

АНДРЕЙ ЦИЦИЛИН

ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ

НА ДАЧЕ И ВОКРУГ НАС



ВЫРАЩИВАНИЕ, ЗАГОТОВКИ, РЕЦЕПТЫ

ПОЛНАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ



АНДРЕЙ ЦИЦИЛИН – заведующий Ботаническим садом Всероссийского научно-исследовательского института лекарственных растений, канд. биол. наук, автор более 100 научных работ, книг и статей

Андрей Николаевич Цицилин
Лекарственные растения на даче и
вокруг нас. Полная энциклопедия

Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=6720639

Цицилин А. Н. Лекарственные растения на даче и вокруг нас : полная энциклопедия : Эксмо;
Москва, 2014

ISBN 978-5-699-63269-5

Аннотация

Умелые руки садовода способны превратить в зеленую аптечку и трудолюбиво возвращенный дачный огород, и таинственный сад, спрятавшийся на лоджии в городской квартире. Бережливо собранные и запасенные и грамотно приготовленные, декоративные астра и фиалка, признанные «лекари» календула и зверобой и многие другие растения станут природным лекарством, натуральным и полезным при болезнях и травмах. Из этой книги вы узнаете о химическом составе, применении в научной и народной медицине, рецептах использования и способах выращивания более 170 видов цветочных и травянистых растений. Гид по «зеленой аптеке» уберезет от ошибок при сборе, хранении и употреблении лекарственного сырья и поможет извлечь из заготовок максимальную пользу.

Содержание

Биологически активные вещества в растениях	7
Липиды	8
Углеводы	9
Моносахариды и олигосахариды	10
Полисахариды	11
Алкалоиды	12
Гликозиды	13
Сердечные гликозиды	14
Тритерпеновые гликозиды	15
Гликозиды (сапонины) с отхаркивающим действием	16
Антрахиноны	17
Фенольные соединения	18
Дубильные вещества	19
Флавоноиды	20
Эфирные масла	21
Кумарины	22
Витамины	23
Органические кислоты	24
Минеральные вещества и микроэлементы	25
Сбор, сушка и хранение	26
Основные правила сбора	26
Надземная часть	27
Листья	28
Цветки	29
Плоды и семена	30
Корни, корневища, луковицы и клубни	31
Подготовка к сушке	32
Запас лекарственного сырья: сушка и хранение	33
Способы приготовления и применения растительных лекарств в домашних условиях	35
Настои	36
Отвары	37
Настойки	38
Порошки	39
Мази	40
Лекарственные масла	41
Соки	42
Декоративные лекарственные растения	43
Агератум Хоустона, или Мексиканский (A. Houstonianum Mill., A. Mexicanum Sims.)	43
Адиантум стоповидный (Adiantum Pedatum L.)	45
Адонис весенний, или Горицвет весенний (Adonis Vernalis L.)	47
Алиссум скальный, или Бурачок скальный (Alyssum Saxatile L.)	49
Амарант, или Щирица (Amaranthus)	51

Амарант метельчатый, или кровавой (<i>Amaranthus Paniculatus</i> L. = <i>A. Cruentus</i> L.)	51
Амарант хвостатый (<i>Amaranthus Caudatus</i> L.)	52
Аризема (<i>Arisaema</i>)	54
Аризема амурская (<i>Arisaema Amurensis</i> Maxim.)	54
Аризема японская (<i>Arisaema Japonicum</i> Blume)	55
Астильба (<i>Astilbe</i>)	57
Астильба китайская (<i>Astilbe Chinensis</i> (Maxim.) Frach.Et Sav.)	57
Астильба Тунберга (<i>Astilbe Thunbergii</i> (Sieb. Et Zucc.) Miq.)	59
Астра (<i>Aster</i>)	60
Астра альпийская (<i>Aster Alpinus</i> L.)	61
Астра новоанглийская, или американская (<i>Aster Novae-Angliae</i> L.)	62
Бадан толстолистный (<i>Bergenia Crassifolia</i> (L.) Fritsch.)	63
Барвинок малый (<i>Vinca Minor</i> L.)	66
Бархатцы, или Тагетес (<i>Tagetes</i>)	69
Бархатцы отклоненные, или французские (<i>Tagetes Patula</i> L.)	69
Бархатцы прямостоящие, или африканские (<i>Tagetes Erecta</i> L.)	71
Бархатцы тонколистные, или мексиканские (<i>Tagetes Tenuifolia</i> Cm.)	72
Белоцветник (<i>Leucojum</i>)	74
Белоцветник весенний (<i>Leucojum Vernum</i> L.)	74
Белоцветник летний (<i>Leucojum Aestivum</i> L.)	75
Василек голубой (<i>Centaurea Cyanus</i> L.)	77
Ваточник (<i>Asclepias</i>)	80
Ваточник мясо-красный, или инкарнатный (<i>Asclepias Incarnata</i> L.)	80
Ваточник сирийский (<i>Asclepias Syriaca</i> L.)	81
Вербейник (<i>Lysimachia</i>)	83
Вербейник ландышевый (<i>Lysimachia Clethroides</i> Duby)	83
Вербейник монетчатый, или Луговой чай (<i>Lysimachia Nummularia</i> L.)	84
Вербейник точечный (<i>Lysimachia Punctatal.</i>)	85
Вероника сибирская (<i>Veronica Sibirica</i> L.= <i>Veronicastram Sibirica</i> = <i>Leptandra Sibirica</i> (L.) Nutt.Ex G.Don Fil)	87
Ветреница, или Анемона (<i>Anemone</i>)	89
Ветреница дубравная (<i>Anemone Nemorosa</i> L.)	89
Ветреница лютичная (<i>Anemone Ranunculoides</i> L.)	90
Ветреница лесная (<i>Anemone Sylvestris</i> L.)	91
Вечерница Матроны, или Ночная фиалка (<i>Hesperis Matronalis</i> L.)	93
Водосбор, или Аквилегия (<i>Aquilegia</i>)	95
Водосбор обыкновенный (<i>Aquilegia Vulgaris</i> L.)	96
Водосбор железистый (<i>Aquilegia Glandulosa</i> Fisch.)	97
Волжанка, или Арункус (<i>Aruncus</i>)	99

Конец ознакомительного фрагмента.

100

Андрей Николаевич Цицилин

Лекарственные растения на даче и вокруг нас. Полная энциклопедия

© Цицилин А.Н., 2012

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2014

Биологически активные вещества в растениях

Лечебные свойства растений в первую очередь зависят от того, сколько в них биологически активных веществ, принадлежащих к разным классам химических соединений: алкалоидов, эфирных масел, дубильных веществ, горечей, гликозидов, сапонинов, слизей, витаминов, ферментов и других. В отдельных растениях встречается по несколько групп химических веществ в самом разном количестве: от сотых долей до десятков процентов. Бывает, что органы одного растения содержат разные химические соединения – или одни и те же вещества, но в разных количествах. Однако вещества разной химической структуры, как ни странно, нередко оказывают одинаковый лечебный эффект.

Количество действующих веществ в растениях зависит от органа и возраста растения, времени заготовки, условий произрастания, способов сушки и условий хранения. Различные условия могут сильно менять ценность растения, вплоть до полной потери им лечебных свойств.

Липиды

В эту группу входят жиры и жироподобные вещества. Все эти вещества могут растворяться только в органических растворителях, то есть. спиртах, эфирах и других. В организме человека синтезируются не все необходимые жирные кислоты. К примеру, полиненасыщенные кислоты – линолевая, линоленовая и арахидоновая – поступают в него только с пищей. Они участвуют в построении клеточных мембран и синтезе простагландинов, снижают уровень липопротеинов и холестерина, поэтому должны постоянно присутствовать в рационе. Дефицит этих кислот плохо влияет на обмен веществ.

Полиненасыщенными жирными кислотами, иногда называемыми витамином F, богаты растительные масла (оливковое, льняное, масло энотеры и др.). Наружно их применяют при ожогах и язвах. При приеме внутрь они производят легкий слабительный эффект. Растительные масла – хорошие растворители и экстракты действующих веществ.

Еще одна необходимая группа кислот – фитостерины (ситостерин, стигмастеин и другие). Они оказывают антисклеротическое, эстрогенное, противоопухолевое действие, помогают при болезнях органов пищеварения (диарее), костно-мышечной системы (коксит), простатите и аденоме простаты и других заболеваниях.

Углеводы

Эти органические вещества входят в состав клеток и тканей всех растений и животных. Воздушно-сухое сырье растений состоит примерно на 70–80 % именно из углеводов. В организме человека они служат в основном источником энергии.

Моносахариды и олигосахариды

Из моносахаров в природе чаще всего встречаются глюкоза и фруктоза – в различных плодах и ягодах, зеленых частях растения и семенах. Среди олигосахаров больше всего распространена сахароза – свёкловичный или тростниковый сахар, состоящая из остатков молекул глюкозы и фруктозы. Сахароза встречается в плодах и ягодах, семенах, листьях и стеблях.

Полисахариды

Высокомолекулярные вещества, состоящие из большого количества остатков моносахаров. В растениях они чаще всего являются питательными запасами или играют роль скелетных (опорных) веществ.

Важнейший резервный полисахарид, содержащийся в растениях и состоящий из глюкозы – *крахмал*. Он обладает обволакивающим действием, применяется в виде киселей в лечебном питании при болезнях желудка, в виде порошка для присыпок. В ряде растений в качестве резервного углевода синтезируется не крахмал, а гораздо меньший полисахарид – *инулин*, состоящий из фруктозы.

Клетчатка (целлюлоза) – основной строительный материал клеток растений. Клетчатка не переваривается, раздражая рецепторы кишечника, она улучшает его моторику и способствует опорожнению. Благодаря этому эффекту пища, содержащая грубую клетчатку, помогает при запорах. Также целлюлоза используется как перевязочный материал: из нее делают вату и марлю.

Пектины — это высокомолекулярные углеводы, которые абсорбируют воду и превращаются в желе. Они образуют нерастворимые комплексные соединения со многими вредными веществами: тяжелыми металлами (стронций, кальций, свинец и другие), радионуклидами. Такие соединения не перевариваются и эффективно выводятся из организма. Кроме того, пектины угнетают гнилостную микрофлору кишечника, замедляют всасывание холестерина, улучшают моторику кишечника.

Слизи — вещества различного химического состава, близкие к пектинам и клетчатке, при кипячении в воде они разбухают и образуют густые гели. Их получают из цветков коровяка, листьев подорожника большого, листьев мать-и-мачехи). Оказывают смягчающее и обволакивающее действие на слизистые оболочки, защищая их от раздражения и повреждений, химических и физических, уменьшая воспаление и боль. Слизи употребляются для лечения гастритов, энтеритов, колитов, язвы, заболеваний рта и горла.

Алкалоиды

Эти сложные соединения содержат азот и относятся к органическим щелочам. В растениях они встречаются преимущественно в виде солей органических кислот (яблочной, винной и других), которые растворимы в воде. В водных растворах алкалоидов образуется осадок из дубильных веществ, солей тяжелых металлов, йодидов и ряда других соединений, поэтому алкалоиды не совместимы с ними в лекарствах. Такие органические щелочи (например, колхицин) по сравнению с другими веществами показывают более высокую токсичность и, как правило, действуют очень избирательно, поэтому в медицине их применяют в виде отдельных веществ и в малых дозах (атропин, кофеин, морфин и другие).

В настоящее время из растений получено около десяти тысяч алкалоидов. В одном растении может присутствовать несколько десятков таких органических щелочей, обладающих самыми разными лечебными действиями. И, наоборот, один и тот же алкалоид может содержаться в растениях, принадлежащих к разным семействам (например кофеин – в чае, кофе, гуаране).

Гликозиды

Гликозиды – это органические нелетучие соединения, состоящие из двух частей: сахаров (часто глюкозы), называемой гликоном, и несахаристой части (из других разнообразных органических соединений) – генина или агликона. Подвергнутые воздействию ферментов или нагретые в воде гликозиды разлагаются на сахара и агликон. Именно последний определяет характер физиологической активности гликозида.

Сердечные гликозиды

Эти гликозиды имеют особое значение в лечебной практике, так как оказывают избирательное терапевтическое воздействие на сердце. Их применяют для лечения сердечной недостаточности. Они содержатся в наперстянках, ландыше майском, адонисе весеннем. Сердечные гликозиды высокотоксичны, поэтому, как алкалоиды, они чаще применяются в виде выделенных из растений отдельных соединений.

Многие растения семейства розоцветные содержат очень ядовитый гликозид амигдалин, при расщеплении образующий синильную кислоту (листья и косточки горького миндаля, абрикосов, персиков, слив, вишен и другие). Из-за этого семена этих видов нельзя употреблять в пищу, а продукты переработки (компоты), приготовленные из цельных плодов, — долго хранить. А в плодах, надземной части, ростках картофеля содержатся ядовитые гликозиды (их также называют гликоалкалоидами), в том числе соланин.

Тритерпеновые гликозиды

Гликозиды этой группы повышают неспецифическую устойчивость к широкому кругу неблагоприятных факторов: инфекциям, гипоксии, высоким и низким температурам, разнообразным токсическим агентам (алкоголю, пестицидам и другим) и тому подобному. Тритерпеноиды стимулируют иммунитет, активируют макрофагов, стимулируют функцию Т-лимфоцитов, индуцируют продукцию интерферона, а потому полезны при вирусных инфекциях.

Они положительно сказываются и на умственной и физической работоспособности, особенно при повторном приеме препарата и повторных нагрузках. При этом тритерпеновые гликозиды качественно отличаются от стимуляторов фенаминового ряда: они оптимизируют энергетический обмен в клетках, повышая его КПД, и не вызывают истощения. Благодаря этому свойству их употребляют при хроническом утомлении, после операций, травм и сильных стрессов.

Гликозиды (сапонины) с отхаркивающим действием

Сапонины обладают высокой поверхностной активностью и поэтому при взбалтывании с водой дают стойкую пену (*sapo* переводится с латинского как «мыло»). Способствуют разжижению вязкой мокроты, активируют функцию реснитчатого эпителия дыхательных путей, перистальтики бронхов, обладают отхаркивающим действием. Однако высокие дозы вызывают рвоту. Сапонины используют вместо мыла, а также для образования пены в лимонадах и при приготовления халвы в пищевой промышленности. Они содержатся в синюхе, мыльнянке, первоцвете и некоторых других растениях.

Антрахиноны

К антрахинонам относятся органические вещества, являющимися производными антрацена. Принимаемые внутрь, они действуют как слабительное, стимулируя рецепторы толстого кишечника. При правильной дозировке не нарушают процесс пищеварения.

Антрахиноны частично всасываются и выделяются с мочой и грудным молоком, окрашивая их при кислой среде в желтый цвет, при щелочной – в красный. Длительный прием может привести к атрофии мышечного слоя кишки и нарушениям перистальтики. Возможны и такие побочные эффекты, как трудноизлечимый вторичный запор и расстройства печени, поэтому важно применять антрахиноны осторожно и избегать передозировки. Послабляющий эффект возникает через 6 – 10 часов после приема. Антрахиноны содержатся в листьях и плодах кассии (сена), корневищах и корнях ревеня и щавеля конского.

Фенольные соединения

Эти вещества содержат ароматические кольца с гидроксильной группой, а также их функциональные производные. Фенольные соединения, в ароматическом кольце которых имеется более одной гидроксильной группы, называют полифенолами.

Большинство полифенолов активно участвуют в клеточном метаболизме и играют важную роль в различных физиологических процессах – фотосинтезе, дыхании, росте, устойчивости растений к инфекционным болезням.

Полифенолы в основном содержатся в интенсивно работающих органах – листьях, цветках (придавая им окраску), плодах, ростках, в покровных тканях, выполняющих защитные функции. Разные органы и ткани растений отличаются не только количеством полифенолов, но и качественным их составом.

Среди фенолов больше всего распространены гидрохинон и арбутин, обладающие антибактериальными свойствами и поэтому используемые при лечении воспалительных заболеваний мочеполовых путей. Они присутствуют в листьях бадана, брусники, толокнянки и других.

Из триоксибензолов (трехатомных фенолов) в растениях встречается флороглюцин (1,3,5-триоксибензол). Так, в папоротниках щитовниках накапливаются значительные количества производных флороглюцина, получивших общее название флороглюциды.

В растениях также широко распространены фенолокислоты (протокатеховая, п-оксибензойная, галловая, кофейная кислота и ее соединения, в частности хлорогеновая, салициловая кислота и другие). Они являются типичными сопутствующими веществами, оказывающими определенный лечебный эффект в составе препаратов.

Дубильные вещества

Данная группа растительных полифенолов обладает вяжущим вкусом и способностью «дубить» невыделанную шкуру, превращая ее в кожу. На воздухе они окисляются, образуя флобафены – вещества, окрашенные в бурый цвет, и теряют дубильные свойства.

Дубильные веществ применяют в качестве вяжущих и противовоспалительных средств. При нанесении на слизистые оболочки или раневую поверхность дубильные вещества вызывают частичное свертывание белков и приводят к образованию пленки, защищающей от раздражения чувствительные нервные окончания тканей. При этом сужаются сосуды, ослабевают болевые ощущения и снижается воспаление.

Благодаря способности образовывать нерастворимые соединения с алкалоидам, гликозидами и солями тяжелых металлов дубильные вещества используют как противоядия. Однако из-за этого свойства их нельзя использовать в сложных лекарствах вместе с алкалоидами и слизями.

Флавоноиды

Свое название они получили от латинского слова *flavus*– желтый, поскольку первые выделенные из растений флавоноиды имели желтую окраску. Наиболее богаты флавоноидами растения семейства бобовых, астровых (сложноцветных), сельдерейных (зонтичных), яснотковых (губоцветных), розоцветных, гречишных, рутовых и других. В растениях флавоноиды есть главным образом в цветках, листьях и плодах, реже – в корнях и стебле.

В организме человека флавоноиды влияют на активность ферментного метаболизма. Их используют при сердечнососудистых заболеваниях, в качестве спазмолитических, противовоспалительных, диуретических и антимикробных средств.

Определенные разновидности флавоноидов, находящиеся в лепестках, обуславливают окраску большинства алых, красных, розово-алых и синих цветков. В окраске желтых цветков принимают участие флавоноловые гликозиды, ауруны и халконы, хотя наиболее важным источником желтой окраски в природе являются каротиноиды.

Бесцветные восстановленные флавоноидные соединения – *катехины* – легко поддаются окислению: при нагревании, освещении лучами солнца, особенно в щелочной среде и при действии окислительных ферментов «полифенолоксидазы, пероксидазы), в результате чего приобретают разную окраску. Характерным примером может служить чай, различный цвет которого (черный, красный, желтый) обусловлен степенью окисления катехинов. Их используют при нарушениях капиллярного кровообращения и сосудистых отеках. Считается, что они также укрепляют иммунную систему.

Эфирные масла

Эти летучие ароматические жидкости сложного химического состава легко возгоняются с водяным паром и отслаиваются от дистиллята. Их несложно получить из сырья, используя органические растворители. Именно они определяют ароматические свойства растений и широко используются в парфюмерии и кулинарии.

Содержание эфирных масел в растениях варьирует от долей процента до 10–15 % и более. В зависимости от вида они накапливаются в разных органах растения. Так, у растений семейства сельдерейные (зонтичные) максимальное их количество наблюдается в плодах (тмин, анис, любисток и другие), у яснотковых (губоцветных) – в соцветиях и листьях (котловники, мята, душица и другие), рутовых – в листьях (рута душистая, ясенцы и другие).

Наличие и количество эфирных масел в растении позволяет во многом прогнозировать его лечебные свойства. Самое ценное свойство эфиромасличных растений – их противомикробное действие. В зависимости от химического состава, концентрации, длительности контакта с микробами эфирные масла подавляют рост и развитие бактерий или полностью их уничтожают.

Даже при длительном контакте с компонентами эфирных масел микроорганизмы не вырабатывают к ним устойчивости, а действие антибиотиков, других химиотерапевтических препаратов в сочетании с эфирными маслами только усиливается. Наибольшей активностью обладают эфирные масла ромашки аптечной, тысячелистника, базилика, чабреца, шалфея лекарственного и некоторых других растений.

Эфирные масла обладают и другими ценными лечебными свойствами: они снимают воспаление, защищая клетки от дальнейшего повреждения, усиливают активность макрофагов и лейкоцитов. Оказывают ранозаживляющее, спазмолитическое действие на коронарные и мозговые сосуды, бронхи и полые органы. Их используют как отхаркивающие средства и для стимуляции работы пищеварительных желез.

Кумарины

Вещества этой группы обладают фотосенсибилизирующим действием, то есть повышают чувствительности кожи к ультрафиолетовому облучению, в результате чего усиливается образование защитного темного пигмента – меланина. Препаратами, содержащими такие соединения, лечат витилиго и гнездную плешивость.

Также кумарины, а точнее оксикумарины, являются антикоагулянтами: они снижают активность свертывания крови и препятствуют образованию тромбов. Растениями, содержащими кумарины, лечат варикозное расширение вен с тромбофлебитом, атеросклероз артерий нижних конечностей, коронарных и мозговых сосудов. А фурано- и пиранокумарины снимают спазмы коронарных и мозговых артерий и артерий конечностей.

Витамины

Витамины в очень небольших количествах необходимы для нормального развития и жизнедеятельности человеческого организма. Многие из них входят в состав ферментов или принимают участие в их образовании, повышают или понижают активность определенных ферментных систем. Они играют первостепенную роль в обмене веществ.

В отсутствие витаминов и из-за их нехватки защитные силы организма ослабевают. Заболевание, вызванное недостатком какого-то витамина в организме, называется гиповитаминозом, а полным отсутствием витамина – авитаминозом.

Некоторые витамины синтезируются в организме, однако большая их часть поступает с пищей. Потребность в этих веществах сильно повышается при различных инфекционных заболеваниях, ожогах, ранах, переломах и во время беременности. Особенно важно следить за балансом витаминов в пожилом возрасте, так как с годами витамины, поступающие с пищей, начинают хуже усваиваться, и в органы и ткани поступает все меньше этих жизненно важных веществ.

Растения содержат большинство необходимых для жизнедеятельности витаминов. Некоторые виды настолько богаты ими, что могут применяться и для лечения гипо- и авитаминозов, и для лечения других заболеваний.

Витамины делятся на две группы: жирорастворимые (витамины А, Е, D, К) и водорастворимые (С, витамины группы В, Н, РР). Существует также группа так называемых витаминоподобных соединений к которым относят витамин Р (биофлавоноиды), витамин U, инозит, карнитин, липоевую, оротовую и пангамовую (витамин В₁₅) кислоту. Декоративные растения богаты аскорбиновой кислотой, каротиноидами и витаминами Е, F, К и Р, U.

Органические кислоты

Органические кислоты способствуют пищеварению, так как они усиливают выделение пищеварительных соков и стимулируют моторику кишечника. Но растения, содержащие щавелевую кислоты и ее соли (кислица, щавели, ревень и другие), могут спровоцировать отложение оксалатных камней.

Органические кислоты находятся в растениях в свободном виде, а также в виде солей и эфиров (муравьиная, щавелевая, яблочная, лимонная, виннокаменная кислота). Яблочная кислота содержится в яблоках, рябине, барбарисе, боярышнике, то есть почти во всех плодах. Лимонная кислота – в citrusовых, бруснике, клюкве и других. Виннокаменная есть в винограде, крыжовнике, землянике, сливе, абрикосах, красной смородине. Бензойной кислотой, хорошим антисептиком, богаты брусника и клюква, а салициловой – лабазник, малина, ежевика, вишня и земляника.

Минеральные вещества и микроэлементы

В состав растений входят различные минеральные вещества и их соли. Эти соединения имеют большое значение для жизнедеятельности человека: они входят в состав клеток и межклеточной жидкости, участвуют в обменах веществ и энергии.

Микроэлементы содержатся в организме человека в малых количествах: тысячных и меньше долей процента. Однако они незаменимы, так как входят в состав многих ферментов, контролирующих окислительно-восстановительные реакции, процессы обмена веществ, тканевое дыхание и другие.

Сбор, сушка и хранение

Основные правила сбора

Для лечебных целей растения заготавливают в те фазы вегетации, когда в них накапливается максимальное количество биологически активных веществ. Часто сбор приурочивают к определенному времени дня. Цветки, листья, траву и плоды необходимо собирать только в сухую погоду, лучше в утренние часы после высыхания росы. Однако есть исключения, например тмин и другие легко осыпающиеся плоды или семена собирают утром «по росе». Подземную часть (корни, корневища, луковицы и тому подобное) можно заготавливать и после дождя, так как их все равно в большинстве случаев промывают, очищая от земли.

Надземная часть

Трава, как их называют фармацевты, – это облиственная цветущая верхняя часть растения. Чаще всего её срезают на уровне нижних листьев в начале или в разгар цветения с помощью ножа, секатора. У высоких растений (например у золотарника канадского) срезают только облиственные цветущие верхушки длиной до 40 см и боковые веточки. Толстые, грубые деревянистые стебли содержат мало биологически активных веществ, поэтому собирать их нет смысла. Если у заготавливаемого растения много стеблей (душица, котовник и другие), то их высушивают целиком, а после листья со стеблей обмолачивают или обрывают.

Листья

Обычно их собирают, когда на растении появляются бутоны или оно цветет. Листья срывают, придерживая стебель, движением сверху вниз, с черешком, без черешка, или с его частью – в зависимости от вида сырья. Нужно помнить, что листья с толстыми и сочными черешками сохнут дольше. Если листья мелкие, иногда их веточки или траву целиком, а после высушивания листья обрывают или обмолачивают. Собирают только развитые срединные и нижние листья, а поблекшие, увядшие, пораженные вредителями и болезнями отбраковывают.

Цветки

Цветки собирают в начале или во время массового цветения. Заготовленные более в поздние фазы развития (конец цветения или начало плодоношения) цветки (соцветия) содержат меньше действующих веществ и рассыпаются при сборе и сушке (золотарник канадский, календула). Способ сбора зависит от размера цветков, месторасположения (одиночные или соцветия), типа соцветия и тому подобного. Так, венчики коровяка выдергивают из цветка, у календулы срезают все соцветие. Корзинки аптечной ромашки общипывают, оставляя сколь возможно короткие цветоножки, или снимают с помощью специальных совков.

Плоды и семена

Они содержат больше всего целебных веществ в период полного созревания. Крупные плоды собирают выборочно, по мере созревания, обрывая вручную. Сухие плоды и семена собирают, срезая надземную часть серпом, подсушивая в дозревания в сухом месте, после чего обмолачивают. Сочные плоды можно снимать с плодоножками.

Корни, корневища, луковицы и клубни

Подземные части растений чаще всего собирают осенью, в период отмирания надземной части, или рано весной, когда они только начинают отрастать. Именно в эти периоды в подземных органах накапливается наибольшее количество полезных веществ. Подземную часть выкапывают, ориентируясь на стебель. Затем надземные части отделяют, землю стряхивают, а корни быстро промывают в проточной воде и раскладывают на подстилке, чтобы они подсохли. Подземную часть некоторых растений (например синюхи голубой), содержащую сапонины, нельзя мыть в воде, поэтому почву с них удаляют особенно тщательно.

Подготовка к сушке

После заготовки и перед сушкой собранное лечебное сырье растений тщательно перебирают, удаляя попавшие примеси, загнившие и потерявшие естественную окраску части растения, землю. При необходимости нижние одревесневшие части стеблей обрубают. Если растения (однолетние) выдергивают вместе с неглубоко уходящими корнями, то последняя процедура является обязательной.

Перед сушкой листья перебирают, удаляя больные и посторонние примеси. Из цветочного сырья прежде всего удаляют цветки, потерявшие естественную окраску, части цветка или соцветия, не подлежащие сбору, случайно попавшие листья. Сочные ягоды очищают от плодоножек, частей соплодия, незрелых ягод, примеси листьев. Сочные плоды перед сушкой отделяют от примесей, удаляют испорченные и подгнившие. Корни и корневища освобождают от остатков стеблей, мелких корешков, поврежденных или гнилых частей.

Запас лекарственного сырья: сушка и хранение

Наибольший лечебный эффект производят свежие растения. Однако в тот момент, когда они нужны, их может быть сложно найти, поэтому растения перерабатывают, сохранения про запас. Чаще всего их сушат. От качества сушки зависит качество лекарственного сырья. При неправильной обработке биологически активные вещества частично или полностью разрушаются.

Сушка останавливает в клетках растений химические процессы, ведущие к разложению активных веществ. Из-за значительного снижения количества влаги в растительном сырье оно почти не подвергается воздействию плесневых грибков и бактерий, также ухудшающих заготовку.

Собранное сырье сушат, используя искусственное или естественное тепло. В хорошую погоду это делают на открытом воздухе на солнце или в тени под навесами, а также в хорошо проветриваемых помещениях. В ненастье – в сушилках, печах, духовках. Очень эффективна сушка на чердаках, особенно под металлической крышей.

Проще всего высушить сырье на солнце. Однако важно помнить, что под действием солнечных лучей разрушается хлорофилл, и листья приобретают бурую или желтую окраску, выцветает венчик многих цветков и нередко частично разрушаются биологически активные вещества.

Без ущерба для качества сырья воздушно-солнечную сушку применяют для корней, корневищ и клубней. На солнце также досушивают плоды растений семейства зонтичных – тмина, укропа, кориандра и других. Часто воздушно-солнечная сушка необходима для предварительного подвяливания сочных плодов, под которые необходимо подстилать брезент. Прямо на земле сушить сырье нельзя, так как из почвы к нему будет постоянно поступать влага. Из-за этого растение будет дольше сохнуть и утратит часть лечебных свойств.

Воздушно-тенивая сушка – наиболее распространенный способ заготовки лекарственного сырья. Под навесами или в помещениях устраивают стеллажи, на которые укладывают рамки с натянутым над ними редким полотном или металлической сеткой. Высушиваемое сырье тонким слоем выкладывают на рамки и регулярно перемешивают, чтобы заготовка просыхала равномерно. Но ворошить соцветия календулы, ромашки и некоторые другие надо очень осторожно, что они не рассыпались. Траву можно развешивать в пучках на веревках или гвоздях.

Искусственная тепловая сушка – быстрый способ заготовки лекарственного сырья, доступный в любое время года и при любой погоде. Для сушки сочных плодов наиболее пригодны грибо- и овощесушилки.

Оптимальную температуру для каждого вида сырья подбирают экспериментальным путем. Обычно растения, содержащие эфирные масла, сушат при 35–40 °С, так как при более высокой температуре масла испаряются. Сырье, содержащее гликозиды, быстро засушивают при 50–60 °С, при этой же температуре можно сушить сырье и большинства других растений.

Однако для сохранения максимального количества витамина С листья примулы и плоды шиповника сушат при более высокой температуре в 80–90 °С.

Сочные плоды предварительно подвяливают в течение 2–3 дней на солнце, во время ненастья – в сушилках и духовках в течение 4–5 часов при температуре 30–40 °С. Важно, чтобы сохранялся отток влажного воздуха, то есть дверца духовки должна быть приоткрыта. Сушку заканчивают при более высокой температуре в 80–90 °С.

Лекарственное сырье высушивают до «воздушно-сухого состояния», которое в зависимости от вида сырья может варьировать в пределах 10–14 % остаточной влажности. Для

богатых углеводами плодов, остаточная влажность может быть и выше, равняясь 17–20 %. Сушка считается законченной, если корни и корневища не гнутся, а ломаются на изгибе с небольшим треском; листья, цветки и трава легко перетираются пальцами, а стебли ломаются. Сжатые в руке сочные плоды не должны слипаться в комок.

Высушенное сырье хранят в матерчатых или бумажных пакетах или мешках, коробках. В каждую упаковку нужно положить этикетку с указанием названия растения, его органа и времени сбора. Цветки могут храниться 1 год, листья и трава до 2 лет, большинство корней и корневищ – до 3 лет.

Способы приготовления и применения растительных лекарств в домашних условиях

Лечебные растения лучше хранить в цельном виде, траву можно держать крупно нарезанной, так как в этом случае биологически активные вещества сохраняются лучше и дольше.

В домашних условиях чаще всего изготавливают настои, отвары, настойки, мази, порошки. Для приготовления лечебных препаратов сырье растений измельчают, чтобы извлечь как можно больше действующих веществ. Лучше всего заготавливать сырье с запасом не более чем на 2–3 недели. Обычно листья, цветки и траву измельчают до размера частиц, не превышающих 5 мм; стебли, корни и кору – до 3 мм, а семена – до 0,5 мм. Настои чаще всего делают из нежного растительного сырья: цветков, листьев, травы, или сырья, содержащего летучие действующие вещества, например эфирные масла. Отвары, напротив, готовят из грубого сырья: коры, корней и корневищ.

Настои

Есть два способа приготовления водных настоев: горячий и холодный.

В первом случае измельченное растительное сырье нужно положить в эмалированную кастрюлю, стеклянную или фарфоровую посуду и залить кипятком. Посуду накройте крышкой и нагревайте в течение 15 минут на кипящей водяной бане или на горячей плите, не доводя до кипения. Затем снимите настой с плиты и полчаса – час охлаждайте при комнатной температуре, не снимая крышки.

Процедив настой через слой ваты или марлю, сложенную в несколько раз, отожмите остаток сырья и добавьте кипяченой воды до объема, указанного в рецепте приготовления. Например, если к сырию вы добавили стакан воды (200 мл), а после процеживания у вас получилось 180 мл настоя, нужно добавить к нему еще 20 мл воды. Иногда готовят напары, то есть настой выдерживают (парят) в горячей духовке или печке 8 – 12 часов, а потом процеживают.

Чтобы приготовить настой холодным способом, залейте измельченное растительное сырье холодной кипяченой водой, закройте крышкой и настаивайте 4 – 12 часов. После этого его нужно процедить – и можно будет употреблять.

Иногда используют смешанный, холодно-горячий способ приготовления настоев, при котором из растений можно получить большего всего действующих веществ. Сначала измельченные части растений настаивают в закрытой посуде с холодной кипяченой водой. Затем настой процеживают и сливают в другую посуду. Остаток после процеживания заливают кипятком и 15–20 мин томят на плите, не доводя до кипения. После остывания настой процеживают, остаток растений отжимают. Затем оба настоя смешиваются, и их можно употреблять.

Отвары

Измельченное растительное сырье положите в эмалированную, стеклянную или фарфоровую посуду и залейте кипятком. Накройте крышку и нагревайте на кипящей водяной бане или на плите, не доводя до кипения, в течении 25–30 мин. После этого снимите посуду с плиты и охладите при комнатой температуре, не снимая крышки, – достаточно 10–15 минут.

Затем отвар процеживают через слой ваты или нескольких слоев марли, отжимают остаток сырья и добавляют кипяченой воды до объема, указанного в рецепте. Однако необходимо помнить, что отвары растений, содержащие дубильные, нужно фильтровать сразу же после снятия с плиты.

Приготовленные настои и отвары быстро портятся, особенно в теплых помещениях и летом. Лучше всего будет употребить весь объем в течение дня, не стоит хранить такие растительные лекарства более 2–3 суток.

Общепринятой пропорцией считается 1 столовая ложка (до 20 г) измельченного сырья на 1 стакан (200 мл) воды, то есть 1:10. При использовании сильнодействующих лекарственных растений берут 1 чайную ложку (до 15 г) измельченного сырья на стакан воды. В случае применения ядовитых растений оптимальная пропорция сырья и воды составляет 1:500.

Настои и отвары для наружного употребления делают более концентрированными, то есть на стакан воды приходится 2 и более столовых ложки сырья.

Настойки

Настойки – более удобная продукт, чем настои и отвары: настойки всегда под рукой, их можно взять в дорогу и не нужно тратить время на приготовление свежей. К недостаткам можно отнести только наличие спирта в составе.

Растения обычно настаивают на 70 % и 40 % спирте. В последнем случае используют водку. Чтобы приготовить настойку, положите в стеклянную посуду 1 часть измельченного сырья и залейте 10 частями спирта. Настаивайте сырье 1–2 недели в теплом и темном месте, периодически перемешивая. Затем настойку нужно процедить, остатки растений – отжать; профильтрованный продукт должен быть прозрачным. Спиртовые настойки хранят в течение года, употребляя в небольших количествах – по 15–20 капель на 30–40 мл холодной кипяченой воды.

Порошки

Их получают путем измельчения высушенного сырья в ступке или мельнице. В народной медицине нашей страны порошки применяются довольно редко, в основном как наружное средство для присыпки ран и язв. Более широкое применение они нашли в китайской медицине. Так, Аюрведа советует употреблять их внутрь, смешивая с водой или с медом. Из порошков удобно готовить сборы, состоящие из большого количества компонентов.

Обычно порошки применяют по 1/2 чайные ложки, запивая 1/3 стакана кипяченой воды, или смешивают порошок с медом, формируя шарики-пилюли. Недостаток порошков заключается в том, что растения в этом состоянии быстро теряют свои биологически активные вещества, то есть в течение 6 месяцев лечебная сила порошков сходит на нет.

Мази

Из порошков лекарственных растений в домашних условиях готовят мази для наружного применения. Для этого порошки смешивают с растительными маслами (подсолнечным, льняным), добиваясь сметанообразной консистенции.

Иногда мазь делают из свежих растений, в этом случае измельченные части смешивают в соотношении 1:1 с несоленым свиным топленым салом или сливочным маслом. Мазь эта быстро портится, поэтому следует заготавливать небольшое количество и хранить в холодильнике.

Лекарственные масла

Лекарственные масла не очень популярны в народной медицине России. Они хороши тем, что могут использоваться и внутрь, и наружно. Ими смазывают раны и язвы, с ними делают клизмы, маслами прочищают носовые ходы и так далее.

Чтобы приготовить такое лекарство, нужно залить измельченные органы растений растительным маслом. Аюрведа предлагает и другие способы. В соответствии с первым необходимо залить 1 часть сырья 4 частями масла и 16 частями воды. Например, для приготовления 1 стакана (200 мл) лекарственного масла необходимо взять 50 г растений, 1 стакан растительного масла (200 мл) и 4 стакана воды. Смесь следует варить на медленном огне от 4 до 8 часов, пока вся вода не выпарится.

По второму способу вначале травы отваривают. Затем отвар трав и растительное масло смешивают в равных количествах, а смесь варят на малом огне, пока не выпарится вся вода.

Соки

Свежие соки растений обладают более сильным действием, чем препараты из высушенного сырья: вещества в соках находятся в более усваиваемой форме, они щадяще действуют на органы пищеварения. Для приготовления сока отбирают зрелые, непорченные плоды, тщательно моют, затем измельчают в посуде. Из измельченной массы сок отжимают через редкую ткань руками в чистый сосуд. Это можно делать и с помощью соковыжималки или механического пресса. Соки из свежих листьев, травы, корней растений готовят таким же способом.

Чтобы не отравиться соком, следует готовить его только свежих и непорченных растений, быстро и в гигиеничных условиях; сок необходимо употреблять сразу, так как в нем быстро размножаются бактерии.

При лечении хронических заболеваний препараты из лекарственных растений принимают продолжительное время, курсами. Каждый курс составляет около 3 недель, затем делают перерыв в 1–2 недели. Чтобы избежать привыкания и ослабления лечебного эффекта, в процессе лечения периодически чередуют растения, обладающие сходным фармакологическим действием.

Декоративные лекарственные растения

Агератум Хоустона, или Мексиканский (A. Houstonianum Mill., A. Mexicanum Sims.)

Семейство астровые (сложноцветные).

В народе называют долгоцветка, ручей-цветок, голубая козлия дубинка.

Научное название рода произошло от греческой частицы «а» («не») и слова «geras» – старый, что указывает на способность растения долго сохранять окраску цветков.

Распространение и места обитания

Дико произрастает от Мексики до Перу.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение или полукустарник, выращиваемое как однолетнее. Стебли многочисленные, сильно ветвистые, прямостоячие или приподнимающиеся, опушенные, высотой до 50 см. Листья треугольные, ромбические или овальные, по краю зубчатые, шершавые; нижние и средние – супротивные, черешчатые, верхние – очередные, почти сидячие. Цветки мелкие, узкотрубчатые, душистые, собраны в небольшие соцветия-корзинки диаметром до 1,5 см, которые образуют сложные щитковидные соцветия до 10 см в поперечнике.

Двулопастные рыльца цветков агератума почти вдвое превышают длину околоцветника и сильно выдаются над ним. Околоцветник и рыльца окрашены одинаково в голубые, сиренево-голубые, синие, карминово-розовые или белые тона. Цветет очень обильно с июня до первых заморозков. Семена созревают в сентябре-октябре. Семянки пятигранные с хохолком.

Многочисленные сорта агератума отличаются сроками цветения, формой соцветий и окраской цветков (белой, голубые с сиреневым оттенком, темно-сиренево-голубые, светло-голубые, темно-розовые, пурпурные, красные), а также высотой куста (от 10 до 55 см) и формой листьев.

Действующие вещества

Содержит эфирные масла (среди которых главными являются прекоцен-II 52,64 %, прекоцен-I 22,45 %, β-кариофиллен 9,66 %). В растении найдены пирролизидиновые алкалоиды (ликопсамин, производные гелиотридина и ретронесина).

Применение в медицине

Надземная часть используется в дерматологии. Эфирное масло показало антибактериальную активность против желтого микрококка и бактерии *Rhodococcus rhodochrous*.

Мыльная пена, содержащая эфирное масло из листьев, обладает акарицидной активностью против иксодового клеща в дозе 0,03 мкл/г, при которой гибнет 95,1 % клещей на 3 день после лечения.

Другие свойства

В листьях агератума содержатся вещества, которые могут вызвать раздражение слизистых оболочек и аллергическую реакцию. Он ядовит для крупного рогатого скота. При его употреблении в пищу у животных наблюдается либо фотодинамической дерматит или острое геморрагическое проявление (кровоизлияния в мышечных тканях, сердце, печени, почках), с последующей смертью.

Как использовать

Витилиго, лишай. Взять свежую цветущую надземную часть, выжать сок, наносить на пораженные места несколько раз в день.

Как выращивать

Агератум высаживают на открытых, солнечных местах, так как даже при небольшом затенении он вытягивается, зацветает недружно и выглядит не так эффектно, как на солнце.

Растет агератум быстро, хорошо развивается на легких, нейтральных, питательных почвах, на слишком жирной земле развивает большую вегетативную массу, интенсивность цветения снижается. Не переносит сырых каменистых почв!

Уход заключается в поливе в сухое и жаркое время, регулярной прополке и рыхлении, срезке отцветших соцветий. Легко переносит стрижку и подрезку, после которой быстро отрастает и снова обильно цветет; растение теплолюбивое, повреждается даже незначительными заморозками.

Размножается семенами и черенками. При семенном размножении наблюдается большое разнообразие в окраске цветков. Семена сеют в конце марта – апреле в ящики или парники. Всходы появляются через 14 дней, через 3 недели сеянцы пересаживают (пикируют), желательно дважды. В открытый грунт высаживают после весенних заморозков, выдерживая при посадке между растениями расстояние в 15–20 см. Цветет агератум через 60–70 дней после появления всходов.

Для получения однородного посадочного материала агератум обычно размножают черенками. Для этого отобранные маточные растения сохраняют зимой в прохладной оранжерее. Черенкуют обычно в ящики или грунт стеллажа в марте – апреле. При температуре 20–22 °С черенки быстро окореняются и дают прекрасную рассаду для цветников.

Адиантум стоповидный (Adiantum Pedatum L.)

Семейство адиантовых.

Научное родовое название происходит от греческих слов «а» («не») и «diainein» – «увлажнять»; и связано с тем, что с краев листочков постоянно стекают водяные капли.

Американцы называют его «северный девичий волос».

Распространение и места обитания

Один из самых красивых папоротников, адиантум в диком виде встречается в широколиственных лесах юга Дальнего Востока.

Ботаническое описание

Изящное ажурное многолетнее травянистое растение высотой до 60 см с плоскими, веерообразными листьями на тонких, блестящих, черных черешках. Куст сферической формы. Стебли, изгибаясь, образуют подкову. Вайи (листья) округлые, светло-зеленые, однобокие, перисторассеченные, по краям надрезанные. Они поднимаются над землей на тонких блестящих темных черешках, располагаясь горизонтально. Корневище тонкое, короткое, нарастает медленно.

Сорта отличаются высотой (от 10 до 45 см) и окраской вай (зеленые, голубовато-зеленые и другие).

Действующие вещества

В листьях найдены органические кислоты и их производные (эфирь хинной и винной кислот); тритерпеноиды: фернен, изофернен и др.; до 0,21 % эфирного масла; фенолкарбоновые кислоты и их производные; флавоноиды (кверцетин, кемферол и др.); высшие жирные кислоты и высшие алифатические углеводы.

Применение в медицине

При респираторных заболеваниях используют настой. В китайской медицине листья применяют как средство от кашля. Айны используют листья для остановки кровотечений. Индейцы Северной Америки жуют свежие листья при болезнях желудка («слабом желудке»), затрудненном дыхании, чтобы стать сильнее и выносливее.

Настой адиантума употребляют как смягчающее, отхаркивающее средство при хронических заболеваниях органов дыхания. Он отличается вяжущим и тонизирующим действием. Сироп на основе листьев пьют для стимуляции менструаций, при рахите у детей. Индейцы Чероки настой и отвар всего растения применяют как рвотное при ознобе и лихорадке. Отвар корней втирают в зоны пораженные ревматизмом и одновременно пьют настой адиантума. Измельченные листья курят при болезнях сердца и астме. Листья, стебли и корни используются в гинекологической практике и вообще при женских болезнях: так, настой корней употребляют кормящие матери при застойном мастите. Надземную часть применяют при судорогах, припадках. В ряде племен индейцев США участники обрядовых церемоний используют надземную часть адиантума, чтобы быть более проворными и выносливыми в танце.

Другие свойства

В Канаде, Японии и на Гавайских островах черешки вай (листья) используют как отделочный материал для плетения шляп и корзин.

Как использовать

Аменорея, простуда, кашель. Возьмите 1 ст. л. измельченных вай, залейте 300 мл кипятка, варите на слабом огне 5 мин, затем дайте настояться еще 20 мин, процедите. Пить по 1/3–1/2 стакана 3–4 раза в день после еды.

Простуда. Положите вайи в железный чайник, стоящий на плите (на огне) и вдыхайте образующийся дым.

Как выращивать

Адиантум предпочитает легкую тень. Его выращивают на плодородных рыхлых слаббокислых почвах при умеренном увлажнении.

Уход прост: регулярные прополки, в жаркое сухое время – регулярный полив. На зиму адиантум мульчируют слоем перепревшего компоста в 5–7 см. Растение хорошо отзывается на комплексные минеральные удобрения весной в фазу отрастания. Влаголюбиво, но не переносит застоя воды.

Размножается делением куста. Растения делят лопатой или острым ножом в мае или в конце августа – начале сентября на деленки, состоящие из отрезка корневища и 3–5 побегов.

Адонис весенний, или Горицвет весенний (Adonis Vernalis L.)

Семейство лютиковые.

По одной легенде, родовое научное название растение получило в честь прекрасного юноши Адониса, внука царя Кипра, любимца Афродиты, убитого на охоте вепрем. По другой легенде – в честь финикийского и ассирийского бога солнца Адона, который ежегодно умирал осенью и воскресал весной.

В народе его называют черногорка, стародубка, сердечная трава, желтоцвет, мохнатик.

Русское название рода дано за то, что начало цветения растения приходится на раннюю весну, когда его яркие лимонно-желтые цветки как бы горят на фоне жухлой прошлогодней травы в степи.

Распространение и места обитания

Растет по открытым полянам, опушкам леса, среди кустарников, в луговой степи. Встречается в лесостепной и степной зоне европейской части России и Западной Сибири.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 40 см. Стебли ветвящиеся, прямые, многочисленные (до 20), при основании с коричневыми жесткими чешуями с почками возобновления в пазухах. Листья очередные, сидячие, полустеблеобъемлющие, в очертании пятиугольные, многократно рассеченные на узкие, линейные доли. Цветки одиночные, крупные до 7 см в диаметре, золотисто-желтые, с многочисленными лепестками, тычинками и пестиками. Плоды сложные, состоят из многочисленных односемянных орешков, спирально расположенных на полом цветоложе. Цветет в апреле, начале мая. Плоды созревают в июне или начале июля.

Действующие вещества

Надземная часть горицвета весеннего содержит до 0,21 % карденолидов (гликозидов сердечного действия: строфантин, цимарин, адонитоксин и другие), флавоноиды (адонивернит, ориентин, гомоориентин, лютеолин и другие), углеводы и родственные соединения (адонит 2,4–4 %), органические кислоты (0,64 – 0,79 %), стероиды (фитостерин), бензохиноны, высшие алифатические углеводы и спирты.

Все органы горицвета весеннего содержат гликозиды сердечного действия. Больше всего их в подземных органах, однако, чтобы сохранить растение, обычно используют только надземные части: стебли, листья и цветки.

Применение в медицине

Горицвет весенний с давних пор применялся в народной медицине разных стран при различных почечных, простудных заболеваниях, как мочегонное средство при водянке и отеках ног, а также при колитах, истерии и судорогах. Наружно порошок травы применяется в виде присыпок на раны.

В русской народной медицине горицвет употребляли от «надсады», от боли под ложечкой, от сердцебиения, лихорадке, чахотке и кашле, одышке, от судорог, колик, глистов, водянки, желтухи, боли в костях и голове.

В немецкой народной медицине настой травы горицвета употребляют при различных сердечных заболеваниях, базедовой болезни, водянке, ревматических болях в суставах и мышцах, как успокаивающее при судорогах и коклюше.

В научной медицине России препараты горицвета применяют в основном при относительно легких формах хронической недостаточности кровообращения, как регулирующее и стимулирующее деятельность сердца. Их рекомендуют также как успокаивающее центральную нервную систему средство, при вегетососудистых дистониях, неврозах и других заболеваниях, особенно в комбинации с седативными. Вместе с бромом настой травы применяется при повышенной нервной возбудимости, бессоннице, судорогах, эпилепсии и алкогольных психозах.

Горицвет ядовит, и применять его как сильнодействующее сердечное средство следует только под контролем врача.

Препараты горицвета могут вызвать диспепсические явления, поэтому их не рекомендуют больным, страдающим язвенной болезнью желудка и двенадцатиперстной кишки, гастритами и энтероколитами.

Как использовать

Сердечные болезни, почечная водянка, острое воспаление почек, одышка, отек ног, инфекционные заболевания (тиф, грипп, скарлатина и другие). Возьмите 1 ст. л. травы горицвета весеннего, залейте 2 стаканами кипятка, дайте настояться в теплом месте (в термосе) 10 часов, процедите. Пить следует по столовой ложке через час.

Как выращивать

Адонис высаживают на открытых хорошо освещенных участках или в местах с легким затенением в полуденные часы. Для лучшего роста и обильного цветения его выращивают на легких и средних, плодородных, нейтральных, хорошо дренированных почвах.

Адонис растет медленно, и плохо реагирует на пересадки, поэтому пересаживают растения с комом земли, не повреждая корней. Почву необходимо поддерживать в рыхлом и влажном состоянии. Срезая надземную часть для лечебных целей, следует быть осторожным, чтобы не повредить почки возобновления.

Размножается адонис семенами и делением куста. Семена имеют невысокую всхожесть, их высевают свежесобранными или через промежуток от 10 до 22 дней после сбора на глубину в 1–1,5 см. Всходы появляются через 30–40 дней и позже, а часть – даже весной следующего года. Обработка семян в течение 48 часов гиббереллином или гетероауксином значительно увеличивает их всхожесть. Зацветают растения только на 3–5 год.

Деление куста производят только у взрослых растений 8 – 10 лет и старше. Лучше всего приживаются сравнительно крупные деленки с 3–5 почками. Растения делят в конце августа или в начале сентября.

Алиссум скальный, или Бурачок скальный (Alyssum Saxatile L.)

Семейство капустные (крестоцветные).

Родовое научное название происходит от греческого слова «alysson», названия неизвестного ныне растения, применявшегося против бешенства; «а» – «не», и «lyssa» – «собачье бешенство».

Распространение и места обитания

Встречается на скалах, известняковых склонах на юге европейской части России.

Ботаническое описание

Сильноветвистый многолетник высотой до 30 см. Образует полушаровидные кустики до 40 см в диаметре. Стебли ветвистые, в основании деревянистые. Листья удлинённые или обратнойцевидные, серовойлочные, собраны в густые розетки. Цветки мелкие, желтые, с выемчатыми лепестками, в укороченных, плотных кистях. Цветет весной в течение 30–50 дней, иногда вторично зацветает в конце августа.

Известны культурные формы: f. citrinum – с лимонно-желтыми цветками; f. plenum – с золотисто-желтыми махровыми цветками; f. Compactum – высотой до 20 см; f. procumbens – стелющаяся форма, растения высотой до 8 см и другие.

Действующие вещества

Содержит стероиды (β -ситостерин, кампестерин, холестерин и прочие); флавоноиды.

Применение в медицине

В Средней Европе применяется при заболеваниях почек и легких; при укусах бешеных собак.

Другие свойства

В косметологии используется от веснушек.

Как выращивать

Растение неприхотливо, светолюбиво и засухоустойчиво, в южных районах хорошо переносит легкую полутень.

Алиссум лучше выращивать на легких, нейтральных или слабощелочных, плодородных почвах. Не стоит высаживать его во влажных местах, так как при избытке влаги он вымокает.

Уход заключается в рыхлении почвы, прополке, поливах и подкормке. Для сохранения декоративности и увеличения продолжительности цветения в момент образования плодов

стебли алиссума рекомендуется подрезать на 5–8 см. После цветения побеги подрезают на одну треть.

Растение может болеть бурой гнилью корней и корневой шейки, настоящей и ложной мучнистой росой, увяданием, вирусной мозаикой цветной капусты, желтухой астр. Страдает от крестоцветной блошки, капустной моли, репной белянки.

Алиссум размножается семенами, делением куста и черенками. Семена высевают в открытый грунт сразу после сбора или весной. Зацветают сеянцы на второй год. Деление куста проводят в апреле, а черенкование – в июне. Растения высаживают на расстоянии 30–40 см друг от друга.

Амарант, или Цирица (Amaranthus)

Родовое научное название: происходит от греческих слов «maraino» – «не вяну» и «anthos» – «цветок».

Коренное население Южной Америки начало культивировать амарант хвостатый (*amaranthus caudatus*) 8 тысяч лет назад, и до появления европейцев он был второй по значению зерновой культурой (после кукурузы). Продукты из амаранта в течение многих веков и тысячелетий входили в рацион питания ацтеков и инков.

В настоящее время амарант больше всего распространен в горных областях Индии и Непала. По особым праздникам его семена являются единственной дозволенной пищей, их вымачивают в молоке и готовят как воздушную кукурузу.

Амарант метельчатый, или кровяной (Amaranthus Paniculatus L. = A. Cruentus L.)

Как выращивать

Амарант – теплолюбивое, быстрорастущее растение, не переносящее заморозков. Его лучше выращивать на открытых солнечных местах. Амарант довольно засухоустойчив. Полив требуется, только когда рассада приживается и при длительной засухе.

Амарант предпочитает легкие питательные почвы с достаточным содержанием извести. Плохо переносит переувлажнение и высокую кислотность почвы.

Хорошо отзывается на удобрения, поэтому уже через 2 недели после посадки рассаду желательно подкормить полным комплексным удобрением или раствором коровяка.

Размножается семенами, которые сеют в середине мая в открытый грунт (всходы появляются через 12–20 дней) на постоянное место, с последующим прореживанием на 35–50 см между растениями, или в апреле в парник (всходит через 4–5 дней). Семена амаранта сеют неглубоко – на 1 см. Амаранты дают много семян, однако сорта, являясь перекрестниками, сильно переопыляются друг с другом и с дикими видами.

Распространение и места обитания

Растет в огородах, садах, мусорных местах, близ жилищ. Встречается почти по всей европейской части России, на Кавказе, юге Дальнего Востока как заносное из Южной Америки.

Ботаническое описание

Однолетнее травянистое растение с мощными и прямостоячими стеблями высотой 75 – 150 см. Листья удлинленно-яйцевидные с вытянутой верхушкой, буровато-красные. Цветки мелкие, красные, собраны в прямостоячие соцветия на верхушках стеблей. Цветет с июня до морозов.

Есть несколько форм, из которых наиболее распространены: f. *cruentus* – соцветия конечные, поникающие, красные; f. *sanguineus* – соцветия вертикальные со свисающими концами; f. *papa* – низкорослая форма, до 50 см высотой. В цветоводстве популярны карли-

ковые сорта этого вида высотой 40–60 см не только с красной окраской соцветий, но и с ярко-зеленой.

Действующие вещества

Надземная часть содержит до 12 % белков с высоким содержанием незаменимых аминокислот: лизина (2,8–3,3 %), триптофана (14–15 %), аргинина (8–11 %), валина (3,1–4,4 %), треонина (2,8–4,3 %), фенилаланина (1,5–1,7 %), метионина (1,7–2,4 %), изолейцина (0,8–1,2 %), гистидина (0,3 %). В листьях найдены флавоноиды (1 %), среди которых преобладает рутин, токоферолы (витамин Е) – до 0,53 %, пектины (до 27 %), фитостерины (0,38 %), включающие эргостерин, кампестерин, β -ситостерин, много калия (2–2,6 %), кальция (1,8–2 %) и магния (0,6 %) Основными жирными кислотами являются α -линоленовая, линолевая, олеиновая, пальмитиновая и бегеновая. Соцветия содержат флавоноиды (гликозиды кверцетина) бетацианины (амарантин). В семенах найдено жирное масло (в его составе есть следующие кислоты: олеиновая 35,3 %; линоленовая 38,7 %; пальмитиновая 17,1 % и другие).

Применение в медицине

В Средней Азии отвар из верхушек стеблей используют как средство от кашля. В Индии с медицинской целью применяют семена, листья и молодые побеги. Считается полезной пищей для очистки крови. Употребляют при геморрое, как мочегонное при болезненном мочеиспускании. При скрофулезе (золотухе) листья применяют местно на язвы, а также пьют их настой.

Другие свойства

Молодая надземная часть до цветения на Кавказе и в Китае употребляется в пищу. Надземная часть используется как зеленое удобрение и на корм свиньям. В Индии в постные дни едят лепешки, сделанные из муки высушенных семян. Семена также поджаривают в аппарате для воздушной кукурузы, и ими фаршируют яйца, что считается деликатесом в постные дни. Занимает важное место в рационе горных племен.

Как использовать

Экссудативный диатез. Возьмите свежие листья, измельчите в пасту, наложите на пораженные места. Одновременно пейте настой из листьев: 2 ст. л. сырья залейте 0,5 л кипятка, дайте настояться 2 часа, процедите, употребляйте по 1/2 стакана 3–4 раза в день.

Амарант хвостатый (Amaranthus Caudatus L.)

Распространение и места обитания

Растет в огородах, садах, мусорных местах, близ жилищ. Встречается в западных районах европейской части России, на Кавказе, как заносное из Южной Америки.

Ботаническое описание

Однолетнее травянистое растение. Стебли прямостоячие, мощные, 100–150 см высотой. Листья крупные, удлинненно-яйцевидные, зеленые или пурпурно-зеленые. Цветки мелкие малиновые или темно-красные, реже желтовато-зеленые, в плотных шаровидных клубочках, собранные, в свою очередь, в сложные, длинные, свисающие метельчатые соцветия. Цветет с июня до октября.

Есть темно-пурпуровая, белоцветная и другие декоративные формы. Очень привлекательно выглядит бусовидная форма (*f. gibbosus.*), у которой цветки собраны в мутовки, отчего соцветия похожи на длинную нитку бус, нанизанных на тонкий стебель.

Действующие вещества

Надземная часть (листья, стебли) содержит бетацианины (амарантин, изоамарантин); азотосодержащие соединения (бетаин до 2,2 %); витамин С в листьях 164–226 мг на 100 г, флавоноидов в листьях 0,5–1,1 %. Соцветия содержат флавоноиды (рутин); бетацианины (амарантин). В семенах найдены стероиды (ситостерин); жирное масло (в его составе кислоты пальмитиновая, стеариновая, олеиновая, линолевая и другие).

Применение в медицине

Амарант хвостатый применяют при амёбной дизентерии, артрозах, бронхите, простуде, запорах, цистите, диабете, диарее, энтерите, гастрите, гингивитах, геморрое, гепатите, бессоннице, нервозности, болезнях легких, ревматизме, скрофулезе, язвах (ранах). Боливыицы принимают отвар при аменорее, цистите и ревматических болях; пьют чай при гепатите, гастрите и колите. Также используют листья, нагретые в молоке, чтобы успокоить нервы и избавиться от бессонницы. В Сенегале применяют корни вареные в меде как детское слабительное.

Другие свойства

Листья амаранта хвостатого употребляются в пищу, как шпинат. Семена заменяют муку и крупу, корм для домашней птицы. Надземной частью кормят крупный рогатый скот, овец, свиней (до цветения).

Как использовать

Гастрит, энтероколит. Возьмите 2 ст. л. листьев, залейте 2 стаканами кипятка, доведите до кипения, снимите с огня, дайте настояться 30 мин, процедите. Пить следует по 1/3 стакана 3–4 раза в день.

Аризема (*Arisaema*)

Семейство ароидные.

Родовое научное название происходит от греческих слов «арис», уменьшительного от «арон» – арум, и «сема» – признак, черта, что показывает на схожесть аризем с аронником. Своеобразие аризем оказалось настолько изумляющим, что англосаксы в обиходном лексиконе стали их называть «лилии-кобры» (*cobra-lilies*), так как цветки некоторых тропических видов буквально воспроизводят боевую стойку кобры. Соцветие ариземы – початок – окружено нижней частью покрывала, свернутой в трубку; пластинка покрывала своеобразно изогнута в виде капюшона.

Как выращивать

Аризема лучше всего чувствует себя в тенистых местах, защищенных от послеполуденного жаркого солнца летом.

К почве не требовательна, но активнее растет и образует большее количество молодых клубней на рыхлых, хорошо дренированных плодородных почвах с достаточным увлажнением. Растет на одном месте без пересадки долгие годы.

На зиму в северных районах посадки следует укрывать слоем листьев, особенно это касается ариземы японской.

Размножается аризема вегетативно и семенами. Самый простой способ – это высадка осенью молодых клубеньков, образовавшихся на старом клубне. Высаживают клубеньки на глубину 12–15 см.

Семена быстро пересыхают и теряют всхожесть. Поэтому после сбора их упаковывают во влажный мох и хранят в холодильнике. Но лучше сеять свежесобранные семена в августе, тогда всходы появляются весной следующего года. Зацветают сеянцы на 3–5 год.

Для ускорения прорастания необходимо отмыть семена от сочных покровов после их созревания и выдержать в увлажненной среде (мох, песок) 1 месяц при температуре +18–20 °С, а затем не менее 2 месяцев при температуре +3–5 °С. В дальнейшем семена проращивают при +20–25 °С. Распикированные сеянцы пересаживают в открытый грунт на постоянное место в середине лета (июле) на глубину 3–5 см. При выращивании рассады почва постоянно должна быть влажной. В случае пересушки растения могут преждевременно уйти на покой, недоразвитыми, и во время зимовки погибнуть.

Аризема амурская (*Arisaema Amurensis Maxim.*)

Распространение и места обитания

Растет в горных тенистых хвойных или смешанных лесах, по берегам рек, на влажных перегнойных почвах. Встречается на юге Дальнего Востока: в Приморье, южной части Хабаровского края, Приамурье.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой 30–35 см. Имеет небольшой круглый клубень и толстоватые корни, которые располагаются вокруг почки возобновления. Как пра-

вило, у растения всего один пятираздельный лист, у молодых растений пластинка листа трехраздельная; доли листа обратно-яйцевидные. Мелкие цветки собраны в соцветие – узкий цилиндрический початок длиной до 3,5 см. Цветоносный стебель в длину равняется примерно 20 см, то есть находится ниже листьев. Декоративным растение делает покрывало соцветия необычной формы: у основания воронковидное, далее прямое, потом сводообразно согнутое с загнутой верхушкой. Пластинка покрывала зеленая, или же между зелеными жилками видны пурпурные полосы. Цветет в конце весны или в начале лета. Плоды – красные ягоды.

Действующие вещества

В подземной части ариземы амурской обнаружены крахмал, сапонины, алкалоиды. Надземная часть содержит органические кислоты, стероиды, сапонины, алкалоиды, фенольные соединения. В плодах есть витамин С (около 60 мг на 100 г).

Применение в медицине

Подземная часть в корейской и китайской медицине (порошок, отвар) применяется как отхаркивающее при остром и хроническом бронхите, а также как спазмолитическое, противосудорожное и обезболивающее средство при эпилепсии, обмороках, головокружении, мимическом параличе, последствиях инсульта, головной боли, ревматоидных артритах, радикулитах, при переломах и ушибах. Отвар подземной части также пьют как успокаивающее, гипотензивное, ранозаживляющее средство. Сок клубней в китайской и народной медицине употребляется при анемии, заболеваниях органов пищеварительного тракта.

Другие свойства

Аризема амурская используется как корм для амурских горалов.

Растение ядовито, его следует применять с осторожностью!

Свежесобранная трава и клубни обладают сильным местным раздражающим действием: вызывают зуд кожи рук, а при длительном соприкосновении от них возникают пузыри.

Как использовать

Карбункулы, абсцессы. Взять клубень, измельчить, смешать с небольшим количеством уксуса до пастообразной консистенции, нанести на пораженные места.

Трудно отходимая с кашлем мокрота, головокружение, эпилепсия, судороги. 3–5 г измельченных клубней, залить 200 мл воды, варить 5 мин, настоять 2 часа, процедить. Пить по 50 мл 3–4 раза в день.

Аризема японская (*Arisaema Japonicum* Blume)

Распространение и места обитания

Растет в тенистых смешанных и лиственных лесах, часто по берегам рек, на влажных перегнойных почвах. Встречается на юге Дальнего Востока.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 40 см. Имеет округлый клубень с несколькими боковыми клубнями. Листьев обычно два, они поделены на 5 – 11 частей; доли листа продолговато-ланцетные. Мелкие цветки собраны в соцветие – узкий цилиндрический початок длиной до 3,5 см. Цветоносный стебель в длину равен 30–50 м. Покрывало соцветия отличается необычной формы: у основания воронковидное, далее оно становится прямым, потом – сводообразно согнутым с загнутой верхушкой. Пластинка покрывала зеленоватая, с белыми продольными полосками или темно-пурпурная. Цветет в конце мая – начале июня. Плоды – красные ягоды.

Действующие вещества.

В подземной части содержатся алкалоиды, сапонины, крахмал. В надземной части найдены алкалоиды, флавоноиды.

Применение в медицине

Отвар клубней ариземы японской в китайской медицине используют как отхаркивающее при бронхите, пневмонии, коклюше; как противосудорожное при детских болезнях, сопровождающихся судорогами; как обезболивающее – при раке кожи и укусах ядовитых змей; как успокаивающее, слабительное, потогонное, антисептическое, при абсцессах. На российском Дальнем Востоке ее используют как лекарство, повышающее свертываемость крови. Сок клубней или мазь на их основе является отвлекающим средством типа горчичников, прикладываемых к телу при болях в пояснице, ревматических болях в суставах и мышцах, болях в груди, плеврите и некоторых кожных заболеваниях. Осенние клубни в народе считаются полезными от нарывов и как дезинфицирующее средство. Как болеутоляющее аризему японскую принимают внутрь при злокачественных опухолях, раке кожи, укусах змей.

Другие свойства

Клубни используются как инсектицид. Свежая трава вызывает местное раздражение и зуд кожи.

Растение ядовито, его следует применять с осторожностью!

Как использовать

Отхаркивающее средство при бронхите, пневмонии. Возьмите 2 ч ложки клубней, залейте 250 мл воды, варите 5 мин, дайте настояться 2 часа, процедите. Пить по 50 мл 3 раза в день до еды.

Астильба (Astilbe)

Семейство камнеломковые.

Научное родовое название происходит от греческих слов «а» – «очень», «stilbe» – «блеск» и дано, вероятно, за блестящие листья.

Как выращивать

Лучшие места для астильбы – в легкой тени или затенении в самое жаркое время дня. Однако многие выведенные сорта прекрасно чувствуют себя на открытом солнце. Такие растения цветут обильнее, но короче, а листва выглядит немного светлее. Ранние и поздние сорта хорошо и длительно цветут как в тени, так и на солнце, а вот средне-цветущим растениям лучше присмотреть притененные уголки, так как яркое июльское солнце резко сокращает сроки их цветения.

Большинство сортов может расти в местах с довольно высокими грунтовыми водами и переносит даже застой воды. В жаркое и сухое время астильбу поливают 2 раза в день – рано утром или вечером. Астильбы очень плохо переносят перегревание верхней части корневища, поэтому рекомендуется мульчирование.

Размножаются семенами, прорастающими почками возобновления, делением корневища. С помощью семян чаще всего размножают видовые астильбы. Семена у растения очень мелкие. Их высевают в марте – апреле поверхностно в ящики. Всходы появляются через 3–4 недели, растут медленно и лишь в конце года формируют небольшую розетку листьев. Растения, выращенные из семян, зацветают на 3-й год.

При размножении почками возобновления ранней весной у астильб вырезают почку возобновления с частью корневища (способ размножения с «пяткой»). Считается, что без вреда для маточника можно удалить до 1/3 почек. Укоренять астильбу следует в парнике. На постоянное место ее высаживают весной следующего года. В этот же год растения зацветают.

Наиболее широко применяемым является деление куста на деленки с 1–3 почками и корневищем длиной в 3–5 см с придаточными корнями. Деление проводят в апреле-мае или в конце августа – начале сентября.

Делят и пересаживают астильбы через каждые 4–5 лет. Постепенно старые кусты начинают слишком сильно выпирать, молодые корни, расположенные у основания почек, оказываются у самой поверхности и быстро пересыхают, из-за чего сильно снижается продолжительность и качество цветения – цветоносов становится меньше, соцветия мельче.

Астильба китайская (Astilbe Chinensis (Maxim.) Frach.Et Sav.)

Распространение и места обитания

Растет в светлых широколиственных лесах, на опушках, среди кустарников. Встречается на Дальнем Востоке: в Приамурье и Приморье.

Ботаническое описание

Многолетне травянистое растение высотой до 70 см. Листья сложные, тройчато-раздельные, ажурные, блестящие, с обеих сторон по жилкам и краю покрыты мелкими рыжеватыми волосками. Прикорневые листья крупные, на длинных черешках, стеблевые – меньшего размера, на коротких черешках. Цветки мелкие, сиреневые, реже розовые или белые, образуют очень эффектные плотные соцветия 30–35 см длиной. Цветет с половины июня до начала августа.

Имеет очень интересную низкорослую форму (var. *pumila hort.*), 15–25 см высотой, с лилово-розовыми соцветиями, которая быстро разрастаясь, создает прекрасные розово-сиреневые ковры. Цветет в август-сентябре. Легко приспосабливается к условиям сада. Может расти как на солнечных, так и на полутенистых участках. Менее чувствительна к засухе, чем другие формы и сорта.

Действующие вещества

Корневища содержат флавоноиды (астильбин, катехин); тритерпеноиды (астильбовая кислота и др.); изокумарины (бергенин, производные галлобергенина); стероиды (β -ситостерол пальмитат, даукостерол, β -ситостерол). В надземной части найдены флавоноиды (кверцитрин, 3-рамнозид мирицетина). В листьях обнаружены фенолкарбоновые кислоты (салициловая, 2- и 3-дигидроксибензойная); кумарины (гидрангенин, эллаговая кислота); флавоноиды (кверцетин, кемпферол); цианогенные соединения до 0,002 %; лейкоантоцианидины (лейко-цианидин, лейкодельфинидин).

Применение в медицине

Корневища применяются в народной медицине в качестве гипотензивного средства. В китайской медицине листья советуют употреблять как тонизирующее средство и при болезнях почек.

Пентациклический терпеноид из корневищ в опытах на мышах улучшает клеточный и гуморальный иммунный ответ, а также выступает в качестве противоопухолевого агента с иммуномодулирующей активностью.

Тритерпеноиды из корневищ показали в эксперименте цитотоксический эффект против некоторых линий рака человека, в том числе против SK-N-SH и HL-60. Астильбовая кислота обладает противовоспалительной активностью. Моногидрат бергенина из корневищ обладает антиастматической, противовоспалительной, противогрибковой и антигепатотоксической активностью.

Другие свойства

В Китае листья принимают в пищу в качестве приправы к мясным блюдам. Медонос, пергонос.

Как использовать

Гипертония. Возьмите 1 ст. л. корневищ с корнями, залейте 300 мл воды, варите на слабом огне 30 мин, дайте настояться 2 часа, процедите. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день.

Астильба Тунберга (*Astilbe Thunbergii* (Sieb. Et Zucc.) Miq.)

Распространение и места обитания

Растет в лесах, на полянах, опушках, вдоль ручьев, у ключей. Встречается в России только на Курилах (острове Кунашир).

Ботаническое описание

Многолетне травянистое растение высотой до 80 см. Корневище деревянистое, темно-бурое. Листья сложные, дважды перистые, блестящие, листочки овальные, зубчатые по краям. Многочисленные белые ароматные цветки собраны в верхушечные, сильно разветвленные кистевидные соцветия длиной до 25 см, шириной 10 см. Цветет в июле – августе, семена созревают в сентябре.

Есть ряд очень эффектных сортов, различающихся по высоте растения (от 80 до 150 см) и окраске цветков (желтовато-белые, розовые и другие).

Действующие вещества

Корневища содержат флавоноиды (астильбин); изокумарины (бергенин до 0,5 %); хромоновый гликозид – эукрифин, эукриптин. В надземной части найдены флавоноиды до 1 % (кверцитрин, 3-рамнозид мирицетина).

Применение в медицине

Надземная часть используется как жаропонижающее, противовоспалительное, детоксикационное средство, при дерматитах.

Сушеные корневища в китайской медицине еще с VIII в. используются для лечения порезов от холодного оружия, ран от укусов животных, при обморожении, ожогах, гнойном дерматите или кожных воспалительных заболеваний.

Эукрифин из корневищ (в виде мази) в опытах на мышах вызывает ускоренное заживление ран от ожогов в дозе всего 4 мкг на рану.

Как использовать

Раны, ожоги, обморожения. Взять 2 столовые ложки корневищ с корнями, залить стаканом воды, варить на слабом огне 30 мин, настоять 2 часа, процедить. Промывать пораженные места и делать примочки несколько раз в день.

Астра (Aster)

Семейство астровые (сложноцветные).

В практическом цветоводстве под этим названием существуют два рода: астра (Aster) и каллистефус (Callistephus) с одним видом каллистефус китайский, или астра однолетняя (C. chinensis (L.) Nees), широко распространенная в культуре.

Родовое научное название происходит от «Aster» – латинская транскрипция греческого «asteros» – звезда, название дано за форму соцветий.

Как выращивать

Для астры альпийской основное условие успешного выращивания – хорошо проникаемая щелочная почва, содержащая кальций, и солнечное место.

Новоанглийские астры высаживают на солнечных, открытых, нессырых местах. Хотя астры не очень требовательны к качеству почв, все же для обильного и продолжительного цветения им необходимы плодородные почвы. Бедные почвы нужно удобрять, летом следует проводить 2–3 подкормки комплексными минеральными удобрениями.

В засушливый период астры, главным образом астра новоанглийская, нуждаются в регулярном поливе, особенно в период бутонизации. При недостатке воды и питания листья преждевременно желтеют, число соцветий уменьшается.

Размножаются семенами и вегетативно. Семенное размножение применяют редко, так как всхожесть семян быстро теряется, сеять необходимо сразу после сбора под зиму в открытый грунт или парники, в крайнем случае весной на глубину 0,5 см. Сеянцы с 2–3 настоящими листьями пикируют, а следующей весной сажают на постоянное место. Они зацветают на 1–2 год после посева.

На практике чаще всего астры размножают вегетативно – делением куста ранней весной на деленки с 1–2 почками и несколькими корнями. При этом осеннецветущие астры зацветают в этом же году.

Размножают астры и верхушечными черенками длиной 5–7 см с мая – июня по август. Черенки сажают в специально подготовленные гряды с рыхлым субстратом в затененном месте, лучше под пленку. Через 25–30 дней они укореняются. На черенки можно брать весной и в начале лета побеги, достигшие 15 см. Их отделяют от куста и разрезают на части длиной в 2 междоузлия (на каждой должно находиться 3 листа). В этом случае в конце августа – начале сентября они укореняются, и их высаживают на постоянное место.

Астру альпийскую нужно постоянно обновлять или делить на куртины примерно на 3-й год, так как с возрастом растение сильно загущается и начинает частично выпадать. Новоанглийские астры сильно разрастаются и теснят друг друга, поэтому их следует делить и пересаживать через 3–4 года. В противном случае астры начинают плохо цвести, соцветия мельчают, и растения делаются менее привлекательными.

Астра альпийская (Aster Alpinus L.)

Распространение и места обитания

Растет на степных, луговых, каменистых склонах, на скалах, галечниках ручьев и рек, в горах поднимается до верхнего пояса. Встречается в Арктической части России, на Южном Урале, Кавказе, юге Западной Сибири, Дальнем Востоке.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое компактное растение с горизонтально ветвистым корневищем. Стебли высотой до 30 см, крепкие, слегка опушенные. Прикорневые листья продолговатые, лопатчатые, опушенные; стеблевые – мелкие, линейные, сидячие. На зиму не отмирают и уходят под снег зелеными. Язычковые цветки краевые, расположены в 1 ряд, бывают белые, сиреневые, фиолетовые; трубчатые – в центре, желтые. Цветки образуют соцветия – одиночные корзинки 4–5 см в диаметре. Цветет в конце мая – середине июня. Сорты отличаются, как правило, более обильным цветением. Плод – семянка с волосистым хохолком. Семена созревают в конце июля – августе.

Выведены многочисленные сорта, отличающиеся окраской язычковых цветков (белые, голубые, светло-лиловые, темно-фиолетовые, розовые и другие).

Действующие вещества

Во всех частях растения обнаружены сапонины. Корневища содержат кумарины, в траве найдены флавоноиды. В семенах содержатся высшие жирные кислоты (гексадеценовая, октадеценовая и другие).

Применение в медицине.

В тибетской медицине надземная часть применяется как антибактериальное, антигельминтное средство, при септицемиях, инфекционных болезнях. Отвар травы рекомендуют при золотухе, экземе, туберкулезных лимфаденитах, кашле и ломоте в костях. Соцветия используются при желудочно-кишечных заболеваниях и некоторых кожных болезнях, а также как отхаркивающее средство. В народной медицине России настоем травы употребляется как отхаркивающее, а также при стенокардии, диарее, скрофулезе. Применяется при туберкулезе легких, болезнях кожи.

Другие свойства

Надземная часть используется как инсектицидное средство. Надземная часть и соцветия в виде настоя применяются в ветеринарии как отхаркивающее при бронхитах, гастритах, диарее, при заболеваниях сухожилий.

Как использовать

Диатез, гастрит, кашель. Взять 2 ст. л. надземной части, залить 2 стаканами кипятка, варить на слабом огне 5 мин, настоять 30 мин, процедить. Пить по 1/2 стакана 4 раза в день за 30 мин до еды.

Астра новоанглийская, или американская (*Aster Novae-Angliae* L.)

Распространение и места обитания

Родина – центральные и восточные районы Северной Америки.

Ботаническое описание

Многолетние травянистые растения. Стебли прямые, ветвящиеся, густо опушенные, образуют раскидистые кусты до 200 см высотой и 80 см в поперечнике. Листья ланцетные или продолговато-ланцетные. Язычковые цветки карминовые, розовые, голубые, фиолетовые и пурпуровые; трубчатые (центральные) – желтые, красноватые или пурпуровые. Цветки собраны в соцветия – корзинки 3–4 см в диаметре, на хорошо развитом кусте их бывает до 20–30 шт. Все сорта астры новоанглийской цветут осенью, в сентябре – октябре, а на юге, если позволяет погода, цветут и в ноябре.

Выведены многочисленные сорта различные по времени цветения, размерам и окраске соцветий (краевые язычковые лепестки могут быть карминовые, фиолетово-сиреневые, светло-розовые и другие, срединные трубчатые – желтые, золотисто-коричневые, коричневые и другие).

Действующие вещества

Корневища и надземная часть содержат дубильные вещества.

Применение в медицине

Индийские племена Чероки используют припарки из измельченных корней как обезболивающее средство, прикладывая их на больные участки тела. Настой корней пьют при диарее. Отвар корней и листьев, их настой применяют как жаропонижающее при лихорадках. С помощью окуривания надземной бессознательных пациентов приводят в себя. Отвар или настой употребляются при многих заболеваниях, сопровождающихся сыпью на коже, также они применяются наружно при появлении сыпи.

Растение ядовито, его следует применять с осторожностью!

Как использовать

Жаропонижающее. Взять корни и листья от двух растений, залить 6 л воды. Вываривать на слабом огне до 1 л, процедить. Пить по 1/4 стакана 5–6 раз в день.

Бадан толстолистный (*Bergenia Crassifolia*(L.) Fritsch.)

Семейство камнеломковые.

Народные названия: монгольский чай, чигирский (чагирский) чай.

Научное родовое название дано по имени ботаника первой половины XIX века Карла Бергена. Научное видовое название переводится как «толстолистный», и дано за толстые сочные листья этого растения.

Распространение и места обитания

Встречается в горных районах южной Сибири: Алтай, Кузнецкий Алатау, Саяны, горные системы Тувы, Прибайкалье. Растет на каменистых участках водоразделов и в верховьях рек в темнохвойных (главным образом из пихты и сибирского кедра), а также в смешанных с березой лесах и редколесьях.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 50 см. Корневище ползучее, толстое, мощное, сильно ветвящееся, длиной до нескольких метров, сверху темно-коричневое, с многочисленными рубцами – следами прикрепления розеточных листьев, на изломе – светло-розовое, быстро темнеющее на воздухе, с многочисленными небольшими придаточными корнями. Листья длинночерешковые, цельные, голые, кожистые, крупные, широкоовальные, зимующие. Снизу листья имеют точечные железки. Цветки мелкие, сиренево-розовые или ярко-розовые, колокольчатые, собраны в густое верхушечное метельчато-щитковидное соцветие. Плоды – эллиптические сухие коробочки с двумя лопастями. Цветет в июне – июле; семена созревают в августе.

Селекционеры вывели несколько десятков сортов бадана различного происхождения, отличающихся окраской цветка и цветоносов, сроком цветения, высотой, краем листьев и другими признаками.

Действующие вещества

Корневища бадана толстолистного содержат дубильные вещества (25–27 %), эллаговую и галловую (до 3,5 %) кислоты, флавофены (3,6 %), арбутин (до 33,3 %), бергенин (до 5 %), глюкозу (7 %), сахарозу (2 %), крахмал (до 40 %), катехины, декстрин (8,5 %), щавелевокислый кальций (4 %), эфирное масло. Основные биологически активные вещества бадана – дубильные вещества и арбутин, содержащийся как в корневищах, так и в надземных органах.

Надземная часть растения содержит полифенолы (до 42,5 %), дубильные вещества (до 13,8 %), флавоноиды, арбутин (до 22 %), свободный гидрохинон (до 4 %), бергенин (0,52 %), аскорбиновую кислоту (45–60 мг на 100 г), каротин, катехины, флавоноиды.

Применение в медицине

В тибетской медицине отвар корневищ применяют как жаропонижающее при ранней лихорадке, при туберкулезе легких, острых и хронических формах пневмоний, легочных кровотечениях, острых респираторных, гриппозных и некоторых других инфекциях

(коклюш), ларингитах, головных болях, суставном ревматизме, желудочно-кишечных заболеваниях; с помощью порошка корневищ лечат гастриты с пониженной кислотностью.

В монгольской медицине настой корневищ бадана используют при желудочно-кишечных заболеваниях, лихорадке, головной боли, тошноте и рвоте; отвар – при фурункулезе и кровоточивости десен. Порошок из корневищ применяют в качестве присыпки при потницах у детей.

В народной медицине Сибири настой корневищ и корней применяется при желудочно-кишечных заболеваниях (диареях, колитах), болезнях горла и полости рта, а также при лихорадках и головной боли. Наружно порошок корневищ и корней употребляют как противовоспалительное средство и для заживления ран.

Листья в тибетской медицине и Забайкалье применяются аналогично корневищам. Чай из старых листьев в горном Алтае принимают при заболеваниях щитовидной железы (зобе).

В научной медицине России жидкий экстракт корневищ бадана применяют в гинекологической практике при обильных менструациях и кровотечениях после аборта, а также при фибромиоме матки, метроррагиях и меноррагиях, геморрагических метропатиях. Экстракты бадана в спринцеваниях или ванночках назначают при эрозии шейки матки, белых и кольпитах. В стоматологии экстракт корневищ применяют при хронических воспалительных процессах в полости рта (гингивиты, стоматиты).

Другие свойства

Перезимовавшие, черные листья называются «чигирским чаем» и издавна применяют как суррогат традиционного напитка. Отвар корневищ используется в ветеринарии при расстройствах деятельности желудочно-кишечного тракта, сопровождающихся диареей и кровотечением.

Как использовать

Диарея, дизентерия. Взять 1 ст. л. измельченных корневищ бадана толстолистного, залить 2 стаканами воды, варить на медленном огне 1 мин, настоять 1 час, процедить. Пить по 2 столовые ложки 3–4 раза в день до еды.

Инфекционный колит, энтероколит, дизентерия. Взять 1 ст. л. измельченного корневища, залить 1 стаканом кипятка, варить на слабом огне не более 30 минут, настоять 10 мин, процедить. Принимать по 1–2 столовые ложки перед едой 3 раза в день.

Как выращивать

Может расти и в открытых светлых, и в полутенистых и тенистых местах, а также на всех типах почв: легких супесчаных и щебнистых, средних суглинистых плодородных. Не выносит застоя воды, поэтому важен хороший дренаж.

Из-за поверхностной корневой системы в сухое жаркое время бадан требует регулярного полива. Бадан отзывчив на внесение комплексных минеральных удобрений в период до и после цветения и начала роста новых листьев, розеточных побегов. Потемневшие и уже высохшие листья удалять не стоит, так как они образуют на почве «защитную пленку», задерживая испарение влаги с поверхности земли вокруг куста и спасая корневище от перегрева.

Размножается семенным способом и вегетативно (делением взрослых растений, черенкованием). Выращивать из семян хлопотно и долго. Их лучше высевать под зиму. Первые

два года сеянцы развиваются крайне медленно, образуя невысокие розетки (2–2,5 см), и требуют тщательного ухода, в том числе и регулярного полива. Растение зацветает, как правило, на 3–4 году после посева.

Черенкуют наиболее жизнеспособные (средневозрастные) растения после цветения. Для этого отрезают часть корневища (с 3–5 почками) с верхушечной розеткой листьев, в которой оставляют всего 2–3 молодых листа. Глубина посадки отрезка корневища не должна превышать 3–5 см.

Старые кусты делят весной до цветения и в конце лета – начале осени. В первые две недели после посадки необходим обильный полив.

Барвинок малый (*Vinca Minor L.*)

Семейство кутровые.

Родовое научное название происходит от древнелатинского имени этого растения, «vinca» означает «обвивать».

Листья барвинка отличаются удивительной живучестью: они способны сохранять свежесть даже под снегом, – вот почему перенесенный из леса в сады и парки барвинок стал символом жизненной силы, а посаженный на кладбищах – символом вечной любви и доброй памяти.

Неувядаемому растению издавна приписывалась особая волшебная сила. В Австрии и Германии венки из барвинка использовали для гадания на замужество; повешенные над окнами, они предохраняли дом от удара молнии. Цветы, собранные между Успением и Рождеством Богородицы, обладали свойством прогонять нечистую силу: их носили на себе или вешали над входной дверью.

Распространение и места обитания

Встречается на юге и юго-западе европейской части России. Растет преимущественно в широколиственных лесах (буковых, дубовых, грабовых), изредка в сосновых, а также на вырубках, по дну балок.

Ботаническое описание

Вечнозеленый стелющийся полукустарничек с ветвистым стеблем и шнуровидным, разветвленным, длинным, горизонтальным корневищем, располагающимся на глубине 1–5 см с пучками нитевидных вертикальных корней в узлах. Стебли двух типов: генеративные (с цветками) – с укороченными междоузлиями, высотой 30–35 см, и вегетативные – горизонтальные, с удлиненными междоузлиями, длиной до 150 см, ветвистые, укореняющиеся в узлах. Листья супротивные, цельные, эллиптические, блестящие, кожистые, голые, сверху зеленые, снизу сероватые, длиной 3–5 см. Цветки трубчато-воронковидные, темно-голубые, одиночные, на цветоножках длиной до 20 см. Плоды цилиндрические, немного изогнутые, двухлистовки, с многочисленными семенами. Цветет в мае; в отдельные годы наблюдается вторичное цветение в июле – августе. Плодоносит в июне.

Есть интересные садовые формы: бело- и красноцветные, махровую, белоокаймленную, золотисто-пеструю и другие.

Действующие вещества

Надземная часть содержит около 50 алкалоидов, в основном производные индолина (винкамедин, винкаридин, винковин и др), индола (квебрахамин, винкадин, винкамин, резерпин и др.), оксиндола (винкатын), индоленина (винорин и др.).

Наряду с алкалоидами, из барвинка малого выделяют флавоноиды (робинин и другие) и тритерпеноиды (урсоловая кислота).

Применение в медицине

Барвинок малый с древних времен используют как успокаивающее средство, уменьшающее головокружение и головную боль, снижающее артериальное давление. Настойки и экстракты на основе его алкалоидов понижают давление, расширяют сосуды сердца и головного мозга, расслабляют мускулатуру тонкого кишечника, стимулируют сокращение матки.

Он популярен и в научной медицине: из травы барвинка малого в ряде стран производят фитопрепараты, применяемые для лечения больных гипертонической болезнью I и II стадии. Их также назначают при заболеваниях, сопровождающихся сужением сосудов головного мозга спастического или атеросклеротического происхождения (состояние после ишемического инсульта) и при посткоммоционной гипертонической болезни. Особенно эффективны эти препараты у больных пожилого и старческого возраста.

Растение ядовито, его следует применять с осторожностью!

Как использовать

Гипертония. Взять 1 ст. л. измельченных листьев барвинка малого, залить 200 мл (1 стакан) воды, варить на слабом огне 5 мин, дать настояться 30 мин и процедить. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день.

Гнойные раны, язвы, зудящие дерматиты. Взять 1 ст. л. измельченных побегов барвинка малого, залить 1 стаканом кипятка, варить на слабом огне 15 мин, настоять 30 мин и процедить. Обмывать пораженные места несколько раз в день.

Диатез экссудативный. Смешать 9 листьев барвинка малого и столовую ложку сливочного масла. Поджарить на сковороде до появления золотистого цвета, затем настоять 20–30 мин в 0,5 л воды. Обмыть этим настоем ребенка, смазать на ночь больные места.

Сахарный диабет. 6 стол ложек листьев барвинка малого залить 1 л красного вина, настоять 20 дней периодически перемешивая, процедить. Пить по 50 г 3 раза в день. Курс лечения 10 дней.

Лейкемия, лейкоз, малокровие, малярия, кровохарканье, болезнь Ходжкина. Взять по 50 цветков, стеблей и листьев барвинка малого, залить 1 л холодной воды, настоять 1 час, затем довести до кипения и варить на слабом огне 20 сек, настоять 15 мин, процедить. Пить по 1 стакану 3–4 раза в день.

Как выращивать

Растение высаживают в тенистых и полутенистых местах, хотя барвинок выдерживает и сильное затенение, и яркое солнце. К почве не требователен, но лучше растет и развивается и дольше цветет на плодородных, рыхлых, хорошо дренированных почвах с нейтральной реакцией.

Очень хорошо отзывается на подкормки органическими и минеральными удобрениями. Для лучшего кушения необходима прищипка старых и молодых побегов.

Размножается делением куста, черенкованием, реже семенами. Кусты делят весной в апреле или в конце августа – начале сентября. Для ускоренного размножения можно прищипывать длинные вегетативные побеги к земле и засыпать узлы небольшим слоем (1–2 см) земли, поддерживая ее увлажненной. Через 2–3 месяца готовые молодые растения с хорошо развитой корневой системой отрезают. На черенки отбирают зеленые побеги, которые уко-

реляются в течение 14–18 дней, и в начале сентября хорошо развитые растения высаживают на место. Молодые посадки на зиму необходимо укрыть небольшим слоем листьев.

Бархатцы, или Тагетес (Tagetes)

Семейство астровые (сложноцветные).

Родовое научное название дано в честь персонажа греческой мифологии, внука бога Юпитера – Тагеса (Tages), славившегося своей красотой и умением предсказывать будущее.

Иногда люди, соприкасающиеся с бархатцами, страдают от аллергии. Опыты на животных показали, что в бархатцах содержатся тиофены, которые являются контактными аллергенами.

Как выращивать

Бархатцы хорошо растут на открытых солнечных местах или в легкой полутени. Их выращивают на плодородных, хорошо увлажненных в первую половину лета, слабокислых почвах. Плохо переносят весенние и осенние заморозки. При температуре ниже +10 °С листья приобретают антоциановый налет, и рост приостанавливается. При 1–2 °С ниже нуля растения погибают.

Бархатцы засухоустойчивы, но в начале роста им необходим полив, иначе растения будут шуплыми, а соцветия – мелкими. К избытку влаги в почве относятся отрицательно – особенно прямостоящие подвиды. В дождливую погоду их крупные соцветия начинают гнить. А если почва перенасыщена водой, растения гибнут от грибных болезней корней. Для усиления и продления цветения необходимо отщипывать отцветшие соцветия.

Размножаются бархатцы семенами. Для получения цветущих растений в конце мая необходимо семена высевать дома на светлом окне или теплице в середине марта-начале апреля. В открытый грунт бархатцы высаживают в конце мая. Семена закапывают на глубину 0,5–1 см. Всходы появляются на 5–10 день после посева. Почву желательно накрыть нетканым материалом (акрил, лутрасил). В этом случае можно сеять на неделю-полторы раньше обычных сроков, тем самым ускорив цветение.

Бархатцы отклоненные, или французские (Tagetes Patula L.)

В народе называются французское золото Мэри, а по-немецки – студенческий цветок.

Распространение и места обитания

Родина – горные районы Мексики.

Ботаническое описание

Однолетнее травянистое растение. Стебли прямостоячие, высотой 15–50 см, сильно ветвистые от основания, боковые побеги отклоненные. Листья небольшие, перисто-рассеченные, с линейно-ланцетными долями, по краю пильчатые, темно-зеленые, расположены в очередном или супротивном порядке. Язычковые цветки желтые, оранжевые, лимонные, буровато-коричневые или темно-красные, бархатистые, часто двуцветные, с различным соотношением названных оттенков; трубчатые – желтые или оранжевые. Цветки образуют соцветия – корзинки диаметром 4–6 см, одиночные или в щитковидных соцветиях, чаше-

образные, разнообразные по форме, на длинных цветоносах. Цветет с мая до заморозков. Семена созревают в сентябре – октябре.

Выведены многочисленные сорта, которые подразделяются на группы: высокие – до 60 и более см высотой, соцветия простые; средние – до 50 см высотой, соцветия махровые; низкие – 25–40 см высотой с простыми или махровыми соцветиями; очень низкие («лилипут») – 15–20 см высотой, с простыми или махровыми соцветиями. Отличаются они и окраской цветков (язычковые цветки: красновато-коричневые, красно-коричневые, с желтым пятном у основания и желтой каймой и другие; трубчатые цветки: золотисто-желтые, ярко-оранжевые с красными мазками и другие).

Действующие вещества

Соцветия содержат флавоноиды, каротиноиды (лютеин, зеаксантин и другие), антоцианы. Все части растения содержат полигенофены. Наибольшее содержание каротиноидов (ксантофиллов в пересчете на лютеин) найдено в сортах с оранжевой окраской соцветий 3–4 мг/г в свежих лепестках, при переходе к сортам с желтой и особенно лимонно-желтой окраске уровень содержания ксантофиллов снижается более чем на порядок. Например, у сорта «оранжевое пламя» в свежих лепестках найдено 2,3–2,5 мг/г ксантофиллов в пересчете на лютеин, у сорта «мандарин» – 3 мг/г, у «оранжевого пламени махрового» – 1,7 мг/г, «гармонии» (цветки с различной интенсивностью окраски на одном соцветии) – 1,3 мг/г.

Применение в медицине

Применяются в разных странах при аллергии, аменорее, астме, кровотечениях, бурсите большого пальца стопы, кашле, дизентерии, отеках, энтерите, грибах, в качестве ветрогонного средства, при гастритах, гепатитах, высоком артериальном давлении, инфекциях, воспалении, болях, ревматизме, язвах, стоматите, ранах, опухолях, глистах.

Индусы мажут раны соком надземной части. Доминиканцы используют цветки как желчегонное, потогонное и ранозаживляющее средство. Доминиканцы пьют отвар соцветий при болезнях желудка. На Гаити цветки применяют наружно как ранозаживляющее средство. Гаитяне считают цветочный чай или настойку желчегонным, потогонным средством, также с помощью бархатцев лечат гепатит.

Эфирное масло бархатцев показало высокую активность против грибка-кандиды и трех видов moskitov. В индийской медицине его применяют как мочегонное средство. Эфирное масло бархатцев обладает успокаивающим и стимулирующим действием, используется в виде ингаляций и в аромолампах при лечении неврозов и стресса; ванны с маслом помогают при мочекаменной болезни, стрессе и неврозах.

Применение бархатцев как источника ксантофиллов (лютеина) приводит к увеличению плотности макулярного пигмента и снижает риск развития двух возрастных болезней глаз: возрастной макулярной дегенерации и катаракты. Лютеин и зеаксантин, содержащиеся в цветках бархатцев, обладают противooksидантным действием.

Другие свойства

В Африке листья используются как пряность. Высушенные цветки заменяют шафран. В азиатских странах бархатцы широко добавляют в супы, приправы, напитки.

Как использовать

Простуда, отеки. 1 ст. л. соцветий залить 1 ст. кипятка, настоять 30 мин, процедить. Пить по 2 ст. л. 3–4 раза в день.

Бархатцы прямостоящие, или африканские (*Tagetes Erecta L.*)

Также их называют ацтекскими ноготками, ацтекским золотом Мэри, африканскими бархатцами.

Распространение и места обитания

Родина – Южная Мексика.

Ботаническое описание

Растение однолетнее, куст компактный или раскидистый с ясно выраженным главным побегом. Стебли сильноветвистые, 80–120 см высотой, голые, прямостоячие, мелкоребристые, ветвистые, у основания одревесневающие, боковые побеги направлены вверх. Листья перисто-раздельные с ланцетовидными, острыми долями, по краю пильчатые, от светло- до темно-зеленых, расположены в очередном порядке. Окраска соцветий однотонная, светло-желтая, желтая, ярко-желтая, оранжевая или двуцветная. Соцветия – крупные корзинки 6–13 см в диаметре, одиночные, простые, полумахровые или махровые, на длинных цветоносах. Цветет с начала июня до заморозков.

Выведены многочисленные сорта, различающиеся по высоте: гигантские – выше 90 см; высокие – 60–90 см; средние – 45–60 см; низкие – до 45 см высотой; отличающиеся окраской соцветий (ярко-желтые, оранжевые, красно-оранжевые, лимонно-желтые и другие) и формой соцветия (хризантемовидные, гвоздикоцветные).

Действующие вещества

Цветки содержат флавоноиды (кверцетин, тагетин и другие), каротиноиды (лютеин, зеаксантин и другие), антоцианы. В листьях также найдены флавоноиды (кемпферол, кемферитин и прочие). Все части растения содержат политиофены. Больше всего каротиноидов (ксантофиллов в пересчете на лютеин) найдено в сортах с оранжевой окраской соцветий – 3–4 мг/г свежих лепестков. Так, у сорта Сиера оранжевый их содержание составляет 4 мг/г, Оранжевый снег и Родос – по 3,2 мг/г, Коландо абрикосовый – 2,5 мг/г, Лимонные – 0,2 мг/г. Причем в составе ксантофиллов доля лютеина составляет у лимонно-желтых сортов менее 30 %, у сортов с абрикосовой окраской – 62 %, с оранжевой – 80–83,7 %.

Применение в медицине

В Аюрведе цветки советуют использовать при эпилептических припадках и лихорадке. Боливийцы употребляют чай из соцветий при желчных коликах и гастритах, как ветрогонное средство. Бразильцы применяют грудной успокаивающий чай из соцветий при бронхитах,

простуде, кашле и ревматических болях, а также как глистогонное средство. Кубинцы пьют отвар соцветий при простуде, заболеваниях легких, им полоаскают рот при зубной боли. Припарку из соцветий прикладывают на раковые опухоли. Доминиканцы считают, что соцветия обладают желчегонным, потогонным и ранозаживляющим действием. Гаитяне применяют сок листьев или отвар соцветий для регулирования менструаций и лечения рака. Цветки, приготовленные с куриной печенью, едят как тонизирующее средство для улучшения зрения.

Цветки бархатцев являются новым источником ценных антиоксидантных каротиноидов (лютеин и зеаксантин), используемых как пищевая добавка. Применение бархатцев как источника ксантофиллов (лютеина) увеличивает плотности макулярного пигмента и снижает риск развития двух возрастных болезней глаз: возрастной макулярной дегенерации и катаракты. Политиофены токсичны по отношению к некоторым грибам и нематодам и вызывают контактный дерматит у человека.

Другие свойства

Цветки специально выращивают как пищевые. Дети некоторых племен в Непале едят свежие цветоложа цветков. Соцветия применяются для окраски масла и сыра, их добавляют в пищу курам для окраски их мяса и яичных желтков. Тайцы едят сырые листья и цветочные бутоны бархатцев с кокосовым молоком и ферментированным соевым соусом.

Ацетоновый экстракт бархатцев прямостоячих вызывает гибель 99,7 % нематод. Выращивая бархатцы в качестве ковровой культуры, можно уменьшить количество фитопатогенных нематод в почве.

Как использовать

Гастриты, бронхиты, простуда. Залить 1 ст. л. соцветий 1 стаканом кипятка, настоять 30 мин, процедить. Пить по 2 ст. л. 3–4 раза в день.

Зубная боль. Залить 1 ст. л. соцветий 1 стаканом кипятка, варить на слабом огне 15 мин, настоять 30 мин, процедить. Полоскать 5–6 раз в день, задерживая над больным местом.

Кровотокающий геморрой. Смешать и нагреть 125 мл сока соцветий и 125 мл масла *ги*. Масло *ги* готовят из несоленого сливочного масла, которое нагревают на среднем огне примерно 15 мин. Когда на поверхности появляется пена, надо уменьшить огонь. Масло приобретет золотисто-оранжевый цвет, по запаху оно похоже на поп-корн. Масло считается готовым, когда 1–2 капли воды, помещенные в него, начинают потрескивать. Принимать ежедневно по 1–2 столовой ложке 3–4 раза в день в течение 3 суток.

Бархатцы тонколистные, или мексиканские (*Tagetes tenuifolia* Cm.)

Распространение и места обитания

Родина – горы Мексики.

Ботаническое описание

Однолетние, низкие, компактные растения высотой 20–40 см, густоветвистые, с прямыми, голыми, прочными или хрупкими светло-зелеными побегами. Листья мелкие, дважды перисто-рассеченные, с узкими, редкозубчатыми долями, светло-зеленые, с точечными железками, расположены в очередном порядке. Соцветия – мелкие корзинки, 1,5–3 см в диаметре, простые, на коротких цветоносах, собраны в свою очередь в щитковидные соцветия. Окраска соцветий желтая, желто-оранжевая. Цветет очень обильно с начала июня до заморозков.

Выведено множество сортов, различающихся по высоте растений (от 20 до 50 см) и окраске соцветий.

Действующие вещества

Соцветия содержат флавоноиды, каротиноиды (лютеин и другие), антоцианы. У сортов с желто-оранжевой окраской доля лютеина в составе каротиноидов достигает до 59 %. Все части растения содержат полигидрофены.

Другие свойства

Благодаря яркому цвету и приятному аромату скрученными лепестками бархатцев, часто подделывали более дорогую пряность – шафран. Лепестки бархатцев придают красивый золотистый цвет и легкий аромат блюдам: плову, соусам, супам, выпечке. Использовать можно как свежие, так и сухие лепестки.

Бархатцы очень популярны в кавказской кухне – как пряная добавка к таким блюдам как чахохбили, борани, бозартма и другие.

Как использовать

Простудные заболевания. Взять 1 ст. л. цветков бархатцев, залить стаканом кипятка, настоять 30 мин, процедить. Пить по 2 ст. л. 3–4 раза в день.

Белоцветник (Leucojum)

Семейство лилейные.

Родовое научное название произошло от греческих слов «leucos» – молочко, белый и «ion» – фиалка, и указывает на окраску цветков; первоначально его называли «leucosion» – белая фиалка.

Как выращивать

Белоцветники лучше выращивать в легкой полутени около кустарников и водоемов. Растения любят богатые гумусом, хорошо дренированные, нейтральные, влажные почвы.

Белоцветники хорошо размножаются вегетативно, детками – дочерними луковицами, которые образуются из почек, сидящих в пазухах чешуи. Обычно за сезон образуются 1–2 луковицы. Ускорить размножение можно, если посадить материнскую луковицу неглубоко, у самой поверхности. Тогда она вырастает мелкая, но с многочисленными детками. «Гнезда» – группы родственных луковиц – рассаживают, когда они слишком разрастаются, через 5–7 лет.

Лучшее время для посадки луковиц – июль – сентябрь, когда растения находятся в покое. Механические повреждения присыпают золой. Луковицы белоцветника не выносят длительного высушивания. Лучше не держать их на воздухе более месяца, а если нет возможности посадить, то пересыпать опилками, стружками и тому подобным и убрать в пластиковый пакет с перфорацией. Луковицы сажают в рыхлую почву на глубину, равную двум луковицам, в тяжелую – на глубину одной. Но в любом случае, по крайней мере, на глубину 5 см от поверхности. При неглубокой высадке луковицы белоцветника мельчают, но активно образуют детки, на глубине же становятся крупнее.

При размножении семенами их лучше высевать сразу после сбора, в крайнем случае осенью, потому что они сильно теряют всхожесть при хранении. Сеять лучше в горшки или ящики, чтобы мелкие всходы не терялись. Зацветают сеянцы на 6 – 7-й год.

Белоцветник весенний (Leucojum Vernum L.)

Распространение и места обитания

Растет на лугах, опушках лесов, в буковых лесах. В России в диком виде не встречается, произрастает на Украине в Карпатах.

Ботаническое описание

Луковичный многолетник высотой до 50 см. Луковица яйцевидная до 2 см в поперечнике. Листья широколанцетные? длиной до 25 см, шириной до 1,2 см. Цветоносы до 30 см длиной. Цветки одиночные или парные, на длинных цветоножках, с прицветным листом в основании, ширококолокольчатые, белые, поникающие, с приятным запахом. Лепестки с зеленым или желтым пятном у вершины. Цветет с апреля по конец мая в течении 20–30 дней. Плод – мясистая, почти шаровидная, трехгнездная коробочка.

Действующие вещества

Все части растения содержат алкалоиды. В подземной части их содержание доходит до 0,45 % (ликорин, галантамин), в надземной части – до 0,32 % (ликорин, тацеттин). В цветках также найдены флавоноиды (лейкозид, лейковернид), каротиноиды (ксантофилл, α-каротин, β-каротин).

Применение в медицине

Используется как отхаркивающее средство при бронхоэктазии.

Растение ядовито, следует применять с осторожностью.

Белоцветник летний (*Leucojum Aestivum L.*)

Распространение и места обитания

Растет на влажных лугах, в долинах рек, на болотах. Встречается на Северном Кавказе, а также на Украине в Карпатах, Крыму, в Молдавии, Западном Закавказье.

Ботаническое описание

Луковичный многолетник до 40 см высотой. Листья до 30 см длиной, сизовато-зеленые. Цветонос до 40 см высотой. От 3 до 10 цветков собраны в зонтиковидное, поникающее соцветие. Белоцветник цветет со второй половины мая около 20 дней.

Действующие вещества

Все части растения содержат алкалоиды. Подземная часть содержит углеводы; алкалоиды (ликорин до 0,06 %, галантамин до 0,34 %, изотацеттин, унггерин, эстивин, ликоренин); азотосодержащие соединения (лектины). Надземная часть содержит алкалоиды (галантамин до 0,54 %, ликорин, ликоренин. Листья содержат алкалоиды галантамин 0,009–0,5 %, изотацеттин до 0,03 %, ликотамина, унггминорин, ликорин и другие.

Применение в медицине

Галантамин из надземной части белоцветника повышает тонус гладкой мускулатуры, может применяться для лечения паралича. В Болгарии листья используются для промышленного производства галантамина.

Растение ядовито, следует применять с осторожностью.

Другие свойства

Подземная часть используют в пищу в вареном и жареном виде.

Как использовать

Психозы, нарушения чувствительности и движения. 50 г свежей надземной части залить 50 мл 96 % спирта, настоять 10 дней в темном месте, периодически перемешивая, процедить. Пить растворив по 2–4 капли в 100 мл воды 3–4 раза в день.

Василек голубой (*Centaurea Cyanus* L.)

Семейство астровые (сложноцветные).

Родовое научное название связано с мифическим кентавром Хироном, который выяснил, что сок василька обладает ранозаживляющими свойствами, и исцелил свою рану, нечаянно нанесенную отравленной стрелой Геркулеса. Именно с тех пор василёк получил название *centaurea* – «центаурея», т. е. цветок кентавра. Хирон, как гласит предание, впоследствии пожертвовал собой и, отказавшись от бессмертия, ушел вместо Прометея в царство мертвых.

Видовое научное название по одной греческой легенде связывают с именем нимфы Кианэ, дочери бога вод Меандра, превратившейся в ручей с темно-синей водой. Вид растения с такой же окраской цветков и был назван *cyanus* – «цианус».

В народе василек называют васильчик, василёчик, васильковый цвет, синоцветка, синюшник, синюшка, синий цвет во ржи, синявка, синька.

Распространение и места обитания

Встречается на территории европейской части России, кроме Крайнего Севера и засушливых южных районов, на юге Западной Сибири, на Кавказе. Растет на полях как сорняк яровых и озимых культур, чаще всего ржи и пшеницы, многолетних трав, пропашных культур; растет на парах, молодых залежах, мусорных местах, среди лесополос и придорожных насаждений.

Ботаническое описание

Однолетнее или двулетнее травянистое растение высотой до 80 см с прямым, ветвистым, паутинистоопушенным стеблем. Листья очередные, серо-зеленые, слабоопушенные; нижние – тройчато- или перисто-лопастные, отмирающие ко времени цветения; самые верхние – цельнокрайные, линейные. Краевые цветки («лепестки») бесполое, синие, воронковидные, глубоко пяти-восьмираздельные, внутренние – обоеполые, трубчатые, фиолетовые, пятизубчатые. Цветки образуют соцветия – корзинки, расположенные на концах стебля и его разветвлений. Плод – опушенная, серая или желтовато-серая семянка, на верхушке с пушистым хохолком. Цветет в июне – июле; плоды (семянки) созревают в августе.

Выведены сорта с разнообразной окраской соцветий (белые, розовые, красные, темно-лиловые, шоколадные и др.), махровые и полумахровые формы.

Действующие вещества

Цветки содержат тритерпеноиды, стерины, полиацетиленовые соединения, фенолкарбоновые кислоты и их производные (хлорогеновая, неохлорогеновая, кофейная кислоты), дубильные вещества, кумарины (цихориин), апиин, апигенин и другие), флавоноиды (производные апигенина, лютеолина, кверцетина, кемпферола и гиспидулина), антоцианины (сукцинилцианин, пеларгонин, моногликозиды цианидина и дельфинидина и др.), полисахариды, горький гликозид центаурин, высшие алифатические углеводороды.

Применение в медицине

Василек упоминается как лекарственное растение в трудах древнегреческих и древнеримских врачей и ученых Гиппократ, Теофраста, Diosкорида и Плиния старшего.

В народной медицине разных стран цветки василька издавна применяют как мочегонное, противохолерическое и слабительное средство, при острых респираторных заболеваниях, головной боли, ангинах, ларингитах, болях в желудке, почечнокаменной болезни, желтухе, радикулитах, полиартритах, болезнях печени. В Болгарии настой цветков используют при астении вследствие длительных заболеваний, воспалении желчного пузыря, бронхитах, астматическом бронхите, при диспепсиях и укусах скорпионов. В индийской медицине цветки как стимулирующее центральную нервную систему средство и обезболивающее – при конъюнктивитах.

В научной медицине России препараты из цветков василька применяют при хронических воспалительных заболеваниях почек и мочевыводящих путей, при отеках, связанных с заболеваниями почек и сердечно-сосудистой системы. Его цветки входят в состав мочегонных сборов, используемых при мочекаменной болезни, пиелитах, циститах, уретритах, неврозах и желудочно-кишечных заболеваниях.

Противовоспалительные и дезинфицирующие свойства василька позволяют также использовать его в виде примочек при конъюнктивитах, блефаритах и при повышенной утомляемости зрительного аппарата. Настой и отвар цветков василька применяют при заболеваниях печени, желчных путей, сопровождаемых нарушением желчевыделения. Горечи, присутствующие в растении, улучшают пищеварение.

Цветки василька добавляют в мочегонный чай при поздних токсикозах у беременных, в сборы от мочекаменной болезни, заболеваний почек, органов желудочно-кишечного тракта, гипертонии, аллергических дерматозов у детей (диатез, экзема, нейродермит, в том числе и отягощенный бронхиальной астмой), аденомы простаты, простатита, цистита, дизурии.

В народной медицине измельченными плодами василька присыпают бородавки, а измельченные свежие листья или высушенные и измельченные в порошок цветки прикладывают к ранам. Наружно настоем цветков моют голову при парше и перхоти у детей, отвары цветков применяют внутрь и добавляют в ванны при лечении диатеза у детей.

Как использовать

Болезни почек и мочевого пузыря как мочегонное средство. 1 ст. л. цветков василька синего залить 1 стаканом кипятка, настоять до охлаждения, процедить. Пить по 1/4 стакана 3 раза в день за 15–20 мин до еды.

Долгозаживающие раны. Высушенные краевые цветки измельчают в порошок, посыпают больные места.

Близорукость слабая (до 2 диоптрий). Смешать по 100 г лепестков василька синего и травы очанки, 2 ст. л. смеси залить 0,5 л воды, варить на слабом огне 5 мин, настоять 30 мин, процедить. Пить по 75 г 3 раза в день за 30 мин до еды.

Как выращивать

Василек высаживают на открытых солнечных местах и в легкой полутени. Выращивают на различных почвах, плодородных и бедных.

В уходе василек нетребователен, достаточно регулярных прополок. Чтобы продлить цветение, необходимо срезать отцветшие соцветия.

Растение размножается семенами, которые высевают рано весной или под зиму на глубину 1–2 см. Всходы появляются через 12–15 дней. Растения зацветают на 55–70 день после появления всходов. Очень хорошо размножается самосевом.

Ваточник (*Asclepias*)

Семейство ластовневые.

Родовое научное название дано по имени бога врачевания Асклепия, или Эскулапа (греческое – *Asclepios*, латинское – *Aesculapus*), за лекарственные свойства его видов. Созревшие семена ваточников покрыты волокнистым ватообразным пухом, за что растение и получило свое название.

Впервые ваточник попал в Европу в XVII в. как техническая культура и быстро распространился во Франции, в Германии и в других европейских странах. Можно предположить, что ваточник вскоре был завезен и в Россию.

Сначала из стеблей делали волокна для грубых тканей, веревки, набивку для мебели и мягких игрушек. Позднее хохолки ваточника шли на изготовление киноплёнки, различных спасательных средств, так как они практически не промокают. Волоски хохолков добавляли при изготовлении шелковой, хлопковой, шерстяной и другой пряжи, и из этих «смесей» получались удивительно красивые, с блеском, ткани, но, увы, непрочные. В некоторых случаях волоски хохолков использовали вместо ваты.

Как выращивать

Хорошо растут на открытых участках, хотя ваточник мясо-красный выносит некоторое затенение. При посадке ваточников нужно учитывать, что ваточник сирийский довольно агрессивно разрастается, захватывая новые территории. Поэтому, если хочется иметь более-менее компактный «куст», растение следует ограничить, вкопав вокруг него бордюр, или выращивать во вкопанной в землю емкости с хорошими дренажными отверстиями.

К почве нетребовательны, но лучше развиваются на плодородных слабокислых суглинках. Ваточник мясо-красный влаголюбив, ваточник сирийский – засухоустойчив. Ваточник мясо-красный на зиму желательно профилактически мульчировать и укрывать сухим листом.

Размножаются семенами и вегетативно – делением куста, отрезком корневищ. Делить предпочтительно весной или во второй половине лета. Пересадку переносит хорошо. Легко размножается семенами. Семена, посеянные дома в конце марта – начале апреля, дружно и довольно быстро всходят, примерно через 10–15 дней. В начале июня, с приходом настоящего тепла, растению отводят постоянное место. При семенном размножении зацветают на 3-й – 4-й год, при вегетативном – в год посадки или на следующий год.

Ваточник мясо-красный, или инкарнатный (*Asclepias Incarnata L.*)

В США его называют болотным молочным, розовым молочным, болотным шелковым растением.

Распространение и места обитания

Родина – восточные и центральные районы Северной Америки.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 120 см. Листья расположены супротивно, слегка волосистые, удлинённые или широколанцетные. Цветки красные или розово-пурпуровые с приятным ароматом, собраны в зонтиковидное соцветие до 6 см в поперечнике. Цветет в июле-августе.

Есть декоративные сорта с белой окраской цветков. У ваточника мясо-красного аромат нежнее, чем у ваточника сирийского, и больше всего напоминает свежее шоколадное масло.

Действующие вещества

Содержит сердечные гликозиды (асклепидиан), смолы, эфирное масло, пектины.

Применение в медицине

Растение было включено в Фармакопеи США в XIX в. как рвотное, противоглистное, желудочное и мочегонное средство. Особенно ценилось за целебные свойства при суженных мочевыводящих путях.

Настой корней индейцы Северной Америки пьют и используют в укрепляющих ваннах для детей и взрослых как средство, восстанавливающее силы. Ирокезы применяют отвар растения как мочегонное. Мескваки используют настой корней для выведения ленточных глистов. Корни считают ветрогонным, слабительным, мочегонным и рвотным средством.

Другие свойства

Сухие стебли применяют для очистки зубов.

Как использовать

Глисты. 1 ч. л. корневищ залить 200 мл кипятка, варить на слабом огне 5 мин, настоять 30 мин, процедить. Пить по 2–3 ст. л. 3 раза в день.

Ваточник сирийский (*Asclepias Syriaca* L.)

В США его называют обычным молочным растением. Ваточник сирийский также известен как эскулапова, млечная и ласточкина трава.

К Сирии ваточник сирийский не имеет никакого отношения. Итальянский путешественник и естествоиспытатель Корнуги принял ваточник за другое растение – «кендырь», растущий на Ближнем Востоке, в частности в Сирии. Карл Линней установил, что это разные, хотя и близкие растения, и отнес его к роду «асклепиас», но оставил за ним определение «сирийский».

Распространение и места обитания

Родина – восточные штаты Северной Америки.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 150 см. Листья продолговато-эллиптические темно-зеленые, кожистые, длиной 10–15 сантиметров и шириной 5–7 сантиметров. Цветки до 1 см в диаметре, светло-розовые, душистые, собраны в крупные зонтиковидные соцветия. Цветет в июле 30–35 дней. Плод, вздутая серповидная зеленая коробочка с гофрированной поверхностью, длиной 10–12 сантиметров, при созревании раскрывается по бокам. Многочисленные темно-коричневые семена покрыты длинными белоснежными шелковистыми волосками. Ветер разносит семена на далекие расстояния, но в средней полосе они, к сожалению, вызревают лишь в те годы, когда бывает долгая сухая и теплая осень.

Действующие вещества

Содержит флавоноиды, смолы, протеолитические ферменты (асклепины), каучук, каротиноиды, аскорбиновую кислоту.

Применение в медицине

Растение принимают как слабительное, при камнях в мочевом пузыре, водянке. Настой корней используют при венерических заболеваниях. Холодный настой корней добавляют в пищу для увеличения лактации после родов. Ирокезы лечат настоем стеблей ревматизм. Настой сухих, измельченных корней и корневищ женщины принимают для временной стерильности (бесплодия). Млечный сок наносят на бородавки, стригущий лишай, укусы пчел, порезы (раны). При дискомфорте в груди пьют отвар корней или едят цветочные почки.

Другие свойства

Молодые побеги употребляют в пищу, отваривая в двух водах. Цветочные почки готовят свежими, как капусту брокколи, или бланшируют и замораживают. Используют в пищу и молодые плоды (2,5–3 см длиной), предварительно отваривая их в подсоленной воде.

Как использовать

Бородавки, стригущий лишай, раны. Выжать из свежих листьев или стеблей млечный сок, наносить несколько раз в день на больные места.

Болезни почек. 1 столовую ложку корневищ залить 0,5 л воды, варить на слабом огне 15 мин, настоять 30 мин, процедить. Пить по 75 мл стакана 4 раза в день.

Водянка. 1 чайную ложку корневищ залить 150 мл кипятка. Настоять 30 мин, процедить. Пить холодным по 75 мл 3 раза в день.

Вербейник (*Lysimachia*)

Семейство первоцветные.

Родовое научное название по одной из версии произошло от имени Лисимаха, полководца Александра Македонского, – ранее ошибочно считалось, что именно он открыл это растение. Другая версия гласит, что Диоскорид описал один из видов вербейника и назвал его «лизи-махейос».

Как выращивать

Для вербейника ландышевого подходит полутень, там он особенно хорошо растет. Вербейник монетчатый хорошо чувствует себя и на солнечных участках, и в полутени. Вербейник точечный нуждается в хорошем освещении.

Не требовательны к условиям выращивания, но на рыхлых, плодородных, влажных почвах разрастаются быстрее. В течение лета необходимо поддерживать постоянную высокую влажность почвы, выносят переувлажнение. Вербейник монетчатый может залезать на мелководье на глубину до 10 см.

Растения неприхотливы и довольно просты в уходе. У прямостоящих вербейников по окончании цветения обрезают отцветшие части стеблей. Осенью стебли вырезают до основания и подсыпают к растениям компост. Стебли вербейника монетчатого не трогают, но компост тоже подсыпают.

Размножаются семенами и вегетативно. Чтобы семена лучше прорастали, желатльно проводить предпосевную стратификацию в течение 1–2 месяцев. Цветение наступает на 2–3 год. Легко и быстро размножаются вегетативно: делением, отрезками корневища, прикорневыми отпрысками и черенками. Деление и пересадку можно делать ранней весной, до появления листьев или в конце августа – сентябре). Вербейник монетчатый размножают отдельными побегами длиной 10–20 см или уже укоренившимися боковыми побегами с хорошо развитой корневой системой.

Вербейник ландышевый (*Lysimachia Clethroides* Duby)

Распространение и места обитания

Растет в горных лесах, на сухих лугах. Встречается на Дальнем Востоке – в Приморье.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 120 см. Стебель прямостоячий, опушенный, облиственный, достигает в высоту до 130 см. Белоснежные мелкие цветки собраны в эффектное плотное колосовидное соцветие длиной до 25 см, заостренное и слегка загибающееся на конце. Цветет в конце июля – августе.

Действующие вещества

Корни содержат тритерпеновые сапонины – до 2,8 % (примула-генин А, камеллиагенин А). В надземной части найдены сапонины, флавоноиды.

Применение в медицине

В Китае подземная часть вместе с маслом из семян целозии гребенчатой используется при кровоизлияниях и кровотечениях.

Вербейник монетчатый, или Луговой чай (*Lysimachia Nummularia* L.)

В народе называют денежкин, копеечная, подушечная трава, заячья буквица, лужайник, поползушник.

Распространение и места обитания

Широко встречается в европейской части России, Предкавказье. Растет в тенистых рощах, на пойменных лугах, по окраинам болот и по берегам водоемов.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 10 см. Стебель лежачий, длиной до 30 см, укореняется в узлах при соприкосновении с почвой. Листья на коротких черешках, расположены супротивно, овальные, до 2,5 см длиной. Цветки одиночные, пазушные, желтые, до 2,5 см в диаметре. Цветет в июне – августе.

Начало цветения зависит от условий освещенности участка, на хорошо освещенных – цветение приходится на начало лета, притеняя или высаживая на затененных местах, можно влиять на сроки цветения. Отличительной чертой этого вида является его способность образовывать ковровый покров не только на горизонтальной поверхности, но и на достаточно крутых склонах.

Действующие вещества

Корни содержат катехины (эпикатехин); флавоноиды (гиперин, рутин). В надземной части найдены флавоноиды (гиперин, рутин и др); углеводы (глюкоза); сапонины, азотосодержащие соединения (холин, ацетилхолин); витамин С; фенолкарбоновые кислоты и их производные (кофейная, хлорогеновая); дубильные вещества; кремниевая кислота.

Применение в медицине

Растение обладает кровоостанавливающими свойствами. В гомеопатии надземная часть применяется при ранах, диарее, дизентерии. В Болгарии свежую растертую надземную часть накладывают на раны и инфильтраты. В Германии и Болгарии отвар и настой травы употребляется внутрь при диарее, дизентерии, цинге, судорогах; наружно – при стоматитах, ранах, и воспалениях кожи; в виде примочек – при ревматизме.

Настойка надземной части на вине или ее отвар используется при кровохарканье, дизентерии и меноррагиях; отвар, сухой порошок или свежий сок применяется наружно при кровотечениях и повреждениях небольших кровеносных сосудов. Отваром и настоем надзем-

ной части проводят обмывания и полоскания при молочнице и язвенном стоматите. При расширении вен помогают ванны и компрессы с крепким отваром травы.

Другие свойства

Порошок корней используют в ветеринарии. Пепел надземной части является инсектицидом для мух. Из травы получают желтую краску. Листья применяют для окраски волос. Листья и цветки – суррогат чая. Медонос.

Как использовать

Ревматизм, лишай, воспаления кожи, глубокие ссадины. Свежие измельченные листья прикладывают к больным частям тела.

Дизентерия, диарея. 1 ст. л. травы залить 1 стаканом кипятка, настоять 2 ч, процедить. Пить по 1–2 ст. л. 3–4 раза в день до еды.

Кашель упорный, «пылевые легкие», внутренние кровотечения, подагра, ревматизм. 2 ч. л. травы залить 0,25 л кипятка, настоять 30 мин, процедить. Пить по 1 чашки 3 раза в день.

Воспаления горла и глотки, дурной запах изо рта, плохо заживающие язвы. 2 ст. л. травы залить 1 стаканом кипятка, настоять 2 часа, процедить. Полоскают ротовую полость, используют для компрессов.

Вербейник точечный (Lysimachia Punctata.)

Распространение и места обитания

Растет на сырых лугах, по берегам рек, по влажным местам. Встречается в западных районах европейской части России.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 70 см. Стебель опушенный, прямостоячий, слабо разветвленный, облиственный. Листья сидячие, широколанцетные. Цветки лимонно-желтого цвета собраны в большом количестве на слабо разветвленной верхушке стебля. Цветет в конце июня – июле.

Есть пестролистные формы: с бело- и желтоокаймленными листьями.

Действующие вещества

Содержат углеводы (олигосахариды), флавоноиды (мирицетин, кверцетин); антоцианы (дельфинидин, цианидин), дубильные вещества.

Применение в медицине

Отвар надземной части применяется как вяжущее средство при диарее и кровохарканье.

Как использовать

Диарея. 1 ст. л. травы залить 1 стаканом кипятка, настоять 2 часа, процедить. Пить по 1–2 ст. л. 3–4 раза в день до еды.

Вероника сибирская (*Veronica Sibirica* L.= *Veronicastram Sibirica* = *Leptandra Sibirica* (L.) Nutt.Ex G.Don Fil)

Семейство норичниковые.

По одной версии родовое научное название дано в честь святой Вероники; по другой происходит от латинского «vera unisa» – «настоящее лекарство».

Распространение и места обитания

Растет на заливных и горных лугах, среди кустарников, в лесах. На опушках. Встречается в южных районах Восточной Сибири, на юге и западе Дальнего Востока.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 150 см с крепкими неветвящимися стеблями. Продолговато-ланцетные, довольно крупные листья расположены этажами по 3–9 в мутовке. Мелкие синие цветки собраны в длинные верхушечные колосовидные соцветия (длиной до 30 см). Цветет в июле.

Действующие вещества

Подземная часть содержит сапонины, алкалоиды. В надземной части найдены иридоиды (аукубин, ацетат аукубина, одонтозид, ацетат одонтозида, изокаталпол, каталпол, метилкаталпол и другие); карденолиды; кумарины; до 70 мг на 100 г аскорбиновой кислоты. Алкалоиды содержатся во всех органах: стеблях, листьях, цветках и семенах.

Применение в медицине

Чай из надземной части принимают при желудочных болезнях, в качестве жаропонижающего. Корневища и корни в тибетской медицине используют при гастроэнтеритах, эндометритах (как кровоостанавливающее), желтухе. Надземную часть – при сердечно-сосудистых заболеваниях. В китайской медицине отвар подземной части употребляется как мочегонное; при подагре, аменорее, параличе, болезни бери-бери, запоре.

В народной медицине корневище с корнями используется при диарее, дизентерии, как противоглистное средство. Траву употребляют как жаропонижающее при простудных, а также при желудочных болезнях, туберкулезе легких, кровотечениях, болезнях мочевого пузыря. Отвар травы и корневищ являются популярным средством при простой и кровавой диарее. Измельченные свежие листья прикладывают на раны как ранозаживляющее средство и на пораженные места при ревматизме как болеутоляющее. Свежие листья прикладывают при гипергидрозе стоп.

Как использовать

Диарея кровавая, гастроэнтерит, подагра. 1 ч. л. корневищ с корнями залить 1 стаканом кипятка, варить на слабом огне 30 мин, настоять 1 час, процедить. Пить по 2 ст. л. 3–4 раза в день.

Жаропонижающее при простуде, гастрите, цистите. 1 ч. л. надземной части залить 1 стаканом кипятка, варить на слабом огне 1 мин, настоять 1 час, процедить. Пить по 2–3 ст. л. 3–4 раза в день.

Гноящиеся раны, ревматизм. Свежую надземную часть измельчить в кашицу, нанести на больные места несколько раз в день.

Как выращивать

Хорошо чувствует себя и на открытом месте, и в полутени. Неприхотлива, может расти почти на любой окультуренной почве. Влаголюбива, при хорошем поливе достигает своих лучших декоративных качеств.

Уход прост: после цветения цветоносные стебли обрезают, регулярно проводят рыхление почвы.

Размножается делением куста, стеблевыми черенками и семенами, которые высевают осенью в грунт. Сеянцы зацветают на второй год. На черенки используют верхушки молодых отрастающих побегов. Легко размножается делением куста. Вероника имеет мочковатую корневую систему и большое количество побегов. Взрослый куст разрезают на деленки с 1–2 почками и частью корневища с корнями. Эту операцию проводят ранней весной, при отрастании, а также в августе – сентябре. Расстояние между деленками при посадке зависит от их размеров.

Ветреница, или Анемона (Anemone)

Семейство лютиковые.

Родовое научное название произошло от греческого слова «anemos» – «ветер», так как растение реагирует на малейшее дуновение.

Как выращивать

Ветреницы лютичная и дубравная являются ранневесенними эфемероидами (весеннецветущие растения с рано отмирающей надземной частью) они проходят основные этапы своего развития до того, как полностью развернутся листья деревьев и создадут густую тень. Цветки открываются в солнечную или достаточно теплую погоду, а ночью и в холодную пасмурную погоду остаются закрытыми. Листья у этих эфемероидных ветрениц отмирают к середине июня – началу июля.

Ветреница лесная вегетирует значительно больший период времени, чем вышеуказанные виды. Листья у нее отмирают осенью.

Ветреницы лучше растут на влажных и богатых почвах, с реакцией, близкой к нейтральной, не переносят застойного увлажнения и плохую аэрацию. Дубравная и лютичная подвиды более теневыносливы, чем лесная. Все они могут расти как под пологом деревьев, так и на открытых местах, однако дольше цветут в затененных местах. Прополку следует проводить вручную, без рыхлителя, чтобы не повредить нежные корешки растения. Корневища высаживают в начале осени на глубину 2–3 см. В конце лета высаживают корневые отпрыски. Пересадку и деление проводят через 5–6 лет.

Размножаются семенами и вегетативно: делением куста, частями корневищ, ветреница лесная – корневыми отпрысками. Чтобы осенью найти место, где росли ветреницы, нужно заранее его отметить. Плоды высевают сразу же после сбора или под зиму. Сеянцы плохо переносят пересадку и пикировку, поэтому лучше проводить сев в нужное место, а затем проредить загущенные посевы. Цветет на второй-третий год.

Ветреница дубравная (Anemone Nemorosa L.)

Распространение и места обитания

Растет в широколиственных лесах (дубовых, липовых, буковых), нередко встречается и в елово-широколиственных, а также в еловых и березовых, зарослях кустарников, на опушках и лужайках. Распространена почти во всей европейской части России.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое изящное весеннее растение высотой до 30 см. Корневище длинное, тонкое, горизонтальное, цилиндрическое, ветвящееся и быстро разрастающееся, что обеспечивает образование густых зарослей. Листья трижды рассеченные. Цветоносы одиночные, несут по одному цветку. Цветки белые, с красивым фиолетовым оттенком с наружной стороне лепестков, до 2–6 см в диаметре, с 6–8 яйцевидными лепестками. Цветет обильно с конца апреля до середины мая. Многочисленные семена созревают в июне и следующей весной обеспечивают массовый самосев.

Имеет ряд садовых форм с махровыми и полумахровыми цветками различной окраски: розовой, голубой, фиолетовой, красной.

Предпочитает тенистые места. Стоит сеять только свежесобранные семена этого вида, так как они быстро теряют всхожесть.

Действующие вещества

Содержит сапонины, хелидоновую кислоту. В цветках найден γ -лактон (протоанемонин). Протоанемонин обладает высокой антимикробной активностью.

Применение в медицине

Является народным противораковым средством. Надземная часть употребляется в гомеопатии как успокаивающее, мочегонное и потогонное средство. Настой травы принимают внутрь при сердечных заболеваниях, воспалении легких, лихорадке, болях в желудке, как abortивное средство. Наружно его применяют при гнойничковых заболеваниях кожи, ревматизме, подагре и как кожно-нарывное средство.

Листья прикладывают к телу при парше и к глазам при «куриной слепоте». Отвар тычинок капают в глаза для улучшения зрения.

Другие свойства

Медонос и перганос.

Как ядовитое растение применять следует с осторожностью.

Тем не менее, является кормовым для мелкого рогатого скота.

Нельзя применять при желудочно-кишечных заболеваниях и воспалении почек.

Как использовать

Ревматизм, фурункулез, подагра. 2 ст. л. травы залить 250 мл кипятка, настоять 1 час, процедить. Делать примочки несколько раз в день.

Ветреница лютичная (*Anemone Ranunculoides* L.)

Распространение и места обитания

Встречается в европейской части России, Предкавказье. Растет в светлых лиственных и смешанных лесах, реже в еловых, в зарослях кустарников, на тенистых лужайках, в парках и по берегам рек.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 30 см с нежными стебельками. По внешнему облику схожа с ветреницей дубравной, от которой отличается золотистой окраской цветков. Имеет длинное, поверхностно расположенное, четко видимое ползучее корневище. Прикорневых листьев нет или лист один, пальчато-рассеченный, на длинном черешке.

Цветки диаметром до 3 см с пятью лепестками желтого или золотистого цвета. Плод – листовка. Цветет в апреле-мае. Плоды образует в июле.

Есть эффектные декоративные формы с махровыми цветками и бронзово-зелеными листьями.

Действующие вещества

Содержит сапонины, γ -лактон (протоанемонин).

Применение в медицине

Сок корней применяют для лечения бородавок. Надземная часть используется при сердцебиении, параличах, желтухе, дисменореях; наружно ее употребляют как раздражающее кожу средство, при ревматизме, головной и зубной боли, золотухе. Надземная часть в эксперименте обладает антибактериальным действием и способна ускорять свертываемость крови.

Растение ядовито, применять с осторожностью! Нельзя использовать при желудочно-кишечных заболеваниях и воспалении почек.

Другие свойства

В народной ветеринарии отвар травы считают мочегонным, слабительным и потогонным средством.

Как использовать

Застойные явления в желчных путях, камни в желчном пузыре. 2 ч. л. травы залить 250 мл кипятка, настоять 1 час, процедить. Пить по 3–4 ст. л. 3–4 раза в день до еды.

Бородавки. Взять свежие корни, промыть, выжать сок, наносить на больные места несколько раз в день.

Ветреница лесная (Anemone Sylvestris L.)

В народе называют белым прострелом, белой куриной слепотой, курслепом, сонном богородицы.

Распространение и места обитания

Растет по светлым хвойным лесам, опушкам, сухим открытым холмам, сухим степным лугам, чаще всего на песчаной или известняковой почве. Встречается в черноземной зоне европейской части России, Северном Кавказе, Южной Сибири, Приамурье.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 50 см. Относится к группе корнеотпрысковых ветрениц. Имеет вертикальное корневище, часто с многочисленными корневыми отпрысками. Разрастаясь корневыми отпрысками, способна быстро образовывать заросли.

Прикорневые листья длинночерешковые, округлые, рассеченные, с серебристым войлочным опушением. Стебель прямостоячий, также с серебристым опушением, с мутовкой из трех опушенных трехраздельных листьев. Заканчивается стебель одиночным, душистым и крупным, в диаметре до 7 см цветком, на длинном цветоносе, часто поникающем.

Цветки белые, со светло-фиолетовым оттенком с наружной стороны, слегка опушенные. Цветет в мае – июне, в течение 20–25 дней.

Плоды – орешки, густо опушенные длинными белыми волосками. В конце июня – июле созревают многочисленные семена.

Имеет несколько декоративных форм: махровую (f. flore pleno) – с махровыми цветками, крупноцветковую (f. grandiflora) – высотой 30 см, с крупными душистыми цветками более 8 см в диаметре.

Действующие вещества

Надземная часть содержит органические кислоты (транс-аконитовая кислота); флавоноиды. В листьях обнаружен витамин С, а в цветках – лактон (протоанемонин). Листья и корневища содержат сапонины и протоанемонин, листья – до 100 мг аскорбиновой кислоты.

Применение в медицине

Отвар полезен при нервных болезнях, простуде, ревматизме, сифилисе, гонорее, белях, кожных болезнях. В тибетской медицине надземная часть употребляется при слабости зрения и слуха. Цветки применяют наружно как нарывное средство. Траву широко используют как наружное средство при запущенных кожных болезнях и сифилисе, в качестве отвлекающего средства при зуде, ревматических поражениях суставов, ломоте, перенапряжении. Одновременно отвар травы пьют и как болеутоляющее при зубной и головной боли, а также болях в желудке.

Цветки прикладывают к абсцессам для ускорения их созревания. Траву принимают как мочегонное средство, при белях и гонорее. Надземная часть используется как потогонное, противовоспалительное и антисептическое средство при коклюше, болезнях горла, простудных заболеваниях, катаральных состояниях и лихорадке.

Растение ядовито, применять с осторожностью! Противопоказано при желудочно-кишечных заболеваниях и воспалении почек.

Как использовать

Импотенция, мочегонное. 2 ч. л. травы залить 250 мл кипятка, варить на слабом огне 15 мин, настоять 30 мин, процедить. Пить по 2 ст. л. 3 раза в день.

Вечерница Матроны, или Ночная фиалка (*Hesperis Matronalis* L.)

Семейство капустные (крестоцветные).

Родовое научное название происходит от греческого «hesperis» – «вечерний», и указывает на тот факт, что цветки сильно пахнут вечером. Название старинное, его использовал еще Теофраст, древнегреческий врач.

Распространение и места обитания

Растет в лесах, среди кустарников. Встречается в европейской части России, кроме северных районов, на Кавказе, в Западной Сибири.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение, выращиваемое как двулетнее. Стебли прямостоячие до 80 см высотой, ветвистые лишь наверху. Листья овально-ланцетные, острые, слабовзбучатые, голые или белоопушенные. Цветки фиолетовые, сиреневые, белые, простые или махровые, около 2 см в диаметре, собраны в цилиндрические кисти, с сильным и приятным ароматом, особенно во влажную погоду, в вечерние и ночные часы. Цветет с мая по август на второй год после посева.

Имеются снежно-белая разновидность – *var. nana candidissima*, форма с махровыми пурпуровыми цветками – *f. purpurea plena*.

Действующие вещества

Надземная часть содержит эфирное масло до 0,29%; флавоноиды (глюкозиды кемпферола и кверцетина). В цветках найдены флавоноиды (кемпферол, кверцетин, их глюкозиды). Семена содержат стероиды (β -ситостерин, кампестерин, брассикастерин, холестерин); карденолиды (эризимин, корхорозид А); алкалоиды; азотосодержащие соединения (геспералин); жирное масло 29–32%.

Применение в медицине

Надземная часть и семена в Болгарии применяются при подагре, ревматизме. Трава используется как потогонное и мочегонное средство, при катарах верхних дыхательных путей. Измельченные листья в Бельгии прикладывают на опухоли.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Другие свойства

Надземная часть и семена используют в народной ветеринарии. Эфирное масло лепестков популярны в парфюмерии. Жирное масло семян может использоваться в мыловарении.

Как использовать

Подагра, ревматизм. 1 ч. л. надземной части залить 300 мл кипятка, настоять 2 часа, процедить. Пить по 100 мл 3–4 раза в день.

Как выращивать

Может размещаться в полутени, но предпочитает солнечное местоположение. Хорошо растет и плодоносит на рыхлых, умеренно влажных, плодородных, слабощелочных почвах. Кислые почвы необходимо известковать.

Для продления периода цветения необходимо сразу удалять стебли с отцветшими соцветиями. Так как вечерница принадлежит к семейству капустных, все многочисленные вредители и болезни огородных культур этого семейства могут поражать и её: крестоцветные блошки, черная ножка и тому подобные. Однако это губительно только для всходов, взрослые растения более устойчивы.

Размножается семенами, махровые формы делением куста осенью или весной. Посев проводят в мае – июне прямо в открытый грунт или холодные парники на глубину 0,5 см. На постоянное место высаживают в августе – сентябре, сохраняя между растениями расстояние 25–30 см.

Водосбор, или Аквилегия (Aquilegia)

Семейство лютиковые.

Научное родовое название по одной версии происходит от «аqua» – «вода», и «lego» – «собирать». Изогнутые шпорцы в цветках напоминают сосуды, в которых может скапливаться вода. Такое объяснение не вполне точно: шпорцы-сосуды чаще всего повернуты отверстием вниз, и никакой воды в них, разумеется, не скапливается. Другая версия происхождения названия – от «aquila» – «орел», по изогнутым шпорцам цветка водосбора обыкновенного, напоминающим когти орла; третья – от древнегерманского названия растения «akelei».

В Англии и на американском континенте это растение известно под именем «колумбина», что означает «голубушка», «голубка». Перевернутый цветок на самом деле похож на голубицу. Неудивительно, что на религиозных полотнах, фресках и гобеленах средневековья это растение присутствовало неизменно, являясь символом Святого Духа. На безмятежных библейских пастбищах, усыпанных цветками колумбины, хищники мирно пасутся бок о бок со своими жертвами.

Как выращивать

Водосборы лучше чувствуют себя в полутени, однако их можно высаживать и на хорошо освещенные места. Здесь растения несколько мельчают и слабеют, а период цветения укорачивается.

Хотя к условиям выращивания аквилегия не требовательна, хотя лучше развивается на умеренно влажных, легких и рыхлых, богатых гумусом и питательными веществами почвах.

Уход довольно прост и заключается в рыхлении и прополке. После отцветания цветочные стебли желательно срезать до высоты прикорневых листьев. Этим можно избежать снижения декоративности куста и не допустить осыпания семян и появления гибридного самосева, который засоряет чистосортные посадки. Под кусты рекомендуется ежегодно подсыпать плодородную землю. Более 5–6 лет на одном месте эту культуру выращивать нецелесообразно, лучше сажать новые молодые растения.

Размножается семенами и делением куста. Семена высевают непосредственно после сбора осенью или весной в открытый грунт или ящики. При осеннем посеве всходы появляются более дружными. Для весеннего посева семена рекомендуется смешивать с землей и промораживать в снегу или держать в холодильнике. Всходы появляются через 20–30 дней. Оптимальная температура для прорастания +16–20 °С. Сеянцы пикируют на грядки, когда появятся первые один-два настоящих листочка.

Молодые растения зацветают на второй год, полного развития достигают на третий год. Все виды легко образуют гибридные формы при перекрестном опылении. Низкорослые формы сажают на расстоянии 25 см друг от друга, более высокие – до 40 см.

Часто водосборы в местах постоянной посадки дают обильный самосев, который можно аккуратно выкопать и пересадить в другое место или оставить меж материнских растений. Экземпляры, с которых хотят собрать семена, рекомендуется сажать подальше от других, чтобы по возможности избежать перекрестного опыления, но лучше применять марлевые изоляторы и опылять цветки искусственно мягкой акварельной кисточкой, тщательно промывая ее и обсушивая ее после каждого опыления.

Делением куста растение размножают только в крайнем случае, так как аквилегии имеют хрупкие, глубоко проникающие корни и плохо переносят пересадку. Делают это ранней весной или в конце августа – начале сентября с тем, чтобы деленки до наступле-

ния устойчивого похолодания успели хорошо укорениться. Растения выкапывают, обрезают секатором все листья, за исключением двух – трех самых молодых, оставляя черешки длиной 5–7 см, и осторожно, не повреждая мелких корней, отмывают от земли всю корневую систему. Затем стержневой корень разрезают острым ножом вдоль на две (или более) части так, чтобы на каждой было по одной, две или три почки возобновления и достаточное количество мелких корешков. Деление проводят на 3–5 год от начала выращивания. Черенкуют весной, используя побеги с еще не полностью распустившимися листьями. Их осторожно выламывают с нижней части стебля материнского растения и укореняют в промытом речном песке в парничке или на грядке, укрытой пленкой. Перед посадкой черенки обрабатывают каким-нибудь стимулятором корнеобразования. Иногда можно использовать розетки, появляющиеся из почек возобновления в конце лета.

Водосбор обыкновенный (*Aquilegia Vulgaris* L.)

В народе называют орлик, голубки-цвет, голубок синий, голубинка и так далее.

Распространение и места обитания

Растет как одичалое по паркам, по лесам, лугам, прилегающих к жилью людей. Встречается в европейской части России.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 80 см с раскидистой формой куста 40–50 см в поперечнике. Листья дважды тройчато-рассеченные, сизоватые. Цветки 4–5 см в диаметре, синие, с коротким шпорцем, одиночные. Цветет в июне – июле. Имеет декоративные разновидности с белыми, розовыми или фиолетовыми цветками. Дикий вид, образующий грязновато-фиолетовые цветки с относительно короткими загнутыми шпорцами, заметно уступает по декоративности своим гибридам.

В культуре вид обычно представлен садовыми формами, различающиеся окраской цветка (темно-красные, почти черные, розово-фиолетовые, сине-фиолетовые с белыми полосами, персиково-розовые, буроватые с белым центром, беловато-зеленые, пурпурно-голубые и другие) и листьев (зеленые, желтоватые, с белым краем и другие), степенью махровости и формой цветка (махровые, полумахровые, бесшпорцевые, звездчатые), а также высотой растения (от 35 до 110 см).

Действующие вещества

Содержит алкалоиды до 0,054 %, цианогенные соединения. В листьях обнаружен витамин С. В цветках и семенах содержатся алкалоиды. В семенах также найдено жирное масло до 9,9 %.

Применение в медицине

В гомеопатии надземная часть считается полезной при головной боли и истерии. Оказывает противовоспалительное действие. В народной медицине ряда стран водосбором обыкновенным лечат заболевания желчных путей, мочевого пузыря, кожи, цингу, альгоме-

норею, импотенцию, растение ценят как успокаивающее, противовоспалительное и мочегонное средство. Листья и семена используют при опухолях.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Другие свойства

Инсектицид.

Как использовать

Заболевания мочевого пузыря, импотенция. 1 ст. л. травы водосбора обыкновенного залить 0,4 л кипятка, нагревать на водяной бане 15 мин, настоять до естественного охлаждения, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 2–3 раза в день.

Импотенция. Принимать порошок измельченной травы водосбора обыкновенного по 0,5–1 г 3 раза в день. Курс лечения 14 дней.

Водосбор железистый (*Aquilegia Glandulosa* Fisch.)

Распространение и места обитания

Встречается в горных районах Западной и Восточной Сибири. Растет на альпийских и субальпийских лугах, по берегам горных рек и ручьев, по склонам и каменистым россыпям.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 70 см. Название дано по железистому опушению растения. Листья с верхней стороны матово-зеленые, с нижней – сероватые. Цветки интенсивно синие, иногда беловатые по краю, по одному или по два – три на верхушке стебля, крупные, широко раскрытые, до 7 см в диаметре, с короткими шпорцами. У нижнего предела своего естественного распространения (около 2000 м над уровнем моря) зацветает в начале июля, а выше у снегов – в конце июля – начале августа. В условиях средней полосы водосбор железистый развивается хорошо и цветет в середине мая – июне.

В начале июля созревают семена. Они легко осыпаются, образуя обильный самосев. Собранные семена сохраняют всхожесть в течение 2–3 лет. Во второй половине августа, когда погода становится более прохладной, растения оживают, наступает вторичное цветение (правда, более слабое).

Относится к наиболее декоративным среди дикорастущих видов рода. Очень эффектна, но недолговечна. На сухих местах и солнцепеке водосбор железистый страдает от жары. Цветки мельчают, продолжительность цветения сокращается. Поэтому ему как альпийцу следует отводить влажные, не слишком солнечные места, размещая у кустарников или используя в смешанных групповых посадках. В культуре предпочитает песчаные и суглинистые, хорошо дренированные почвы. Продолжительность жизни этой аквилегии составляет 3–4 года. Особенно обильно цветет на 3-й год, а на 4-й кустики уже заметно изреживаются.

Действующие вещества

В корнях обнаружены алкалоиды и кумарины. Листья содержат алкалоиды и витамин С. Алкалоиды также найдены в стеблях, а витамин С в цветках. В семенах обнаружено жирное масло.

Применение в медицине

В тибетской медицине используется при сердечно-сосудистых заболеваниях. Надземную часть применяют при бессоннице, головной боли, ревматизме, нервных припадках, параличах.

Другие свойства

Медонос.

Как использовать

Бессонница, головная боль. 1 ч. л. травы водосбора железистого залить 1 стаканом кипятка, нагревать на слабом огне 15 мин, настоять 2 часа, процедить. Принимать по 1 ст. л. 3–4 раза в день.

Волжанка, или Арункус (Aruncus)

Семейство розоцветные.

Родовое научное название дано за внешний вид соцветий. До-линнеевские ботаники называли ее «barba caprae» – «козлиная борода», Карл Линней переименовал растение в «aruncus», от греческого «arunkos» с тем же значением.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.