноватый, с продольной бороздкой. Семена (косточки) плоские, светло-коричневые, горькие или сладкие. Созревают в июне-июле.

Абрикос в диком виде распространен в Средней Азии и Дагестане. Растет в долинах рек, среди кустарников, на каменистых и щебнистых склонах, одиночно или группами. Его широко культивируют в странах с субтропическим и умеренным климатом.

Древесина пригодна для столярных работ, так как хорошо поддается полировке. Кору корней используют для окрашивания шелка в абрикосовый цвет. Из пережженных косточек делают черную краску. Жмых в небольшом количестве дают скоту. Абрикосовым деревом укрепляют склоны и осыпи.

Кора содержит дубильные вещества, древесина — флавоноиды. В листьях обнаружены углеводы, витамин С, фенолкарбоновые кислоты и флавоноиды, в цветках — каротин. Плоды содержат углеводы (сахарозу и др.), камедь, органические кислоты (яблочную и лимонную), каротиноиды, витамины В₁ и С, фолиевую кислоту, дубильные вещества, катехины, флавоноиды, большое количество микроэлементов, главным из которых является калий. Высокое содержание сахарозы ограничивает употребление плодов больными сахарным диабетом. В семенах найдены азотсодержащие соединения (амигдалин, синильная кислота), эфирное и жирное масла. В составе последнего содержатся олеиновая, линоленовая, арахидоновая и другие кислоты.

Жирное масло под названием «персиковое масло», получаемое из ядрышек косточек, включено в фармакопею и служит основой для жидких мазей, кремов, инъекционных форм и препаратов для приема внутрь.

Наличие большого количества железа и солей калия определяет лекарственную ценность плодов абрикосов при анемии, заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Считается, что 100 г абрикосов оказывает на кроветворение такое же действие, как 40 мг железа или 250 г свежей печени. Прием 3/4 стакана абрикосового сока

покрывает суточную потребность организма в витамине С. Плоды абрикоса применяют еще в качестве целебных. Их назначают для улучшения пищеварения, разжижения мокроты при сухом кашле, как нежное слабительное, жаждоутоляющее и жаропонижающее средство, а также при длительном употреблении мочегонных средств. Особенно необходимы плоды детям для улучшения роста и укрепления здоровья. Плоды следует считать важным элементом питания людей пожилого и старческого возраста.

Плоды абрикоса подвергают разнообразной пищевой обработке. Их сушат (курага, кайса, урюк), перерабатывают на соки, варенье, компоты и проч.

При лечении болезней сердца на Востоке косточки плодов заваривают как чай. В сыром виде они являются глистогонным средством. *В то же время описаны случаи отравления при избыточном употреблении сырых семян абрикоса в пищу.*

Свежие абрикосы не следует принимать натощак, после трудноперевариваемой пищи, запивать их некипяченой водой. Их не следует включать в питание больных язвенной болезнью и гастритами в фазе обострения, при сахарном диабете.

АВРАН ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

Многолетнее травянистое растение семейства норичниковых высотой до 60 см. Корневище бурое, членистое, горизонтальное. Стебель прямостоячий или приподнимающийся, вверху четырехгранный. Листья супротивные, сидячие, ланцетные, с тремя продольными жилками. Цветет в июне-августе. Цветки желтовато-белые, одиночные, пазушные, на длинных цветоножках. Плод — яйцевидная коробочка с многочисленными семенами. Созревает с конца июля.

Авран распространен в европейской части РФ, на Кавказе, в Сибири и Казахстане. Растет на заливных лугах и сырых песках, по сырым лощинам, болотам, берегам рек и дренажным канавам.

Лекарственным сырьем служит трава. Заготавливают всю надземную часть растения. Сушат в тени или в помещении с хорошей вентиляцией, раскладывая тонким слоем. Готовое сырье должно быть зеленым, состоять из облиственных стеблей с цветками и горьким на вкус. Его хранят в сухом месте в мешках 3 года.

В траве содержатся токсические гликозиды грациозиды (грациолин и грациотоксин), сапонины, органические кислоты и другие вещества.

Авран обладает слабительным, желчегонным и антигельминтным действием. Это весьма активное, но *токсичное лекарственное средство! Большие дозы препаратов этого растения вызывают кровавый понос и судороги, поэтому принимать их следует только под наблюдением врача.*

При заболеваниях сердца и печени используют настой аврана. Для его приготовления 1/4 ч. л.¹ травы заливают 1 стаканом горячей воды, кипятят на водяной бане 15 мин, охлаждают 45 мин при комнатной температуре, процеживают через два-три слоя марли и доводят объем до исходного. Хранят в холодильнике. Принимают по 1 ст. л.² 3 раза в день после еды.

¹ Здесь и далее: ч. л. — чайная ложка.

² Здесь и далее: ст. л. — ст. л.

Для получения желчегонного эффекта настой готовят из равных частей листьев и корней аврана из расчета 1 ч. л. смеси на 1 стакан кипятка. Принимают по 1 ст. л. 3—4 раза в день после еды. Для послабляющего действия можно принимать сухие измельченные листья по 1 ч. л.

Еще раз обращаем ваше внимание, что препараты растения должны приниматься с осторожностью!

Свежеотолченную траву аврана используют для лечения хронических вялотекущих язв и гнойных ран. К больным местам ее прибинтовывают ежедневно на 2—3 ч. В результате пораженные участки кожи очищаются от гноя и на больном месте начинается процесс заживления.

АИР БОЛОТНЫЙ

Многолетнее растение семейства ароидных высотой более 1 м. Корневище мощное, мясистое, членистое, длиной 50 см. Листья простые, очередные, линейные. Цветочная стрелка трехгранная, с желобком и толстым отклоненным соцветием-початком, который подперт шпорцем мечевидной формы. Цветет в июне-июле. Цветки зеленовато-желтые. Завязь трехгранная. Ягоды мелкие, красные. В нашей стране и Западной Европе аир не плодоносит.

Аир болотный распространен в европейской части РФ, Средней Азии, Сибири и на Дальнем Востоке. Растет в тихих заводях, на отмелях прудов, рек и ручьев. В культуре его разводят делением корневищ с корнями, которые закапывают во влажную землю или ил с таким расчетом, чтобы уровень воды над ними не превышал 15—20 см. Принято считать, что вода, где растет аир, обычно пригодна для питья.

Растение известно с глубокой древности. Раньше у многих народов оно считалось универсальным домашним средством. Его использовали совместно с порошком угля для очистки воды, непригодной для питья. В настоящее время аир с успехом применяют в качестве корма для крупного рогатого скота, в кондитерской и парфюмерной промышленности. В небольшом количестве его можно употреблять вместо лаврового листа, класть в компоты из свежих и сухих яблок, груш и ревеня, варить в сиропе. Корневище аира используют для заклепки бочек, получения крахмала, дубления кожи, в борьбе с блохами и другими насекомыми.

Лекарственным сырьем служат корневища без мелких корней. Собирают их осенью при значительном сходе воды. Сырье разрезают на куски, моют и быстро сушат. Хранят в мешках или в стеклянной таре 1 год.

Сырье содержит душистое каламусовое масло, состоящее из камфена, камфары, борнеола, эвгенола и других веществ; аскорбиновую кислоту (150 мг%); гликозид акорин; алкалоид каламин; холин; смолу; крахмал.

Препараты аира назначают при желтухе, малярии, экссудативном диатезе, рахите, болезни почек и мочевого пузыря. Его порошок употребляют при изжоге, поносе и неприятном запахе изо рта (на кончике ножа). Наружно им посыпают раны и гноящиеся язвы. При женских болезнях используют для сидячих ванн. Во время эпидемии гриппа рекомендуется 3—4 раза в день жевать корневище для предупреждения заболевания. Полезен его порошок и при альвеолярной пиорее. Спринцева-

ние отваром айра в сочетании с настоем травы манжетки можно использовать в качестве дополнительного средства при лечении трихомонадного кольпита.

Настой корневища повышает аппетит, улучшает пищеварение и усиливает секрецию соляной кислоты, особенно у больных с пониженной кислотностью. Он обладает болеутоляющим, отхаркивающим и дезинфицирующим действием, незначительно снижает артериальное давление, повышает тонус угнетенной центральной нервной системы. В настоящее время его применяют для лечения язвенной болезни желудка.

Для приготовления настоя 2 ст. л. сырья заливают 1 стаканом горячей воды, кипятят в закрытой эмалированной посуде на водяной бане 15 мин, охлаждают 45 мин, процеживают и доводят объем кипяченой водой до исходного. Принимают по 1/4 стакана 3—4 раза в день за 30 мин до еды в теплом виде.

В смеси с корнем лопуха, цветками календулы, листьями и цветками настурции и листьями крапивы он используется для мытья головы при выпадении волос. Для приготовления отвара берут по 10 г каждого растения, заливают 1 л горячей воды, настаивают и процеживают. Голову после мытья этим составом насухо не вытирают.

Настойку корневища айра применяют при зубной боли и рвоте. Для ее приготовления 20 г измельченного корневища заливают 100 г 70%-го спирта и настаивают 8 дней в темном месте. Принимают по 20 капель 3 раза в день до еды.

Порошок корня айра входит в состав препаратов «Викалин», «Викаир», которые широко применяли для лечения язвенной болезни желудка. В настоящее время на смену им пришли более действенные препараты.

6 июня 2011 г. Роспотребнадзор РФ включил айр болотный и его эфирное масло в список растений, содержащих сильнодействующие, наркотические и ядовитые вещества.

АЙВА ПРОДОЛГОВАТАЯ

Дерево или кустарник семейства розоцветных высотой 1,5—8 м. Старые ветви и стволы имеют темно-серую, гладкую кору. Молодые ветви шерстисто-войлочноопушенные. Листья сверху зеленые, снизу — сероватые, короткочерешковые, цельнокройные, эллиптические. Цветет в мае-июне. Цветки одиночные, правильной формы, круглые, крупные, на опушенных цветоножках. Плод — ложное «яблоко» с ароматным запахом и кисловатым вкусом. В молодом возрасте он войлочноопушенный, в зрелом виде — гладкий. Семена красновато-коричневые с ослизняющей кожурой. Созревают в сентябре-ноябре.

Айва продолговатая распространена на Кавказе, в Крыму, Средней Азии и на юге европейской части РФ. Растет в лесах, среди кустарников, по берегам зарастающих озер, на равнинах и предгорной местности.

Используют в кондитерском и консервном производстве. Из плодов готовят соусы к мясным блюдам, сиропы и компоты, богатые железом. Употребляют их в вареном, печеном виде, особенно великолепно айвовое варенье. Существенным недостатком плодов при обработке является то, что они быстро темнеют на воздухе, поэтому обрабатывают и хранят их перед переработкой залитыми водой. Айва является источником промышленного получения пектина.

Лекарственным сырьем служат плоды, семена и листья. Плоды собирают зрелыми. Семена сушат на воздухе. Листья собирают в июне-июле. Сушат под навесом, перемешивая, или в сушилке при температуре 40—50 °С. Сырье считается готовым, если черешки листьев при сгибании ломаются, а не гнутся. Семена и листья хранят в плотно закрытой деревянной или стеклянной таре 1 год.

Плоды содержат углеводы, витамины С и В₁, дубильные вещества, эфирное масло, углеводороды, эфиры, ароматические соединения, серосодержащие соединения, тритерпеноиды, стероиды и высшие жирные кислоты (пальмитиновую, олеиновую, линолевую и др.).

В семенах найдены слизь (в основном в эпидермисе), гликозид амигдалин, сахара, белковые вещества и жирное масло. Листья содержат углеводы, тритерпеноиды, смолы, алкалоиды, витамины С и К, фенолкарбоновые кислоты, катехины, дубильные вещества, флавоноиды, лейкоантоцианы и липиды.

Препараты айвы обладают обволакивающим, общеукрепляющим, диуретическим, противоязвенным, вяжущим и антибактериальным действием. Эти эффекты растения известны издревле.

Свежие плоды используют как желчегонное и мочегонное средство. Они полезны при туберкулезе и бронхиальной астме. Мякоть плодов применяют при заболеваниях ЖКТ, сопровождающихся поносом, иногда при болезнях печени и как противорвотное средство. В виде сиропа плоды показаны при малокровии. Для его приготовления их режут на мелкие кусочки, заливают водой, кипятят до размягчения, отжимают сок и уваривают его до густоты сиропа.

Из цельных семян готовят слизистые отвары (5 : 100). Применяют их как легкое слабительное, обволакивающее и смягчительное средство при желудочно-кишечных заболеваниях, колите и дизентерии у детей в период выздоровления, а также при воспалительных заболеваниях горла и кашле, кожных болезнях и ожогах. Наружно в виде примочек айву используют при глазных болезнях и облысении. На Кавказе семена айвы заваривают как чай и употребляют при кашле.

Для приготовления отвара 10 г измельченных семян заливают 1 стаканом горячей воды, кипятят на водяной бане 20 мин, охлаждают 10 мин и процеживают через два-три слоя марли. Принимают по 1/3—1/4 стакана 3 раза в день до еды.

Настой листьев айвы назначают при воспалительных заболеваниях желудка. Он понижает сократительную способность кишечника, ослабляет и прекращает приступы бронхиальной астмы. Для его приготовления 5 г листьев заливают 1 стаканом горячей воды, кипятят на водяной бане в закрытой эмалированной посуде 15 мин, охлаждают при комнатной температуре 45 мин, процеживают, отжимают и доводят объем до исходного. Хранят в холодильнике не более 3 суток. Принимают по 2 ст. л. 3—4 раза в день до еды.

АКАЦИЯ БЕЛАЯ

Крупное дерево семейства бобовых высотой 15—20 м. Крона раскидистая. Ствол серо-черный или серо-бурый с продольными трещинами. Молодые ветви и побеги зеленые, гладкие. Листья яйцевидные или продольно-яйцевидные, расположены супротивно на черешках по 7—21 шт. Верхняя поверхность листьев зеленая,

гладкая, нижняя — серо-зеленая, бархатистая. Цветки белые, мотыльковые, с приятным ароматом, собраны в пониклые кисти. Цветет в конце мая. Плод — плоский стручок темно-бурого цвета с 4—6 бобовидными семенами. Созревает в июне.

Акация белая родом из Северной Америки, акклиматизирована на юге нашей страны. Она растет в садах, парках и вдоль дорог. Для многих благоухающие цветки белой акации — символ Юга когда-то очень большой Страны.

Используют для укрепления склонов оврагов и откосов железнодорожного полотна. Душистое масло из цветков нашло применение в парфюмерии. Древесина — прекрасный отделочный материал. Акация является хорошим медоносом.

Лекарственным сырьем служат цветки, листья и кора молодых побегов. Цветы заготавливают во время цветения. Собирают их в полураспустившемся состоянии. Сушат в хорошо проветриваемом помещении при температуре 40—50 °С. Кору и листья собирают в течение всего периода вегетации.

В цветках найдены эфирные масла, содержащие гелиотропин, метилантранилат, сложные эфиры салициловой кислоты и танины, в листьях — флавоноиды и их гликозиды (акацетин, акациин, в меньшей степени робинин), в коре молодых побегов и отчасти в древесине — токсичный робинин, танины, жирные масла, фитостерин и стигмастерин.

В европейской медицине белую акацию используют как отхаркивающее и легкое слабительное средство, в народной — как отхаркивающее, спазмолитическое, мочегонное и жаропонижающее. При обострении гастритов и язвенной болезни назначают спиртовой настой листьев и молодых побегов, а также отвар коры в горячем виде. В экспериментах на животных доказано мочегонное, гипотензивное и спазмолитическое действие препаратов акации. И хотя они не включены в фармакопею, современная медицина рекомендует их прием в качестве желчегонных, слабительных и отхаркивающих средств.

Для приготовления отвара цветков 1 ст. л. свежего или сухого сырья заливают 0,5 л воды, кипятят 3 мин, процеживают и доводят объем до исходного. Принимают по 1 ст. л. 3—4 раза в день до еды.

При использовании коры 1/2 ст. л. измельченного сырья заливают 0,5 л воды, кипятят 20 мин, процеживают горячим и доводят объем до исходного. Принимают небольшими порциями в течение 2 дней. При хорошей переносимости можно выпивать в течение дня, лучше в теплом виде.

Листья и молодые побеги настаивают на 40%-м спирте в соотношении 1 : 10 и выдерживают 15 дней, периодически их взбалтывая. Принимают по 1 ч. л. 3 раза в день до еды.

При использовании белой акации необходимо знать о токсических ингредиентах, содержащихся в различных частях растения, особенно алкалоида робинина, и обращаться с ней осторожно, строго соблюдая дозировку и рекомендации по приготовлению препаратов. Острые отравления могут возникнуть при заготовке древесины, что сопровождается недомоганием, тошнотой, рвотой, головной болью или сонливостью.

АКОНИТ ДЖУНГАРСКИЙ

Многолетнее травянистое растение семейства лютиковых высотой 70—130 см. Корневище состоит из сросшихся конусовидных корнеклубней и напоминает цепочку. Стебель прямой, крепкий, голый, вверху опушенный. Листья черешковые, голые, жесткие, темно-зеленые, с округлосердцевидными, пятирассеченными пластинками. Соцветие — верхушечная кисть из крупных темно-синих цветков. Цветет в июле-августе. Плод — сухая трехгнездная листовка. Семена созревают в сентябре.

Необходимо помнить, что растение ядовито!

Аконит в диком виде распространен в Средней Азии. Растет по берегам рек, на открытых склонах, в разреженных хвойных лесах, по ущельям, в горной местности. В то же время аконит выращивается в виде декоративного растения. Иной раз нельзя не залюбоваться этим красивым растением.

Лекарственным сырьем служат корнеклубни, иногда листья. Корнеклубни заготавливают в сентябре-октябре, листья — до цветения растений. Корнеклубни выкапывают лопатой, отряхивают от земли, моют в холодной воде, подвяливают на солнце и сушат под навесом или в сушилке при температуре 60—80 °С. Листья подвяливают на солнце и сушат под навесом. Сырье после сушки должно оставаться темно-зеленым. Хранят в мешочках или закрытой таре 2 года. *После сбора аконита необходимо тщательно вымыть руки с мылом и щеткой!*

Корнеклубни содержат алкалоиды (аконитин и др.), органические кислоты, кумарины и углеводы. В надземной части растения имеются алкалоиды и витамин С.

Препараты аконита обладают болеутоляющим, антибактериальным и противоопухолевым действием.

Настойку из корнеклубней применяют только *наружно* (!) при невралгиях, мигрени, ревматических болях. При нанесении на кожу препарат вызывает зуд, затем анестезию. Для приготовления настойки 20 г корнеклубней заливают 0,5 л 40%-го спирта или водки и выдерживают 5—7 дней, пока она не приобретет цвет крепкого чая. Втирают настойку на ночь, укутывая больное место фланелевой тканью. В начале лечения используют по 1 ч. л., в дальнейшем, при хорошей переносимости, дозу увеличивают до 1 ст. л. Курс лечения 3—4 недели. При передозировке могут появиться кожный зуд, покалывания в различных частях тела, ломота, жжение, боль в желудочно-кишечном тракте и обильное слюноотделение.

Применять аконит, в том числе и как противоопухолевое средство, следует только под наблюдением опытного специалиста!

АЛОЭ ДРЕВОВИДНОЕ

Многолетнее вечнозеленое растение семейства лилейных высотой до 4 м. Родина — Южная и Восточная Африка. Корневая система мочковатая, корни цилиндрические, сильно разветвленные. Стебли прямостоячие, ветвящиеся. Листья очередные, мечевидные, с хрящевыми шипами по краям, в вершине изогнутые. Поверхность листьев сверху плоская, снизу выпуклая. Цветки оранжевые, колокольчатые, трубчатые, на тонких цветоножках.