

Галина Лазарева

Лесная аптека



Галина Юрьевна Лазарева

Лесная аптека

Издательский текст
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=6184278
Лесная аптека: Научная книга; М.; 2013

Аннотация

«Лес был первой аптекой, в которую наши древние предки обращались за лекарствами. Лекарственные вещества наполняют бесконечное множество живых растительных клеток, из которых состоят стебли, листья, корни, цветки трав, деревьев и кустарников. Эти клетки не просто хранилища лекарств – они их фабрики. Многие вещества, вырабатываемые растительными клетками, обладают целебными свойствами. Принятые внутрь или используемые наружно, они помогают больному организму справиться с недугом. Разнообразен выбор лекарств в природной аптеке...»

Содержание

Раздел 1	4
Удивительный мир леса. Лес и человек	4
Содержание биологически активных веществ в лекарственных растениях	7
Раздел 2	12
Раздел 3	17
Способы приготовления лекарственных препаратов в домашних условиях	18
Настойки нетрадиционной медицины из лесных растений	21
Нетрадиционные настойки народной медицины из лесных растений при различных заболеваниях	26
Сборы и чай	30
Растительные масла леса, которые лечат	31
Целебные растения леса и их применение	32
Лесные растения, содержащие гликозиды и другие вещества, воздействующие на сердечно-сосудистую систему	33
Лесные лекарственные растения, содержащие адаптогены и вещества, стимулирующие нервную систему	41
Лесные растения, содержащие вещества, оказывающие успокаивающее действие	46
Лесные лекарственные растения, обладающие противовоспалительным и общеукрепляющим действием	51
Лесные лекарственные растения, содержащие вещества, оказывающие отхаркивающее действие и применяющиеся при болезнях органов дыхания	57
Лесные лекарственные растения, содержащие вещества, регулирующие работу пищеварительного тракта	61
Лекарственные растения леса, обладающие закрепляющим и вяжущим действием	65
Лесные лекарственные растения, обладающие слабительными свойствами	71
Конец ознакомительного фрагмента.	74

Галина Юрьевна Лазарева

Лесная аптека

Раздел 1

Общие сведения о лекарственных растениях

Удивительный мир леса. Лес и человек

«Как легко дышится!» – первые слова человека, вошедшего в лес. И недаром. В солнечные дни гектар леса поглощает из воздуха 220–280 кг углекислого газа и выделяет 180–220 кг кислорода, причем большинство лиственных деревьев сохраняет способность поглощать углекислоту, и с наступлением темноты зеленые насаждения очищают воздух от дыма, пыли, увеличивают влажность. В лесу значительно снижается сила ветра и воздействие прямых солнечных лучей. Нет шума, так утомляющего нас в городе. А зеленые тона всех оттенков ласкают глаз. И еще одно благоприятное свойство: растения выделяют фитонциды, которые обладают бактерицидной способностью. Ею обладают сосна, бузина, черемуха, можжевельник. Недаром еще в Средние века на Руси предписывали при эпидемиях жечь костры из можжевельника.

Все, чем живет лес, дает нам полный покой и душевное равновесие, и объединяется сухой формулой «комплексное оздоровительное воздействие». Классики отечественной терапии Е. А. Захарьин и А. А. Остроумов придавали большое значение «лечению природой». Лес – ее важнейшая, неотъемлемая часть.

В лесу значительно улучшается самочувствие:

- частота пульса снижается почти на 20 ударов в минуту;
- глубже и реже становятся дыхательные движения;
- снижается температура тела на 3–4 градуса;
- поднимается настроение;
- в лесу хорошо думается;
- побеждается гиподинамия при прогулках по лесу.

Лес дарит здоровье физическое, духовное.

Целебные свойства растений леса обусловлены действующими или фармакологическими веществами – алкалоидами, гликозидами, сапонинами, ферментами, витаминами, гормонами, фитонцидами.

Именно они наиболее ценны, хотя и содержатся в растениях в минимальных количествах. Принятые внутрь или наружно, эти вещества помогают организму справиться с недугом.

Сведения об использовании человеком целебных растений леса были обнаружены в самых древних письменных памятниках человеческой культуры. Лесные растения использовались в лечебных целях задолго до появления письменности. Первоначальные познания в области лечения лесными лекарственными растениями носили эмпирический характер и передавались из поколения в поколение. В древнейших памятниках письменности встречается немало сведений об использовании растений в лечебных целях. Лечение целебными травами сопровождало человечество с колыбели и до наших дней, человек испробовал множество разнообразных методов и средств лечения. По мере совершенствования медицинских знаний во врачебной практике появлялись все новые лечебные средства, но только

некоторые из них после продолжительной многовековой проверки заслужили всеобщее признание и сохранились в арсенале лечебных средств до нашего времени.

Лес был первой аптекой, в которую наши древние предки обращались за лекарствами. Лекарственные вещества наполняют бесконечное множество живых растительных клеток, из которых состоят стебли, листья, корни, цветки трав, деревьев и кустарников.

Эти клетки не просто хранилища лекарств – они их фабрики. Многие вещества, вырабатываемые растительными клетками, обладают целебными свойствами. Принятые внутрь или используемые наружно, они помогают больному организму справиться с недугом. Разнообразен выбор лекарств в природной аптеке, но здесь нет этикеток. Многие ядовитые растения выглядят привлекательно, поэтому при лечении растениями следует учитывать рекомендации врача.

Первые люди шли эмпирическим путем, путем проб и ошибок. Миллионы лет накапливались эти знания. Долгое время растения оставались почти единственным лекарством.

В наше время бурно развивающаяся химия ввела в медицину синтетические лекарственные вещества, изготовленные на фармацевтических заводах. Однако не следует забывать – далеко не все загадки природы разгаданы: она хранит от нас свои тайны и нам есть чему у нее поучиться. Лечебные свойства растений поистине уникальны и используются научной медициной. Информация об этих растениях нужна не только врачам, но и фармацевтам, ботаникам, ресурсоведам, экологам.

В связи с загрязнением окружающей среды очень остро встал вопрос об охране не только природы в целом, но и отдельных видов растений, в первую очередь лекарственных, которые заготавливаются сверх разумных пределов некоторые из них оказались, на грани исчезновения.

Очень много информации о лекарственных растениях собрали древние греки. У них сложилась самобытная медицина, а кроме того, они пользовались некоторыми лекарственными средствами, заимствованными у других народов.

Свое знакомство с лекарственными растениями греки связывали с Кавказом, с легендарной Колхидой, где якобы под покровительством богини Артемиды находился волшебный сад ядовитых и лекарственных растений, и оттуда они были вывезены в Грецию. Греки связывали действие лекарств с разными магическими представлениями. Недаром корень слова «фармакон», обозначавшего в древнегреческом языке «лекарство», «яд», «колдовство», сохранился в словах «фармация», «фармацевт», «фармакология». В религиозных представлениях древних греков фигурировал бог, ведавший лекарственными травами, – Аскиний, латинизированное имя которого Эскулап. По преданию у Эскулапа была дочь по имени Панацея. В обиходе до сих пор бытует нарицательное имя эскулап, а слово «панацея» больше нам знакомо как «средство от любых болезней».

Крупный мыслитель своего времени, врач Древней Греции Гиппократ (469–576 гг. до н. э.) дал научное обоснование применению лекарственных растений, описав 236 видов, которые применялись в медицине. В трудах римского врача Дискорида о лекарственных средствах описано 600 видов растений, в том числе и даров лесных.

Врач Гален (II в. н. э.) создал учение о методах и средствах лечения болезней придерживаясь мнения, что в лекарственных растениях есть два начала – одно из них полезное, другое бесполезное или даже вредное для организма. Гален предложил отделять полезное от бесполезного жидкостью – водой или вином. В традиционной медицине все препараты, полученные путем экстракции лекарственных веществ, носят название галеновых и широко применяются в повседневной практике, особенно в домашних условиях. Все настои, вытяжки, отвары, – галеновые препараты.

Славянские народы издавна пользовались лекарственными растениями. Этим занимались ведущие волхвы и знахари. Использование лекарственных трав в России приняло

широкий размах в середине VII в., когда был создан специальный аптекарский приказ, ведавший снабжением лекарственными травами не только царского двора, но и армии, были созданы «аптекарские огороды», открыта аптекарская школа, где готовили аптекарей. По приказу Петра I «аптекарские огороды» устраивали во всех крупных городах.

В XIX в. использование растений в медицине несколько сократилось в связи с успехами в химии. В страну в этот период начали ввозить лекарственные растения из-за границы, несмотря на богатство растительного мира.

В дальнейшем заготовка лекарственных растений производится как в лесу, так и в специализированных хозяйствах.

Современной отечественной медициной используется около 250 видов лекарственных растений, из них в культуре возделываются около 50.

Общий объем ежегодно заготавливаемых лекарственных растений весьма внушителен. А если учесть, что высушенные растения весят ничтожно мало, а дикорастущие виды растут рассеянно и не образуют плотных скоплений, становится ясно, какого огромного труда стоит заготовка лекарственных растений.

Активные вещества образуются и накапливаются в растениях в определенные периоды их развития, поэтому заготовка проводится в строго определенное время. Распределяются эти вещества в лесных растениях различно: у одних они сосредоточены в листьях, у других – в корнях и корневищах, у третьих – в цветах, у четвертых – в плодах. Надземные части растений накапливают максимальное количество действующих веществ, чаще всего в период цветения – в это время их следует собирать. В плодах – наибольшее количество целебных веществ содержится во время полного созревания. Кора пригодна к употреблению во время весеннего сокодвижения, корни и корневища – поздней осенью, после увядания надземной части растения, почки – ранней весной, когда они набухли, но еще не тронулись в рост, обычно в марте-апреле, почки сосны и березы можно собирать еще раньше, в феврале.

Все надземные части растений надо собирать в хорошую погоду, поскольку, увлажненные росой или дождем, они портятся при сушке.

Корни и корневища растений можно выкапывать в любую погоду, так как перед сушкой их необходимо моют.

Содержание биологически активных веществ в лекарственных растениях

Тем, кто использует растения в лечебных целях, часто бывает непонятно их действие при многих болезнях, не схожих по происхождению и течению. Однако в этом нет ничего противоречивого, так как в одном и том же растении содержатся различные классы химических соединений – флавоноиды, дубильные вещества, витамины, органические, фенилкарбоновые и другие кислоты. Каждому классу химических веществ присущи лечебные эффекты, они могут суммироваться и обеспечивать появление новых видов активности. Лесные растения содержат биологически активные вещества: алкалоиды, гликозиды, флавоноиды, дубильные вещества, эфирные масла, витамины, жирные масла, микроэлементы.

Алкалоиды – азотсодержащие органические вещества природного происхождения. При взаимодействии с кислотами образуют хорошо растворимые соли. В растениях алкалоиды чаще находятся в виде солей органических и неорганических кислот.

Ядовитость многих растений обусловлена именно их наличием.

Яд в малых дозах обеспечивает лечебный эффект. Наиболее распространенными алкалоидами являются кофеин, атропин, эхиложин, стрихнин, кокаин, берберин, папаверин и др.

Алкалоиды преимущественно встречаются в цветковых растениях. Оказывают успокаивающее и стимулирующее влияние на мозговую деятельность, повышают или понижают артериальное давление, влияют на дыхание и сердечно-сосудистую систему.

Гликозиды – сложные безазотистые соединения, состоящие из сахаристой и несакхаристой частей. Сахаристая часть гликозида называется гликоном, несакхаристая агликоном. Биологическая активность веществ зависит от характера агликона. Среди гликозидов выделяют сердечные гликозиды, антрагликозиды, сапонины и другие вещества. Гликозиды оказывают влияние на сердце, желудочно-кишечный тракт, мочевыводящую систему.

Гликозиды очень горькие вещества, но в отличие от горьких сердечных гликозидов и алкалоидов не ядовиты. Их применяют в качестве горечи, так как они возбуждают аппетит, усиливают перистальтику желудка, выделение желудочного сока; из растений, содержащих горечь, приготавливают аппетитные капли и чай. Сильнее других гликозидов – горечей действуют лесные растения, в которых горечи совмещаются с эфирными маслами.

Фенольные гликозиды обладают антимикробной и диуретической активностью. Некоторые виды гликозидов применяют как отхаркивающие, мочегонные.

Сердечные гликозиды проявляются в изменении основных функций сердца, они воздействуют на ритм сердца, приток крови к желудочкам, на усиление сердечных сокращений. Сердечные гликозиды ядовиты, и их используют очень осторожно. Антрогликозиды концентрируются в различных частях растений.

Под воздействием щелочей или аммиака они принимают кроваво-красную окраску.

Они не ядовиты, стойки при хранении. Антрогликозиды оказывают на организм слабительное действие, раздражая рецепторы слизистой оболочки толстого кишечника, в результате чего усиливается перистальтика и происходит опорожнение кишечника.

Сапонины относятся к гликозидам сложного строения, они образуют растворы, дающие обильную, долго не исчезающую пену. Они обладают сильным фармакологическим и токсическим действием. Их используют как отхаркивающие средства при заболеваниях дыхательных путей, а также как желчегонные средства. При приеме внутрь сапонины безвредны, но при внутривенном введении могут вызвать смерть человека. Обычно в растениях находится несколько сапонинов. Сапонины присутствуют во всех органах растений, но больше всего их отмечено в корнях, корневищах, клубнях и плодах.

Кумарины обладают разнообразным действием на организм человека. Кумарины широко распространены в растительном мире и локализуются чаще всего в корнях, плодах, коре стебля в свободном состоянии в виде гликозидов. Они плохо растворяются в воде, поэтому для извлечения из растений применяют различные растворители.

Флавоноиды – фенольные соединения. Флавоноиды свое название получили от латинского слова «флавус» – «желтый», так как первые выделения из растений имеют желтую окраску. В цветках, листьях, плодах они встречаются чаще, чем в корневищах и корнях, в которых находятся в форме алгиконов. Содержание их увеличивается во время цветения растений и уменьшается в период плодоношения. Заготовка флавоноидосодержащих растений проводится в период их максимального содержания. Флавоноиды широко используются в лечебной практике. Повышают прочность стенок сосудов, ускоряют заживление ран, оказывают желчегонное и противовоспалительное действие.

Они применяются при гипертонической болезни, заболеваниях нервной системы, бессоннице, при гастритах, язвенной болезни желудка.

В человеческом организме они не синтезируются, попадают в организм с пищей. В растительных тканях они участвуют в контроле за ростом и развитием растений.

Дубильные вещества, или амины, – сложные вещества, производные многочисленных фенолов. Они обладают способностью коагулировать тканевые растворы и давать нерастворимые осадки с алкалоидами. Дубильные вещества хорошо растворяются в воде и спирте. Они широко распространены почти во всех растениях. Дубильными веществами являются также катехины, в основе строения которых лежат производные флавонов и антоцианов.

Дубильные вещества используют как вяжущие, противовоспалительные средства при желудочно-кишечных заболеваниях, для полоскания полости рта, при лечении кожных заболеваний, а также при небольших капиллярных кровотечениях. Помогают анины при отравлениях, так как образуют осадки с белками, алкалоидами, гликозидами, тяжелыми металлами.

Дубильные вещества хорошо растворяются в холодной и горячей воде, спирте и легко извлекаются из растений. Под влиянием кислорода воздуха дубильные вещества окисляются и темнеют.

Танины наиболее часто встречаются в корневищах, в надземных частях.

Эфирные масла – смесь летучих и безазотистых веществ, обладающих сильным характерным запахом. Наиболее характерно противовоспалительное, противовирусное, антимикробное и противоглистное действие. Снижают артериальное давление, оказывают болеутоляющее действие. Эфирные масла нестойки, обладают болеутоляющим, противокашлевым, желчегонным и мочегонным действием. Применяются как отхаркивающие, успокаивающие кашель. Стимулируют дыхание, улучшают деятельность пищеварительной системы.

Некоторые из них снижают функциональную активность нервной системы и применяются для лечения неврозов; эфирные масла равномерно распределяются по всем клеткам растения. Эфирные масла являются также косметическим средством. Содержатся главным образом в цветках, плодах и листьях.

Смолы близки по своему строению к эфирным маслам. Смолы являются сложными смесями различных органических соединений и обладают специфическим запахом. Обычно смолы полужидкие, липкие, не растворяются в воде. Обычно они выделяются в сочетании с другими веществами. Обладают выраженным противомикробным и противогнилостным эффектом. Оказывают ранозаживляющее действие.

Витамины – органические соединения, необходимы для нормального функционирования всех процессов в организме. В настоящее время известно около 30 витаминов. Большинство из них поступает в организм с растительной пищей. В растениях они находятся в оптимальных соотношениях, что не исключает возможности передозировки, что бывает

при бесконтрольном приеме синтетических витаминов. Недостаток витаминов приводит к нарушению обмена веществ, снижению работоспособности и сопротивляемости инфекционным заболеваниям.

Для полноценного обеспечения организма витаминами необходимо включать в рацион больше естественных растительных продуктов, причем некоторые из них нужно есть в сыром виде. Кулинарная обработка, консервирование продуктов приводят к значительным потерям биологически активных веществ и вызывают изменение их природных свойств. Преимущество сырых продуктов и в том, что в них сохраняются витамины, микроэлементы и другие полезные вещества. Сырые овощи и фрукты обладают значительным спектром целебных свойств. Так, виноград и морковь полезны при истощении и болезнях печени, сырая свекла и яблоки – при повышенном давлении, курага и изюм – при анемии и сердечной недостаточности.

Полезно исправить в сыром виде и некоторые лекарственные растения – особенно это рекомендуется для так называемого весеннего лечения. Известно, что к концу зимы и в начале весны в овощах и фруктах резко снижается содержание витаминов (особенно витамина С), эфирных масел, органических кислот и других необходимых организму веществ, ухудшается их вкус. Поэтому в этот период рекомендуется употреблять свежую дикорастущую зелень: молодую крапиву, первоцвет, одуванчик, мать-и-мачеху, подорожник, зверобой, кислицу, листья толокнянки – они богаты всеми необходимыми веществами и способствуют улучшению процессов обмена, пищеварения, кроветворения, повышают запас жизненных сил.

Свежие листья, цветки, корневища и луковицы некоторых растений применяются в качестве гарнира ко вторым блюдам, а также для приготовления салатов, вторых блюд и напитков, а также для ароматизации при консервировании и солений.

Соки из различных растений, особенно фруктовые и ягодные, высоко ценятся как лечебное и профилактическое средство. Их эффективность в несколько раз выше, чем у отваров и настоев из тех же растений.

Травы для соков собирают в период цветения. Срок хранения сока не более 2–3 дней. Принимают обычно 100–150 мл сока в день.

Витамин А (ретинол) образуется в организме при поступлении каротина, который содержится во многих растениях красного, желтого и оранжевого цвета (морковь, тыква, сладкий перец). Витамин А обеспечивает нормальную жизнедеятельность клеток кожных покровов, эпителия верхних дыхательных путей, пищеварительного тракта, мочевыводящих путей, конъюнктивы и роговицы глаза, пигментов сетчатки глаза, а также способствует росту и влияет на иммунные реакции организма и нервную деятельность.

Витамины группы В (В₁, В₂, В₆, В₁₂) в больших количествах содержатся в отрубях, проростках пшеницы и ржи, печени и почках животных. При недостатке витаминов этой группы происходят нарушения в работе нервной системы, падает зрение, повышается утомляемость, возникают кожные заболевания (дерматиты), анемия. Витамины группы В регулируют обменные процессы организма. В этой группе более 10 витаминов.

Витамин В₁ (тиамин) регулирует углеводный обмен, а также обмен аминокислот и принимает участие в регуляции и обеспечении нормальной деятельности нервной системы.

Витамин В₂ (рибофлавин) входит в состав многих ферментов, обеспечивающих течение обменных процессов углеводного обмена, утилизацию аминокислот, и принимает участие в окислительно-восстановительных процессах и реакциях.

Витамин В₆ участвует в процессах обмена белков и жиров. Он играет важную роль в обеспечении транспортировки кровью меди, серы, железа. Витамин В₉ (фолацин) имеет особое значение в образовании эритроцитов и лейкоцитов. Он активен при анемиях различного

происхождения. Влияет на функциональное состояние печени и оказывает положительное действие при ее заболеваниях.

Витамин РР (никотиновая кислота) входит в состав ферментов, участвующих в клеточном дыхании, обмене белков, окислительно-восстановительных реакциях. Он стимулирует кроветворение, ускоряет заживление ран, усиливает секрецию слизистой желудка, перистальтику кишечника, улучшает процессы всасывания в кишечнике, регулирует высшую нервную деятельность человека.

Содержится в печени, почках, проростках злаковых и бобовых. Недостаток витамина вызывает расстройства нервной системы, кожные заболевания.

Витамин С (аскорбиновая кислота) принимает участие во многих ферментативных реакциях в организме, оказывает влияние на функцию желез внутренней секреции, процессы кроветворения. Содержится в черной смородине, шиповнике, лимонах, цветной и белокочанной капусте, картофеле, рябине, клюкве, сосновой хвое. При недостатке витамина С снижается сопротивляемость организма инфекционным заболеваниям, появляются утомляемость, сонливость, медленнее идут восстановительные процессы.

Витамин Д содержится в жирах растительного и животного происхождения. Его недостаток в организме приводит к развитию рахита у детей, хрупкости костей у взрослых, рыхлости и кровоточивости десен, судорогам.

Витамин Е обеспечивает созревание половых клеток, активизирует сперматогенез, способствует сохранению беременности, а также расширению сосудов. Содержится в растительных маслах (соевом, подсолнечном, хлопковом), проростках злаковых и бобовых. При недостатке его развиваются кожные заболевания, нарушения нервной системы, понижается функция половых желез, нарушается нормальное течение беременности.

Витамин К (димохинон) играет большую роль в процессах свертывания крови, понижает проницаемость капилляров и способствует прекращению кровотечения.

В большом количестве находится в крапиве, тысячелистнике, томатах, цветной и белокочанной капусте. Недостаток витамина приводит к нарушению свертываемости крови, возникают множественные кровотечения.

Витамин Н (биотин) входит в состав ферментов, регулирующих обмен аминокислот и жирных кислот, способствует распаду промежуточных продуктов обмена углеводов.

Жирные масла – сложные эфиры глицерина и высокомолекулярных жирных кислот. В медицинской практике их используют как основу для приготовления различных мазей и получения масляных экстрактов из растительного сырья. Некоторые из них обладают слабительным действием, некоторые масла используют в качестве эпителизирующего, ранозаживляющего и болеутоляющего средства при трофических язвах, аллергических заболеваниях кожи и ожогах, а также для повышения устойчивости тканей к облегчению и ликвидации последствий лучевой болезни.

Микроэлементы – вещества, которые совместно с витаминами участвуют в жизненно важных процессах, происходящих в организме. Их дисбаланс может привести к развитию тяжелых заболеваний.

Марганец входит в состав ферментативных систем и принимает участие в окислительно-восстановительных процессах, активно влияет на обмен белков.

Йод участвует в образовании гормона щитовидной железы. Недостаток йода встречается часто и проявляется нарушениями функций щитовидной железы.

Ионы серебра обладают антисептическими действиями в организме человека, повышают тонус организма, активизирует тканевые процессы.

Хром принимает участие в регуляции кроветворения и процессах кроветворения.

Никель и мышьяк принимают участие в процессе кроветворения и проведения нервных импульсов.

Органические кислоты. Их образование связано с обменом углеводов в растениях. Они встречаются как в свободном виде, так и в виде соединений. Они могут образовывать соли с очень важной группой веществ – алкалоидами. В растениях имеются жирные и ароматические кислоты. Некоторые из них обладают лекарственными свойствами.

Из ароматических карбоновых кислот, а также оксикарбоновых кислот, имеющих большое значение в действии на человеческий организм, выделяются бензойная и салициловая кислоты. Галловая кислота входит в состав дубильных веществ и обладает противовоспалительным действием.

Раздел 2

Сбор, сушка, хранение лекарственных растений

Общий объем ежегодных заготовок лекарственных растений леса весьма внушителен. Для того чтобы заниматься этим непростым делом, нужно научиться узнавать лекарственные растения. Однако найти лекарственные растения, узнать их – еще полдела. Чтобы воспользоваться ими как лекарством, надо знать, как и когда их собрать, как высушить, чтобы они не потеряли своих целебных свойств, как хранить готовое сырье, прежде чем из него будет изготовлено лекарство, сколько времени можно его хранить без ущерба для качества и, самое главное, надо знать, что сделать, чтобы это растение не исчезло навсегда в том месте, где вы его собрали.

Собирать растения необходимо вдали от человеческого жилья, промышленных зон. Древние советовали обходить места свалок, кладбищ, леса, сожженные огнем и опустошенные насекомыми территории. Следует иметь в виду, что, кроме обычного загрязнения земли, существует информационное загрязнение, которое влияет на внутреннюю структуру растений, из-за чего изменяются их лекарственные свойства. Собирать растения необходимо вдали от автомобильных и железных дорог, различных сельскохозяйственных и промышленных предприятий.

Следует собирать растения аккуратно, чтобы на них не попала грязь. Лучше всего собирать растения во время суток летнего солнцестояния. На Ивана Купалу лекарственные травы обладают наибольшей целительной силой. Растения являются чуткими энергетическими резонаторами.

Кроме этого, рекомендуется при сборе растительного сырья учитывать лунные фазы. В первой фазе Луны, в период новолуния, лучше собирать корнеплоды, в этот период большое количество микроэлементов концентрируется в корнях. В период полнолуния лучше собирать надземную часть.

Лучше собирать растения, которые используются в качестве успокоительного, в период, когда видна равно половина Луны.

Собирать цветки лучше в 7–9 ч утра до 11 ч, листья, кору, корни – в 10–18 ч. Во время дождя не рекомендуется собирать лесные растения.

В период выпадения утренней росы в растениях концентрируется большая целительная сила, так как увеличивается присутствие в растениях гравитационной и пространственной энергии.

Сбор лекарственных растений леса приурочивается к различным религиозным праздникам: Симона Зинота, покровителя растения; в Вербное воскресенье, последнее воскресенье перед Пасхой; перед Троицей, накануне праздника Успенье Богородицы (28 августа), на Спас (19 августа).

Человек должен беречь лес во время сбора. Для заготовки почек используются работы на концентрированных лесосеках, во время санитарных рубок и рубок ухода, а также в посадках, исключительно с нижних побегов.

Заготавливая кору, снимают или срубают молодые растения или побеги, а затем полностью снимают гладкую кору. Старая растрескавшаяся кора содержит много пробки и мало действующих веществ. Частичная заготовка коры не рекомендуется, так как повреждает растения, способствует развитию антисанитарного состояния, связанного с распространением фитозаболеваний лесных растений.

При заготовке листьев следует срывать только нижние, чтобы не повредить цветению и плодоношению растений. Толстые и сочные черешки замедляют сушку, содержат мало дей-

ствующих веществ, поэтому их удаляют. При сборе листьев некоторые растения скашивают, а когда листья подвянут, их обрывают.

Под термином «травы» в фармакологии подразумеваются олиственные и цветоножные стебли травянистых растений – либо вся наземная часть, либо верхушки стеблей. Травы собирают, срезая ножом, серпом или секатором всю надземную часть на уровне нижних листьев. Оголенные стебли не трогают.

Если растения образуют чистые заросли, их скашивают косой, а перед сушкой удаляют посторонние примеси. У растений с жесткими стеблями собирают отдельно листья и цветущие верхушки. Цветки собирают в начале цветения растений.

Несвоевременно собранные, они теряют окраску. При заготовке цветков их обрывают без цветоножек, а корзинки сложноцветных растений собирают, прочесывая при сборе, после чего обрывают цветоножки. Корзинки сложноцветных собирают в фазе горизонтально расположенных язычковых цветков, а те растения, которые имеют трубчатые цветки – в начале распускания красных веточек. При сборе цветков с деревьев и кустарников для пригибания ветвей пользуются палками с крючком, а для срезания – секатором или сучкорезом, цветки – самые нежные части растения, поэтому их нельзя укладывать в плотно закрытую тару. Лучше собирать их в корзины и после сбора тотчас высушить, разложив слоем в 1 см и не переворачивая, чтобы не перетерлись.

Можно ворошить только корзинки сложноцветных. При сборе цветков и при заготовке травы необходимо оставлять нетронутыми несколько верхушек цветущих растений на 1–2 см для семенного размножения.

Плоды и семена следует собирать вполне зрелыми, за редким исключением. У растений с растянутым цветением плоды созревают неоднократно. В этом случае верхушки срезают в тот момент, когда половина плодов созреет, затем растения связывают в пучки и подвешивают для дозревания всех плодов в сухом помещении. Созревая, плоды осыпаются, их легко можно собрать, а сухие семена обмолотить. Плоды зонтичных следует собирать рано утром при росе или в сырую погоду. Все сухие плоды после досушивания отсеивают от пыли и посторонних примесей. Сочные плоды надо собирать утром или вечером, когда спадет жара, иначе они быстро портятся, а складывать их лучше в небольшие корзинки и как можно быстрее доставлять к месту сушки.

При сборе плодов многолетних растений необходимо следить за состоянием плодоносящих побегов и корневой системы – ни в коем случае нельзя вырывать растения с корнем или ломать ветки. При сборе плодов однолетних растений обязателен посев части собранных растений.

Корни и корневища собирают главным образом осенью, когда начинает желтеть и увядать надземная часть. Можно их выкапывать и весной, до того как надземная часть тронется в рост, однако после перезимовки надземная часть растения не всегда сохраняется, и поэтому бывает трудно определить, где именно оно растет, когда же появляются побеги с листьями, заготавливать сырье не имеет смысла, так как оно непригодно к использованию.

Корни и корневища большинства растений нельзя выдергивать, поскольку самая большая и ценная часть корня обрывается и остается в земле. Растения уничтожают, а пользы от этого мало. Очень неудобно и утомительно выкапывать корни ножами, стамесками и прочим непригодным инвентарем. Разумнее копать обычной садовой лопатой – ею удобно работать. Выкапывая корень или корневище лекарственного растения, надо воткнуть лопату в землю на расстоянии 10–12 см от стебля под небольшим углом к поверхности почвы, затем надо ее покачать, чтобы несколько расширить разрез в почве, после чего рывком, одним движением вытащить на поверхность весь ком земли вместе с корнем и корневищем.

Сначала сырье отряхивают от земли, отрезают всю надземную часть, а затем промывают водой дочиста. Если заготовка большая, лучше промывать в больших плетеных корзинках.

Промытые корни размещают на рогоже, мешковине и слегка подсушивают. Корни и корневища лекарственных растений ни в коем случае нельзя мыть горячей водой, так как при этом вымываются и действующие вещества. Корни некоторых видов, растущих на песчаной почве, можно не мыть, остатки земли с них отряхиваются. При заготовке подземных частей растений полностью уничтожается все растение, поэтому посев его семян необходим. На участке необходимо оставлять 10–15 % растений для возобновления популяции. Периодичность сбора в одном месте:

- для однолетников – 2 года;
- для многолетников – 7–10 лет в зависимости от особенностей возобновления вида.

Сборщик лекарственного сырья обязан соблюдать установленные правила заготовки, рационально использовать и сохранять природные лекарственные ресурсы, обеспечивая их воспроизводство. Следует при хранении растений беречь их от запахов других лекарственных растений.

Лекарственное растение может оказывать воздействие за счет жизненной силы и за счет запасенной энергии. При использовании полевой формы жизни растения, его хранят в условиях, чтобы оно не вяло, и используют прежде, чем завянет.

Жизненная сила в растении сохраняется дольше, чем полевая форма жизни, о ее наличии говорит активность растительных ферментов. Лучше всего извлекать жизненную силу в форме сока растений – чем дольше растение находится в сорванном состоянии и влажном виде, тем большее количество жизненной силы растения переходит в неактивное состояние.

Свежее лекарственное сырье нельзя смешивать со старым, ибо свежее потеряет силу. Растение с потерей своего запаха теряет и силу.

Правильный сбор лесных растений еще не все. Последующая сушка имеет не меньшее значение. Почти все лекарственные растения должны быть высушены независимо от того, будут ли они сданы для переработки в аптеки, фармацевтические заводы или оставлены для домашнего употребления. Сушить лекарственные растения не так просто, сушка в сыром и плохо проветриваемом помещении, так же как и преждевременный сбор, может испортить сырье и оказаться лишь напрасной тратой времени, сил и труда.

Перед сушкой растительное сырье сортируют, удаляя случайно попавшие части других растений, или в ходе заготовки. Есть несколько способов сушки растительного сырья: воздушная тeneвая, воздушная солнечная и тепловая с искусственным подогревом. Растения под влиянием прямых солнечных лучей блекнут, буреют, теряют естественную окраску и надлежащий внешний вид, количество действующих веществ в таком некондиционном сырье снижается. Воздушная тeneвая сушка производится в проветриваемых помещениях или на чердаках, а в хорошую погоду – на открытом воздухе, но в тени, под специальным навесом, и лучше на ветру. Закрытое помещение необходимо оборудовать стеллажами с выдвигаемыми рамами. Можно сушить сырье и на марлевых гамаках, подвешивая их на чердаке к стропилам.

Воздушная солнечная сушка применяется для корневого и корневищного сырья, содержащего дубильные вещества и алкалоиды, а также для сочных плодов. При том и другом способе сушки сырье раскладывают тонким слоем и не менее одного раза в сутки переворачивают, на ночь закрывают двери и окна помещения, в котором находится сырье. Тепловая сушка с искусственным подогревом оптимальна для всех видов сырья, но температурный режим является разным для каждого вида сырья. Травы, листья, цветки, корни, корневища и луковицы сушат при температуре 50–60 °С, плоды и семена – при 70–90 °С, сырье, содер-

жащее эфирные масла, – при температуре 30–40 °С. Для этого используют специальные сушилки, а также русские печи.

Почки сушат очень осторожно длительное время и в прохладном помещении. Крупные почки (сосны, тополя) срезают с побегов непосредственно на месте, а мелкие (березы) заготавливают с побегами длиной 50–60 см.

Для коры предпочтительна тепловая сушка, так как в период ее заготовки еще слишком прохладно и сыро.

Листья сушат до тех пор, пока черешки не становятся ломкими.

Цветки сушат сразу после сбора, разложив смесь слоем в 1 см и не переворачивая.

Корни и корневища нельзя высушить за один день даже на сильном солнце, поэтому, оставляя сырье на ночь, надо его накрывать чем-нибудь, чтобы уберечь от росы. В процессе сушки корни несколько раз в день переворачивают. Обычно сырье высыхает в среднем за 3–4 дня, на юге это происходит, конечно, быстрее, а в северных районах приходится затрачивать на сушку больше времени. В тепловых сушилках корневое сырье начинают сушить при температуре 35–40 °С, а заканчивают при 50–60 °С.

По окончании сушки корни и корневища с треском ломаются, листва и травы легко перетираются в руке, жилки листьев и стебли трав ломаются, цветки становятся сухими на ощупь, сочные плоды не слипаются в комок при сжатии и не пачкают рук. Сухое сырье упаковывается в мешки, тюки, кипы и ящики. Собранное для домашнего употребления, оно может храниться в бумажных, матерчатых мешках в пределах сроков годности. Помещение для хранения должно быть сухим, прохладным, хорошо проветриваемым.

Сроки хранения: для цветков и травы – 1–2 года; для корневищ, корней, клубней, коры – 3–5 лет. Для отдельных растений – от 5 до 10 лет.

Оказывается, что собирать лекарственные растения может тот человек, который специально настроен для сбора трав. Относиться к этому нужно с большим вниманием, сборщик должен знать «мужские» и «женские» травы. «Мужские» не цветут, а «женские» с цветками. Некоторые травы должен рвать сам больной. В связи с тем что мужской организм отдает больше энергии в окружающую среду, а женский, наоборот, менее активен и больше работает на удержание энергии в себе, то предпочтительно, чтобы заготовщиком трав был мужчина. Если заготавливает лекарственные растения женщина, то к ней предъявляются следующие требования: могут собирать травы девочки-подростки до полового созревания или пожилые женщины, женщинам репродуктивного возраста категорически запрещается собирать лекарственное сырье. В этот период их энергетика особенно сильно воздействует на окружающее пространство, выделяя специальные вещества, в результате чего растения, особенно цветки, у некоторых женщин вянут прямо на глазах.

Не разрешается хранить лекарственные растения в металлических, пластмассовых коробках и полиэтиленовых пакетах.

В тибетских руководствах по сбору лекарственных растений рекомендуется вывести яд из растений. Сами по себе неядовитые корни имеют яд в коже, а стебли имеют яд в ветвях.

У ветвей ядовиты узлы, у листьев – черешки, у цветка – чашечка, у плодов – косточка. Млечный сок и смола не содержат яда. У наростов яд в коже, у мякоти плода яд может быть в кожице. Неядовитые корни и листья, которые используются как лекарства, нужно собирать отдельно.

Начиная сбор лекарственных растений, надо хорошо знать сами растения, уметь отличить их от близких видов, знать места, где наиболее часто встречаются те или иные растения.

Заготавливать лекарственные растения необходимо только в хорошую сухую погоду. Нельзя складывать вместе растения разных видов. Нельзя засорять сборы различными при-

месями: землей, песком и др. Собирать надо только те части растений, которые указаны как лекарственные.

Биологически активные вещества накапливаются в различных частях растения. Их содержание неодинаково в течение жизни растения. Необходимо знать, в каких частях растения содержатся лекарственные вещества и когда их больше всего.

Почки собирают ранней весной, до появления листьев. Обычно это март-апрель. Крупные почки срезают ножом или собирают руками, мелкие обмолачивают после сушки ветвей. Сушить почки надо в прохладном помещении.

Кору собирают только с молодых ветвей, обычно весной, в период усиленного сокодвижения. Производят полукольцевые надрезы и снимают пласт коры. Сплошные кольцевые надрезы делать не рекомендуется, так как это ведет к порче дерева. Не следует собирать кору с наростами мха и лишайников.

Листья собирают в течение всего периода цветения растений. Пораженные и увядающие листья собирать не следует.

Травы собирают в начале цветения. Срезают острым ножом без грубых приземных частей. Выдергивать растения с корнем недопустимо – это приводит к уменьшению их естественных запасов и, кроме того, засоряет сырье.

Цветки и соцветия лучше всего собирать в самом начале цветения, цветки обрывают руками или срезают ножницами, не трогая всего растения.

Плоды и семена собирают выборочно, в момент их полного созревания.

Корни, клубни и луковицы собирают обычно в период отмирания надземных частей растения, в конце лета, осенью, или весной, до начала отрастания надземных органов. Их следует очистить от земли, а затем промыть водой. Промытое сырье тут же подсушивают.

Непосредственно перед сушкой собранное лекарственное сырье перебирают и сортируют, удаляя посторонние примеси и поврежденные части. Толстые корни и корневища надо разрезать на поперечные или продольные части. Основная задача сушки – удаление влаги из растений; чем быстрее произведена сушка, тем более качественным будет сырье. Сушка собранных растений производится сразу после сбора. Их нельзя оставлять в мешках и корзинах даже на несколько часов, а тем более на ночь, так как уложенное толстым слоем свежее сырье быстро согревается и в нем начинаются процессы брожения.

Большинство растений нельзя сушить на солнце, так как при этом разрушается значительная часть лекарственных веществ. Сочные плоды и ягоды предварительно необходимо провялить в духовке или на солнце. Для сушки растения рассыпают тонким слоем на газете, полотне, фанере. Чтобы сырье лучше высохло и не согревалось, его переворачивают несколько раз в день. Сушка производится в тени, под навесом, или в хорошо проветриваемых помещениях. Готовое сырье должно быть хорошо высушено, ломаться с хрустом, но не крошиться.

Высушенные лекарственные растения требуют определенных условий хранения. Хранить лекарственное сырье следует в сухом, темном и прохладном месте, без доступа пыли и насекомых. Различные виды растений должны храниться в отдельной упаковке: бумажных и матерчатых мешках, коробках, банках. Следует соблюдать особую осторожность при хранении ядовитых лекарственных растений.

Раздел 3

Способы приготовления лекарственных форм в традиционной и нетрадиционной медицине

Научная медицина изучает только физико-химические свойства растений и применяет их в виде различных лекарственных средств; народная нетрадиционная медицина использует еще и информационные свойства и является безопасной, щадящей, эффективной и индивидуально ориентированной.

В качестве лекарственного сырья используются различные части лекарственных растений, которые собирают в определенный период года, очищают, высушивают и сохраняют в подходящих условиях. Перед лечебным употреблением лекарственное сырье, как правило, подвергается соответствующей обработке, из него готовят удобную для применения лекарственную форму. Очень редко бывает достаточным одного измельчения. Чаще лекарственное сырье подвергается дополнительной обработке, настаиванию или отвариванию в соответствующей экстрагирующей жидкости, воде, спирте и т. д.

Способы приготовления лекарственных препаратов в домашних условиях

В домашних условиях можно использовать различные методы приготовления. Перед лечебным употреблением лекарственное сырье подвергается соответствующей обработке, из него готовится лекарственный препарат, удобный для применения. В домашних условиях можно использовать различные методы приготовления. При этом следует избегать приготовления препаратов из ядовитых и сильнодействующих растений.

В домашних условиях для лечебных целей чаще всего из лекарственных растений готовят соки, порошки, настои, сиропы, отвары, настойки и мази.

Сок. Для приготовления сока свежие растения измельчают при помощи терки, мясорубки, соковыжималки. В полученный сок, для более длительного хранения, добавляют спирт.

Порошок – самая простая лекарственная форма. Для получения порошка высушенное сырье: листья, траву, плоды, кору, корни измельчают в ступке или на кофемолке. Применяют порошок как внутрь, так и наружно – для присыпки язв и ран. Кроме того, он служит исходным продуктом для приготовления настоек и мазей.

Отвар готовят из плотных частей растения (кора, корни). Отмеренное растительное сырье помещают в эмалированную посуду и кипятят на слабом огне 30 мин, после чего охлаждают и доливают водой до нужного объема.

Обычно настои и отвары готовят из расчета 1: 10 или 1: 20 (на 1 часть растительного сырья берут 10 или 20 частей воды). Для наружного применения настои и отвары готовят из двойной или тройной дозы лекарственного сырья, т. е. более концентрированные.

Сироп – это густая, сладкая жидкость, предназначенная для употребления внутрь. Для получения лекарственного сиропа смешивают сахарный сироп с лекарственными настойками (при необходимости нагревают), затем фильтруют. Для получения сахарного сиропа добавляют в воду сахар (1 часть сахара на 1 часть воды) и доводят до кипения, после чего процеживают.

Мазь – это лекарственная форма, используемая только для наружного применения. Ее готовят из порошков лекарственных растений, в качестве основы для мази применяют несоленый свиной, гусиный, говяжий жир, вазелин, растительные масла. Готовят мазь следующим образом. Мазевую основу растапливают на водяной бане, часть ее, постоянно растирая, смешивают с лекарственным порошком, после чего прибавляют остальное количество масла или жира до требуемого веса.

Из лекарственных растений обычно готовят мази с содержанием в них лекарственного сырья до 10–25 %.

Для хранения мазей используют баночки с широким горлышком из стекла, фарфора или пластмассы, с хорошо закрывающимися крышками. Хранят мазь в темном прохладном месте.

Следует подчеркнуть важность соблюдения дозировок растительных препаратов, особенно при лечении детей. Можно избежать ошибок, если запомнить следующее правило: на каждый год жизни ребенка требуется 1/20 дозы взрослого. Для определения веса лекарственных растений желательно иметь аптечные весы. Если их нет, то для определения приблизительных доз можно пользоваться следующей таблицей:

Вид лекарственного растения	1 ч. л.	1 ст. л.
Трава	1,5	4
Плоды	4	12
Корни	5	15

Настой готовится из рыхлых частей растения (листья, цветки, трава). Настои и отвары представляют собой водные извлечения из лекарственного сырья. Настои чаще готовят из листьев, цветов, травы лесных растений, отвары – из грубых частей растений (корней, коры, корневища). Растительное сырье – высушенные части растений – предварительно измельчают: траву, листья и цветки – до частиц размером не более 5 мм; корни, стебли, кору – не более 3 мм, плоды и семена – не более 0,5 мм. Измельченные части растений отвешивают и помещают в эмалированный или фарфоровый сосуд, заливают водой комнатной температуры, закрывают крышкой и ставят на кипящую водяную баню. Кипятят на слабом огне в течение 10–15 мин, а отвары – 30 мин при частом помешивании. После этого сосуд снимают с водяной бани и настаивают при комнатной температуре (отвары 10 мин), затем проводят процеживание сначала через ситечко, а потом сквозь вату и добавляют до соответствующего объема. Если отвары готовятся из растительного сырья, содержащего дубильные вещества, то процеживание производят немедленно после снятия сосуда с водяной бани. Настои и отвары готовят из расчета 1: 10, т. е. из 10 весовых частей сырья получают 100 объемных частей настоя или отвара. Из растений, содержащих сильнодействующие вещества, отвары и настойки готовят по прописи врача из расчета 1: 400. Если по условиям прописи требуется добавление твердых лекарственных веществ, то их растворяют в процеженном настое или отваре и после этого вновь процеживают. Сиропы, настойки и другие жидкости прибавляют к готовому настою или отвару. Так как настои и отвары – скоропортящиеся лекарственные формы, их следует хранить в прохладном месте, но не более 3–4 дней.

В народной медицине готовят *напары*, когда растительное сырье находится некоторое время в высокотемпературных условиях, что способствует более качественному выходу действующих начал.

В нетрадиционной практике чаще всего пользуются комбинированными методами. Приготовление напара происходит следующим образом: 4 ст. л. смеси насыпают в 1,5-литровую посуду – глиняную или эмалированную, заливают 1 л воды, размешивают и оставляют на ночь. Утром смесь ставят на огонь и после закипания продолжают кипятить под крышкой 5–7 мин. Снимают с огня, оставляют накрытой на полчаса, затем процеживают через чистую марлю и отжимают. Сырье выбрасывают, а отвар пьют. Натощак горячим выпивают целый стакан, а остальное выпивают в четыре приема, каждый раз за полчаса до еды. И так поступают во все время лечения.

Отвары и напары готовят, если смесь лекарственного сырья содержит кору, корни, клубни, семена, ягоды, древесину.

Настои готовят преимущественно из цветков. При горячем приготовлении растительного сырья некоторые лекарственные начала могут разрушаться.

При холодном способе растительное сырье измельчают, помещают в эмалированный сосуд и заливают необходимым количеством холодной воды, настои настаивают 4–24 ч, после чего фильтруют. Настои и отвары относятся к скоропортящимся лекарственным средствам, поэтому желательно их готовить ежедневно.

Настойка – это лекарственный препарат, приготовленный на 70 %-ном или 40 %-ном спирте. Для приготовления настойки измельченные части растения высыпают в плотно закрывающуюся банку или бутылку и заливают нужным количеством спирта. Настаивание производят при комнатной температуре, лучше в темном месте, в течение 7–10 суток. Потом сырье отжимают, промывают той же экстрагируемой жидкостью, вновь отжимают и дово-

дят настойку до соответствующего объема той же жидкостью. Для приготовления настоек обычно на одну весовую часть растения берут 5 объемных частей, получаемой настойки.

Если сырье содержит сильнодействующие вещества, настойку готовят из расчета 1: 10. Полученную настойку отстаивают в течение нескольких дней при температуре не выше 8 °С, после чего фильтруют. Готовые настойки должны быть прозрачными и обладать запахом и вкусом соответствующего лекарственного сырья. Они хранятся в холодильнике длительное время (несколько месяцев) и дозируются от 10 до 30 капель на прием.

При этом следует избегать приготовления настоек из сильнодействующих и ядовитых растений.

Настойки нетрадиционной медицины из лесных растений

Настойка корневищ аира болотного

Она готовится следующим образом: по 100 мл 40 %-ного спирта настаивают 2 недели, процеживают, отжимают, фильтруют, хранят в темном, прохладном месте. Принимают по 15–30 капель 2–3 раза в день.

Применяют при хронических гастритах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, при анемии, холециститах, гепатитах, мочекаменной болезни.

Настойка аралии маньчжурской

Берут 20 г корней аралии на 100 мл 70 %-ного спирта, помещают в темный флакон. Настаивают 2 недели, процеживают, отжимают, фильтруют, сохраняют в темном, прохладном месте.

Применяют по 30–40 капель 2–3 раза в день при гепатите, умственном и физическом переутомлении, при неврастении.

Настойка березовых почек

Берут 20 г березовых почек на 100 мл 70 %-ного спирта. Настаивают 3 недели, отжимают, отфильтруют и хранят в темном сосуде в прохладном месте.

Применяют 3 раза в день по 15–20 капель на 1 ст. л. воды.

Применяют как желчегонное и мочегонное средство, при водянке, язве желудка, заболеваниях почек, круглых мелких глистах, заболеваниях кожи, экземах, болезнях мочевого пузыря, ревматизме.

Настойку также применяют при отеках сердечного происхождения, заболеваниях печени. Наружно настойка в виде втирания используется при ссадинах, пролежнях, хронических гнойных ранах, трофических язвах.

При холере можно приготовить настойку на водке. На 0,5 л водки необходимо полбутылки березовых почек. Настаивают в течение месяца. Употребляют на 1 рюмке каждый час до прекращения рвоты.

Настойка боярышника

10 г цветков с листьями настаивают 10 дней в 100 мл водки в темной посуде, принимают по 60–70 капель с водой 3 раза в день за 30 мин до еды. Курс продолжают 10–30 дней.

Применяют при функциональных расстройствах сердечной деятельности, ангионеврозах, бессоннице у сердечных больных, гипертиреозе с тахикардией, начальных формах гипертонической болезни, атеросклерозе. Снижает возбудимость центральной нервной системы, тонизирует сердечную мышцу, усиливает коронарное мозговое кровообращение, устраняет аритмию и тахикардию, снижает кровяное давление.

Настойка женьшеня

Необходимо 10 г женьшеня на 100 мл 70 %-ного спирта, настаивают 2 недели, фильтруют, хранят в темном месте, в темной склянке.

Применяют в качестве тонизирующего и укрепляющего средства при заболеваниях центральной нервной системы, для повышения уровня работоспособности и сопротивляемости организма к стрессовым ситуациям. Женьшень эффективен при различных неврозах, бессоннице и импотенции. Повышается общий тонус, улучшается функциональная деятельность сердечно-сосудистой системы при атеросклерозе. Женьшень также применяется для продления жизни и сохранения молодости.

Настойка зверобоя

Берут 20 г растения на 100 мл 70 %-ного спирта. Настаивают 2 недели, процеживают, отжимают, отфильтровывают и хранят в темном флаконе.

Применяют по 40–50 капель 3–4 раза в день. Для полоскания применяют 30–40 капель на 1/2 стакана воды.

Используют при заболеваниях носоглотки, желудочно-кишечного тракта, печени, почек, при гепатитах, дискинезии желчных путей, застое желчи в желчном пузыре, холециститах, желчнокаменной болезни, гастритах. В ряде случаев назначают при нарушениях периферического кровообращения, микроциркуляторных расстройствах. Кроме этого, применяют при заболеваниях почек.

Настойка из трав золототысячника

20 г измельченной травы заливают 100 мл 40 %-ного спирта или водкой, настаивают 7–14 дней, процеживают, отфильтровывают.

Применяют как горечь для повышения аппетита, для повышения секреции пищеварительных желез, для повышения желчеотделения, обладает противоглистными свойствами. Принимают по 15–20 капель за 20–30 мин до еды.

Настойка клевера красного

40 г цветков настаивают в 500 мл водки 2 недели, процеживают, отфильтровывают.

Применяют при атеросклерозе с нормальным артериальным давлением, сопровождающимся головными болями и шумом в ушах.

Принимают по 20 г перед обедом или на курс лечения 3 месяца. Через 6 месяцев курс повторяют.

Настойка крапивы

200 г майской крапивы заливают 0,5 л водки или 70 %-ного спирта. Горлышко бутылки закрывают марлей. Сутики держат на окне, остальные 8 суток – в темном месте. Процеживают, отжимают, хранят в темном месте.

Принимают по 1 ч. л. натощак за 30 мин до еды и 1 ч. л. перед сном.

Используют для улучшения состава крови, улучшения работы сердца, повышения трудоспособности.

Настойка кровохлебки лекарственной

20 г корней кровохлебки настаивают на 100 мл 70 %-ного спирта 7–10 дней, отфильтровывают и хранят в темном флаконе.

Принимают по 30–50 капель 3–4 раза в день.

Рекомендуется при кровотечении, кровохарканье у больных туберкулезом, при обильных менструациях, желудочных, геморроидальных, маточных кровотечениях.

Настойка левзеи сфлоровидной

Корневища с корнями настаивают 2 недели в соотношении 1: 1 на 70 %-ном спирте, фильтруют, хранят в темном месте.

Принимают по 20–30 капель 2–3 раза в день за 30 мин до еды с 1 ст. л. воды.

Применяют при физическом и психическом переутомлении, импотенции и хроническом алкоголизме, а также при раздражительности, плохом сне.

Настойка лимонника китайского

Растения лимонника китайского настаивают на 70 %-ном спирте (1:3) 8–10 дней, отфильтровывают. Принимают натощак по 20–30 капель или через 6 ч после еды 2–3 раза в день 20–25 дней. Рекомендуется при астении и депрессивных синдромах, психостении, травматической церебростении, атеросклеротической неврастении, реактивных депрессиях у атеросклеротиков, гипотонии, быстрой утомляемости, вялости, сонливости.

Настойка пиона уклоняющегося

10 г травы и корней пиона уклоняющегося настаивают на 100 мл 40 %-ного спирта.

Принимают по 30–40 капель 3 раза в день. Курс лечения – 25–30 дней.

Назначают при неврастении, бессоннице, для повышения работоспособности; обладает противосудорожным, успокаивающим действием.

Настойка почек осины

10 г почек настаивают в 100 г 70 %-ного спирта в соотношении 1: 10 в течение недели. Принимают по 25–30 капель 3 раза в день при остром, хроническом цистите и слабости мочевого пузыря.

Настойка полыни

Готовят из высушенной мелко нарезанной травы на 70 %-ном спирте в соотношении 1:5, настаивают 21 день. Принимают по 20 г 1 раз в день, но не больше 2–3 раз.

Применяют при гастритах, протекающих с пониженной кислотностью. Рекомендуется для повышения аппетита.

Настойка пустырника

20 г измельченных листьев на 100 мл 70 %-ного спирта. Настаивают 7–14 дней, отфильтровать. Принимают по 30–40 капель 3–4 раза в день.

Применяется при сердцебиениях, синдроме Мельера, миокардиопатии.

Настойка родиолы розовой (золотого корня)

10 г корня измельченного, настаивают в 100 мл 40 %-ного спирта 30 дней, отфильтровывают, хранят в темном флаконе.

Принимают по 5–10 капель 2–3 раза день за 30 мин до еды.

Курс лечения – 10–20 дней. Не рекомендуется принимать на ночь или поздно вечером.

Применяют в психиатрии, при астенических состояниях, повышенной утомляемости, неврастении, вегетососудистой дистонии.

Настойка ряски маленькой

1 ч. л. свежей, хорошо вымытой травы настаивают в 50 мл водки 7 дней, процеживают, отжимают. Применяют при витилиго, при аллергических заболеваниях, крапивнице, ангионевротическом отеке.

Настойка сабельника

Сухие стебли сабельника нарезают кусочками длиной 1–2 см. Насыпают в стеклянную емкость в соотношении 1: 3 и заливают водкой или 70 %-ным спиртом. Настаивают 21 день в темном месте, фильтруют.

Принимают по 1 ч. л. 3 раза в день до еды, с водой. Используют в холодное время года. Применяют при ревматизме и полиартрите. Настойку можно применять как растирание суставов.

Настойка стальника полевого

20 г корней стальника настаивают в 100 мл 70 %-ного спирта, отфильтровывают, хранят в темном месте.

Применяют по 2–3 раза в день перед едой. Назначают в качестве слабительного, как гипотензивное и кардиотоническое средство. Уменьшает ломкость капилляров, повышает тонус кишечника. Применяют при геморрое, хроническом запоре, снижает отек геморроидальных узлов, прекращает кровотечение.

Настойка эвкалипта

Обладает противовоспалительным, отхаркивающим действием. Применяют при кашле, заболеваниях дыхательной системы, малярии, острых желудочно-кишечных заболеваниях, гриппе и других вирусных заболеваниях. Наружно настойка используется для полосканий и ингаляций при болезнях горла и дыхательных путей. Настойка применяется

наружно при радикулите, невралгиях, ревматических болях. Принимают настойку по 20–30 капель на 1/2 стакана воды 3 раза в день.

Настойка элеутерококка

150–200 г высушенных корней настаивают в 1 л 40 %-ного спирта, часто взбалтывая, 2 недели. Принимают по 1/2 ч. л. 2–3 раза в сутки.

Применяют для снижения холестерина при атеросклерозе, создает благоприятный фон при различных заболеваниях сердечно-сосудистой системы, улучшает слух и зрение.

Нетрадиционные настойки народной медицины из лесных растений при различных заболеваниях

Авитаминоз

100 г боярышника настаивают в 500 г водки 8 суток, принимают по 3–40 капель 3 раза в день.

300 г сосновых почек настаивают 2 недели в 0,5 л 40 %-ной водки 2 недели, принимают по 1 ст. л. 3–5 раз в день.

Абсцесс

Почки и кору осины настаивают на 40–70 %-ном спирте, принимают по 20–30 капель на 0,5 стакана теплого молока с медом 3 раза в день до еды.

Аденома предстательной железы

Почки тополя, настаивают на водке, принимают от 15 до 30 капель на ложку воды до еды.

Анемия

100 г сосновых почек настаивают в 0,5 л 40 %-ной водки 2 недели и принимают по 1 ст. л. 3–5 раз в день.

50 г цветков каштана настаивают в 0,5 л водки и пьют по 30–40 капель на 1 ст. л. теплого молока.

Бессонница

2 ст. л. измельченных шишек хмеля заливают 200 мл 40 %-ного спирта или водки. Настаивают 10 дней. Принимают по 10–15 капель 2 раза в день.

Варикозное расширение вен

Настой цветков конского каштана: 50 г цветков на 0,5 л водки. Принимают по 30–40 капель 3–4 раза в день.

Гипертония

100 г сушеницы болотной настаивают в 0,5 л водки 10 суток, в плотно закупоренной посуде, процеживают, отжимают. Принимают по 1–2 ст. л. 3 раза в день.

Гипотония

1/8 бутылки семян щавеля настаивают в 0,5 л водки или спирта, принимают по 50–60 капель.

Грипп

20 г сухих листьев эвкалипта, заливают спиртом, настаивают 7–8 дней. Принимают по 20–25 капель в 1/4 стакана кипяченой воды.

Грыжа

Желуди, листья, кору молодых ветвей дуба настаивают на красном вине, применяют как компрессы.

Гастрит

При гастрите с пониженной кислотностью 4 ст. л. болиголов крапчатого настаивают 10 дней в 200 мл 70 %-ного спирта и принимают по 5–10 капель на 1 ст. л. воды не более 5 раз в день. При повышенной кислотности готовят настойку тысячелистника (30 г травы настаивают на 50 %-ном спирте). Принимают по 20–40 капель на 1 ст. л. теплой воды 3–4 раза в день.

Диабет

Полынь настаивают на водке, принимают по 15–20 капель с глотком воды ежедневно.

Женские болезни

Выкидыш можно предотвратить с помощью полыни, сваренной в виноградном вине и принятой в малых дозах.

При фиброме, обильных менструациях кору ивы настаивают в течение недели на 50 %-ном спирте.

Насморк

15–20 г полыни настаивают на 0,5 л водки не менее 24 ч. Принимают по рюмке 3 раза в день за 15 мин до еды и на ночь.

Очищение организма

100 зеленых грецких орехов разрезают на 4 части, засыпают 800 г сахарного песка и заливают жидким медом, добавляют 1 л водки, настаивают в темном месте в плотно закрытой банке, принимают по 1–2 ч. л. 3–4 раза в день.

Печень

Свежий чистотел измельчают и заливают спиртом немного выше уровня травы. Через неделю процеживают и принимают по 20 капель, запивая глотком воды, за 30 мин до еды. Каждый день увеличивают прием на 1 каплю, постепенно доводя до 50 капель.

Подагра

50 г березовых почек настаивают в 0,5 л 40 %-ного спирта 10 суток. Принимают по 15 капель с водой 3 раза в день.

Поджелудочная железа

Готовят настойку золотого корня по 20–30 капель за 30 мин до еды.

Корни крапивы двудомной. Настаивают в 40 %-ном спирте 7–10 дней. Принимают по 15–20 капель с водой 3 раза в день.

Почки

В 0,5 л водки добавляют полынное масло. Принимают ежедневно 30–40 мл при камнях в почках. При нефрите 1 часть корня дягиля лекарственного настаивают 7 суток в 10 частях водки. Принимают по 10 капель 3 раза в день.

Рак

Спиртовую настойку коры и цветков калины принимают по 20–25 капель 3 раза в день. При раке желудка, прямой кишки и матки: корень полыни, настоянный на спирту, принимают по 14 ч. л. на 0,5 стакана теплой кипяченой воды 4–5 раз в день.

Седалищный нерв

100 г сухих (200 г свежих) цветков зверобоя заливают 2 л сухого вина, настаивают 1 неделю, затем доводят до кипения и варят в закрытой посуде на слабом огне 1 ч, настаивают до охлаждения, процеживают, принимают 50 г 2–3 раза в день за 30 мин до еды. Курс лечения – 1,5 месяца.

Суставы

Применяют спиртовую настойку черемухи.

Сердце

1 горсть ромашки настаивают в 1 л пива, снижает сердечную боль.

Траву Melissa настаивают в 40 %-ном спирте. Принимают по 20–25 капель на 1 ст. л. воды 3–5 раз в день.

Тромбофлебит

100 г сухих корней лопуха настаивают в 1 л водки в течение полугода. Принимают по 20–30 капель 3 раза в день.

50 г цветков каштана настаивают в 0,5 л водки.

Принимают по 30–40 капель 3–4 раза в день. Исключают из рациона сладости.

Туберкулез

100 г сосновых почек настаивают 2 недели в 0,5 л 40 %-ной водки и принимают по 1 ст. л. 3–5 раз в день.

Экзема

Настаивают березовые почки в 40 %-ном спирте. Принимают внутрь по 20 капель на 1 ст. л. воды.

Для растирания применяют листья и соцветия тысячелистника. Готовят настойку на 40 %-ном спирте принимают по 30 г 3 раза в день до еды.

Сборы и чай

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

Различные части лекарственных растений, входящих в состав сборов или чаев, подвергают измельчению по отдельности. Траву, кору, листья и некоторые корни нарезают, твердые корни и корневища дробят, кожистые листья размельчают в специальной мельнице. Степень измельчения сырья зависит от назначения сбора.

Если сбор или чай предназначены для внутреннего употребления и полоскания, то сырье просеивают сквозь сито с отверстиями, длина сторон которых равна 4–6 мм.

Если сбор предназначен для приготовления ванн, то его просеивают сквозь сито с отверстиями, длина сторон которых равна 2 мм. Лекарственное сырье, из которого готовят мягчительные сборы для припарок, просеивают сквозь сито, длина сторон которых равна 1,4 мм.

Растительные масла леса, которые лечат

Как только не используют масло в лечебных целях: его и вдыхают, и применяют в виде ингаляций, и принимают внутрь, и делают с его помощью массаж, и используют в качестве мазей, и добавляют в ванну. Древние целители считали, что масло как бы размягчает болезнь, постепенно выводит ее из организма и сам организм начинает бороться за здоровье, высвобождает скрытые ресурсы жизненных сил.

Масла обладают сложным составом. Они улучшают циркуляцию крови, восстанавливают иммунитет, с их помощью выводятся токсины и шлаки.

Облепиховое масло является аптечным препаратом, но его можно приготовить и в домашних условиях. Осенью плоды облепихи собирают и отжимают сок. Сок процеживают и дают ему возможность отстояться. На поверхности будет собираться масло. Его отжимают в отдельную посуду. Такое масло самое чистое и самое качественное, оно лучше аптечного.

Другой способ более трудоемкий. Выжимки ягод подсушивают до сыпучего состояния. Их засыпают в эмалированную посуду и заливают тонким слоем любого растительного масла, нагретого до 60 °С. Смесь ставят в теплое место на 1,5–2 недели. Затем масло отжимают и дают ему отстояться, если образовался осадок, масло сливают, снова дают ему отстояться до полного исчезновения осадка. Такое масло хранят более 1 года при температуре 4–6 °С. Облепиховое масло, обладая ранозаживляющим действием, применяется при кожных, простудных заболеваниях. Аптечный препарат «облехол» – коллагеновая пленка, пропитанная облепиховым маслом. Он применяется для лечения ран и ожогов.

Репейное масло готовится следующим образом: 40 свежего корня лопуха заливают 100 г подсолнечного или оливкового масла и настаивают 10 суток. Затем настой варят на медленном огне 15 мин.

Это масло имеет выраженный косметический эффект при сухости кожи, выпадении волос. Оказывает эффект при мастопатии при местном применении на кожу груди.

Масло шиповника. Измельчают 1 часть свежих плодов шиповника, заливают 3 частями любого растительного масла, настаивают 1 неделю. Применяется при дерматитах, трещинах сосков у кормящих матерей, при язвенном колите делают клизмы с маслом шиповника через день 10–15 клизм.

Эфирные масла применяют при ароматерапии.

Целебные растения леса и их применение

Диапазон фармакологического действия лесных растений чрезвычайно широк. Они обладают жаропонижающими свойствами, отхаркивающим действием, обладают противовоспалительным эффектом, содержат вещества, регулирующие работу пищеварительного тракта, обмен веществ, некоторые растения обладают противоболевыми свойствами, желчегонным, мочегонным эффектом, нормализуют работу сердечно-сосудистой системы, приводят в норму кровяное давление и др.

Лекарства, приготовленные из растительного сырья, составляет свыше 40 % объема выпускаемых препаратов. Однако не следует противопоставлять средства растительного происхождения синтезированным препаратам, поскольку в медицинской практике одинаково важны и те и другие.

В настоящее время сырьевая база лесных лекарственных растений значительно сокращается. В Красную книгу внесены растения, которым грозит вымирание. Непрерывным условием долгосрочного сохранения этих видов в природе является правильное их использование, для этого необходимо не только знать их внешний вид, но и условия произрастания, целебные свойства и применение этих растений, а самое главное – правила и сроки сбора, режим заготовок и способы содействия восстановлению.

Применять лекарственные препараты из растений необходимо по согласованию с лечащим врачом. К лесным лекарям относятся лесные растения, растения лугов, произрастающие у лесных рек и озер, а также сорные травы, произрастающие повсеместно и в лесу, и на лугах.

Лесные растения, содержащие гликозиды и другие вещества, воздействующие на сердечно-сосудистую систему

Система сосудов состоит из множества вен, артерий, капилляров. От эластичности стенок сосудов зависит ток крови, который обеспечивает питание тканей. Важна степень проницаемости стенок крупных и мелких артерий, мелких капилляров. При отложении шлаков в организме сосуды закупориваются в связи с тем, что на стенках сосудов оседает холестерин, который становится нерастворимым. Он прикрепляется к мягкой поверхности сосудов и частично проникает внутрь стенки. На проникновение внутрь стенки сосуда чужеродного веществ возникает ответная реакция: разрастается соединительная ткань, образуются атеросклеротические бляшки. Таким образом, просвет сосудов суживается, через поражение стенки не обеспечивается должного питания и удаления отработанных веществ. Возникает атеросклероз сосудов, который приводит к нарушению сердечной деятельности, патологии артериального давления и впоследствии к тяжелейшим заболеваниям, таким как инфаркт, инсульт, эндартериит и другие болезни.

Особое место при оказании экстренной помощи занимают сердечные гликозиды – соединения специфической химической структуры, содержащиеся в ряде растений. Они обладают характерной кардиотонической активностью. При гидролизе они расщепляются на сахара (гликоны) и безсахаристую часть – англиканы. Сердечные гликозиды содержат различные виды наперстянки, горицвет, желтушница, строфанах, ландыш, обвойник, олеандр, морозник.

Специфическое действие гликозидов обусловлено главным образом гликопами. Остатки сахара кардиотоничностью не обладают, но они влияют на растворимость гликозидов – они имеют способность вместе с белками плазмы и тканей проходить сквозь клеточные мембраны, а также обладают другими свойствами, отражающимися на их активности и токсичности.

После всасывания и поступления в кровь сердечные гликозиды фиксируются в тканях, в том числе в сердечной мышце, эти факторы способствуют их накоплению при повторных введениях.

Эффект сердечных гликозидов проявляется в изменении всех основных функций сердца.

Адонис весенний (горицвет весенний, запорная трава, черная трава, черногорка)

Ботаническая характеристика. Многолетнее травянистое растение с многоглавым корневищем и несколькими стеблями, 40 см высотой, Стебли пустооблиственные, листья сидячие, пальчаторассеченные, доли их узколинейные, голые, цветки одиночные, крупные, до 4–4,5 см в поперечнике. Цветет в апреле-мае одновременно с появлением листьев. Произрастает в лесостепях средней полосы европейской части России, Предкавказья, Сибири. Растет на увлажненных, дренированных, черноземных почвах.

Ввести в культуру его не удастся, поэтому используют дикорастущие растения. В медицинской практике используют только траву горицвета весеннего, хотя существуют другие виды горицвета – амурский, золотистый, туркестанский, сибирский.

Сбор сырья, используемые части. В медицине используют траву растения, которую собирают в период цветения растения, до начала осыпания плодов. Сушат в сушилках при

температуре 30–40 °С. Трава не должна содержать более 13 % влаги, более 3 % побуревших частей. При длительном хранении биологическую активность травы контролируют ежегодно.

Химический состав. В траве содержится 0,13–0,83 % сердечных гликозидов. В надземных частях, злаках, плодах и листьях содержится 25 индивидуальных сердечных гликозидов. В зеленых частях растения содержатся К-строфантин и цимарин, в корнях – К-строфантин В, адонитоксин.

Кроме гликозидов, из травы выделены фитостерин, флавоноиды, гликозид, адониварнит, стероидные сапонины, органические кислоты, холин, кумарины, спирт, адонидит.

Содержание сердечных гликозидов изменяется от фазы развития растения, наибольшее их содержание отмечается в фазах цветения и плодоношения. В подземных органах растения гликозиды накапливаются в конце периода вегетации.

Фармакологические свойства. Препараты адониса относятся к группе сердечных гликозидов. Они замедляют ритм сердца, усиливают систолу, удлиняют диастолу, увеличивают объем сердца, умеренно тормозят внутрисердечную проводимость.

Гликозиды адониса изменяют биоэлектрическую активность сердца, стимулируют сердечную активность, отмечается укорочение периода изометрического сокращения левого желудочка, уменьшение генеза сокращения миокарда.

Препараты адониса обладают значительными диуретическими свойствами в связи с наличием цимарина.

Характерная особенность препаратов адониса – седативное действие.

Адонитоксин вместе с цимарином имеет определенные фармакологические особенности. Он вызывает умеренные систолические и диастолические эффекты. Адонис отличается от наперстянки отсутствием кумулятивного действия.

Применение, дозирование. Адонис применяется при легких формах хронической недостаточности кровообращения. Показания к применению адониса: неврозы сердца, вегетососудистая дистония, инфекционные болезни, протекающие с симптомами ослабления сердечной деятельности, болезни почек с признаками сердечно-сосудистой недостаточности.

Адонис применяется в виде настоя по 1 ст. л. 3–4 раза в день после еды. Препарат адонизид принимают по 15–20 капель 2–3 раза в день или вводят внутривенно по 0,5 мл в ампулах, адонис-бром назначают по 1 таблетке 2 раза в день. Сухой экстракт адониса входит в состав таблеток Бехтерева, которые назначают по 1 таблетке 2 раза в день.

Астрагал шерстистоцветковый

Ботаническая характеристика. Многолетнее травянистое растение семейства бобовых, высотой до 40 см. Стебли многочисленные, прямостоячие, приподнимающиеся. Листья сложные, перистые, на коротких черешках, с крупными треугольноланцевидными, беловатыми, пленчатыми прилистниками. Листочков 12–14 пар, они продолговато-эллиптические, мелкие, серовато-зеленые, с обеих сторон пушистые беловатыми волосками. Цветки желтые, чашечки колокольчатые, с 5 шиловидными зубцами. Венчик весь опушен, даже лодочка волосистая, тычинок 9 сросшихся и 1 свободная. Боб твердый, кожистый, овальный, с носиком на спинке, желобоватый, мохнатый, нераскрывающийся, не вполне двугнездочный. Семена плоские, треугольные, желто-зеленого цвета. Цветет в мае-июне. Плоды созревают в июле. В диком виде произрастают в лесостепной части Волжско-Донского бассейна, Причерноморье. Растет на открытых местах, на курганах, полянах и опушках. К влаге не требователен, не выдерживает увлажнения и затенения.

Сбор лекарственного сырья. Траву срезают в фазе цветения, на высоте 5–7 см от земли. Быстро сушат на чердаках или в хорошо проветриваемых сараях, под навесами, разложив слоем 3–5 см на бумаге или ткани, часто переворачивая. Сушку продолжают 5–7 дней.

Химический состав. В траве найдены глицеризин, флавоноиды, кверцетин, дубильные вещества кумарины, витамины. Астрагал относится к растениям, накапливающим селен. В растении содержатся макро- и микроэлементы: кальций, кремний, магний, кобальт, цинк, медь, марганец, молибден, хром. Астрагал необычайно богат биологически активными веществами.

Фармакологические свойства. Биологически активные вещества обеспечивают широкий спектр фармакологического действия. Они обладают успокаивающим, гипотензивным, сосудорасширяющим действием, кардиотоническим и диуретическим действием. Наряду со свойствами, похожими на сердечные гликозиды, отмечается расширение коронарных сосудов, сосудов почек, повышение диуреза. Астрагал содержит уникальный природный комплекс токоферола и селена, необходимый для мышечной деятельности, это используется при мышечных дистрофиях; кроме того, астрагал нормализует функцию свертывающей и анти-свертывающей системы крови, он обладает цитостатическим эффектом и оказывает гипозотемическое действие.

Применение и дозирование. Астрагал применяется при начальных формах гипертонической болезни. При лечении 10 %-ным настоем астрагала по 1 ст. л. 3 раза в день у больных значительно улучшается самочувствие, исчезают головная боль, головокружение, шум в ушах, приливы к голове, мелькание мушек и боли в области сердца. Улучшение мозгового кровообращения у больных с гипертонической болезнью сопровождается снижением артериального давления в центральной артерии сетчатки и высокой артерии. При применении астрагала увеличивается время свертывания крови, нормализация процессов фиброгенеза. Отмечен положительный эффект при лечении острого и хронического гломерулонефрита.

В качестве мочегонного и гипотензивного средства применяют следующий сбор: травы астрагала и цветков ромашки по 30 г, кукурузных рыльцев, полевого хвоща, спорыша и гречки по 10 г. 1 ст. л. смеси растений заливают тремя стаканами кипятка и настаивают 8–10 ч в термосе, процеживают, выпивают всю дозу в течение дня.

Осложненных и побочных явлений при назначении астрагала не наблюдается.

Настой травы астрагала готовят из расчета 20 г травы на 200 мл воды. Назначают по 1 ст. л. 3–6 раз в день.

Аралия маньчжурская (или дерево)

Ботаническая характеристика. Дерево высотой 1,5–5 м, с крупными корнями, ствол ветвистый, усажен многочисленными острыми шипами. Листья крупные, около 1 м длиной, дваждыперистолистные, собраны на верхушке ствола. Цветки мелкие, невзрачные, в шаровидных зонтиках, собранных в крупную сложную метелку, плоды сочные косянковидные, почти черные, с 5 косточками.

Произрастает на Дальнем Востоке, в Приморском крае одиночно и зарослями в виде подлеска в смешанных и широколиственных лесах.

Сбор лекарственного сырья. Используют корни аралии маньчжурской, их выкапывают осенью, после созревания семян, или весной, до распускания листьев. Заготавливают корни деревьев 5–15-летнего возраста. Сушат в проветриваемых помещениях и сушилках при температуре 60 °С.

Химический состав. В корнях и в коре содержатся эфирные масла, смолы, сапонины, микроэлементы. Смесь сапонинов содержит 3 гликозида, аролозид А, В, С. Все 3 гликозида имеют в своем составе олеиновую кислоту, но различаются по сахарам.

Фармакологические свойства. Препараты аралии маньчжурской повышают рефлекторную возбудимость и двигательную активность, снимают чувство усталости, значительно улучшают общее состояние. Водный раствор и спиртовая настойка из корней аралии маньчжурской увеличивают амплитуду сердечных сокращений, замедляют их темп, повышает тонус миокарда, несколько возбуждают дыхание, усиливают диурез.

Побочных действий применение аралии не вызывает. Аралия оказывает положительное влияние на эндокринную, нервную и другие системы организма.

Препаратами являются спиртовая настойка из расчета 1: 5 на 70 %-ном спирте. Назначают по 30–40 капель на прием после еды.

Отвар. Корень используют как общеукрепляющее средство при диабете, заболеваниях печени, почек, ночном недержании мочи. Для приготовления отвара 20 г измельченного сырья (листьев, корней) заливают 1 стаканом горячей воды, нагревают на водяной бане 30 мин, охлаждают 10 мин, процеживают и доводят кипяченой водой до исходного объема. Хранят в холодильнике до 3 суток. Принимают по 1 ст. л. до еды.

Барвинок малый (зеленка, грибная трава, можжевельник)

Ботаническая характеристика. Вечнозеленое растение, имеющее корневище длиной до 70 см, развивающееся на глубине 1–5 см. Цветущие побеги прямостоячие, вегетативные, стелющиеся. Листья блестящие, вечнозеленые, голые, эллипсоидальные, на конце заостренные, с коротким черешком, цветки на длинных цветоносах, синего цвета, диаметром около 20 см, с пятилопастным венчиком. Плоды цилиндрические, серповидноизогнутые двулисточковые с многочисленными продолговатыми, бугорчатыми семенами. Цветет в мае, иногда вторично в июле, августе, плодоносит редко, в июле.

Встречается в буковых, дубовых, грабовых лесах, на вырубках, склонах лесных долин, каменистых, щебенистых склонах. Растение теневыносливо.

Сбор лекарственного сырья. Собирают барвинок с весны до осени, срезая на 1–5 см от поверхности земли. Сушат под навесами или на чердаках с хорошей вентиляцией, разложив слоем 3–5 см. Процесс сушки занимает 7–10 дней. После высушивания удаляют грубые стебли. Сырье ядовито.

Химический состав. Трава содержит более 20 алкалоидов, они составляют 2 % от веса. Трава содержит сапонины, рутин, каротин, дубильные вещества, яблочную, янтарную кислоты, сахара и минеральные соли.

Фармакологические свойства. Препараты из травы барвинка только за счет алкалоидов обладают сосудорасширяющим действием, гипотензивным и слабым седативным действием. Они расширяют сосуды мозга, угнетают внутрисердечную проводимость, предупреждают фибрилляцию желудочков, имеют отчетливый антиаритмический эффект, снимают спазм артерий и повышают тонус вен, обладают гипотензивным действием.

Применение, дозировка. Барвинок применяется с древних времен. В Средние века его считали ценным лекарственным растением. Препараты барвинка применяют при гипертонической болезни, наиболее эффективен он при церебральных формах гипертонической болезни.

Препараты барвинка эффективны при ишемических нарушениях мозгового кровообращения, церебральном и стенокаротидном синдромах. Хорошие результаты от применения препаратов барвинка отмечают при кризах вестибулярного характера, сопровождающихся головокружениями шумом в ушах.

Барвинок используют в отоларингологической практике при заболеваниях, сопровождающихся местными расстройствами кровообращения. Барвинок эффективен при глазных

заболеваниях, обусловленных спазмом сосудов, антиспастической ретинопатии, расстройств кровообращения в сетчатке глаза или зрительного нерва.

При лечении больных гипертонической болезнью настоем барвинка наряду с общеклиническим улучшением снижаются коагулирующие свойства крови. Для приготовления настоя из травы барвинка 1 ст. л. измельченных листьев (5 г) заливают 200 мл горячей воды, нагревают на кипящей водяной бане в течение 15 мин, охлаждают, процеживают. Принимают по 2 ст. л. настоя 3–4 раза в день.

Боярышник кроваво-красный

Ботаническая характеристика. Боярышник – кустарник или деревце высотой до 5 м. Побеги пурпурно-коричневые, блестящие, усаженные колечками. Листья черешковые, заостренные, лопасти пильчатые. Цветет в мае-июне. Цветки мелкие, белые, в густых щитовидных соцветиях, со слабым специфическим запахом. Плод кроваво-красный, реже буроватый. Созревает в конце августа. Боярышник растет в сухих лесах, полянах, поймах рек в европейской части России, Западной Сибири.

Сбор лекарственного сырья. Сырьем служат цветки, плоды и листья. Отцветает боярышник быстро, за 3–4 дня. Цветки заготавливают в начале цветения, пока они не раскрылись. Сушат не позже чем через 1–2 ч после сбора на чердаке, под навесом или в помещении с хорошей вентиляцией, расстилая тонким слоем. Сушильные помещения следует закрывать, так как сырье обладает сильной гигроскопичностью. Плоды собирают при полном созревании, сушат в тени, на солнце или в сушилке, готовое сырье проветривают, отделяют плодоножки, неполноценные ягоды и другие примеси. Хранят в стеклянной таре или плотных мешках. Срок хранения – 2 года.

Химический состав. Цветки, плоды, листья боярышника имеют сложный состав действующих веществ, найдено несколько флавоноидов, сапонины, урсоловая и олеиновая кислоты, холин, кверцетин, витоксин, хлорогеновая и кофейная кислоты. Семена содержат амигдалин, в мякоти плодов – виннокаменная и лимонная кислоты, каротин, аскорбиновая кислота.

Фармакологические свойства. Экстракт боярышника оказывает стимулирующее действие на сердце и уменьшает возбудимость сердечной мышцы, он обладает антиаритмической активностью, препараты боярышника в больших концентрациях расширяют периферические сосуды и сосуды внутренних органов. Олеиновая и урсоловая кислоты усиливают кровообращение в сосудах сердца и мозга, понижают артериальное давление. Сумма флавоноидов из листьев боярышника оказывает кардиологическое действие на сердце, кардиотонический эффект реализуется в условиях блокады двух рецепторов. Он обладает свойством снижать уровень холестерина в крови, способствует увеличению количества молока у кормящих матерей, повышает его жирность.

Применение, дозирование. Боярышник применяют при сердцебиениях, бессоннице, повышении артериального давления. В результате применения боярышника улучшается общее состояние, умеренно снижается АД, уменьшаются головная боль, шум в ушах, головокружение, понижается уровень холестерина в крови. При ишемической болезни сердца улучшается функциональное состояние миокарда и коронарного кровообращения.

Как кардиологическое средство препараты боярышника рекомендуют при начальных явлениях недостаточности кровообращения у людей в пожилом возрасте, при болезнях климактерического периода, тиреотоксикозе, атеросклерозе и неврозе для профилактики и лечения нарушений сердечного ритма, сердечно-сосудистой недостаточности, экстрасистолии, мерцательной аритмии; назначают препараты боярышника после проведения курса лечения сердечными гликозидами больным с пороками сердца и недостаточностью кровообращения,

при передозировках и интоксикациях сердечными гликозидами, при экстрасистолии, которое возникает на фоне применения сердечных гликозидов. Применение экстракта боярышника при гипогалактике увеличивает лактацию и устраняет диспептические явления у детей грудного возраста.

В аптеках имеются следующие препараты боярышника: настойка плодов боярышника на 70 %-ном спирте 1: 100. Принимают ее по 20 капель 3 раза в день.

Жидкий экстракт боярышника. Назначают по 30 капель 3 раза в день 25–30 дней.

Цветки, из которых в домашних условиях готовят настой: 5 г цветков заливают 200 мл горячей кипяченой воды, нагревают на водяной бане в течение 10 мин, процеживают, принимают по 1 ст. л. 2–3 раза в день до еды.

Плоды боярышника в упаковке по 50 г. Из них готовят отвар: 1 ч. л. плодов заливают стаканом холодной воды, на малом огне медленно доводят до кипения, затем в теплом виде принимают по 1 ст. л. до еды.

В быту, помимо чая из плодов, готовят сладкие пирожки, варенье и кисели, экстракты.

Желтушник раскидистый (венички, горчак, желтушник серый, желтушник рассеянный)

Ботаническая характеристика. Желтушник – двулетнее травянистое растение до 60–80 см высотой. Корень стержневой, небольшой. Стебель прямостоячий. Листья линейные с мелкими зубцами, короткочерешковые. Цветки липкие, желтые, в кистях. Плоды – стручки 4–10 мм длиной, тонкие, четырехгранные. Цветет в мае – августе. Для заготовок могут использоваться и другие виды желтушника: желтушник маршала, левкоевый. Желтушник встречается в лесостепной зоне в кустарниках, по опушкам, травянистым склонам.

Он произрастает в Волгоградской, Орловской, Тульской, Тамбовской областях, Чувашии и других областях европейской части России, Краснодарском крае, Крыму, Северном Кавказе.

Химический состав. Часто растения содержат сердечные гликозиды. Наибольшее их количество находится в цветках и семенах, меньше – в листьях, стеблях и корнях. Максимальное количество гликозидов – в период бутонизации и цветения растения. Гликозиды представлены эрезимином и эризимозидом. Семена содержат 30–40 % жирного масла, в состав которого входят олеиновая, пальмитиновая, линолевая и линоленовая кислоты, эризимин расщепляется на строфантин, дегиоксозу и глюкозу.

Фармакологические свойства. Биологическая активность эризимина очень высока и занимает одно из первых мест среди других сердечных гликозидов, по эффекту действия на организм он аналогичен строфантину.

Эризимозид обладает более сильным кумулятивным действием. Он всасывается из желудочно-кишечного тракта и активен при приеме внутрь.

Применение и дозирование. Используют препараты желтушника как средство неотложной помощи при расстройствах функций сердечно-сосудистой системы. Препараты желтушника в организме не кумулируют, но в силу большой биологической активности требуют осторожности при назначении.

Кардиовален, комплексный препарат, содержащий свежий сок желтушника, допизид, жидкий экстракт боярышника, камфору, свежий сок из корней валерианы. Применяется при ревматических пороках, гипертонической болезни, кардиосклерозе с явлениями сердечной недостаточности, нарушениями кровообращения I–II степени, вегетативных неврозах.

Назначают внутрь по 15–20 капель, прием 1–2 раза в день. Препараты желтушника применяются только по назначению врача.

Ландыш майский (заячьи усики, молодильник, язык лесной)

Ботаническая характеристика. Многолетнее травянистое растение с тонким ветвистым, горизонтальным корневищем, обеспечивающим вегетативное размножение. Развивается 2 эллиптических цельнокройных голых прикорневых листа и цветочная стрелка между ними с односторонней кистью белых пониклых, шестизубчатых душистых цветков. Плод – красная мясистая ягода. Растение ядовитое.

Цветет в мае-июне. В России произрастает 3 вида: ландыш майский, закавказский, ландыш Кейске. Встречается в лесной зоне европейской части России, на Кавказе, Дальнем Востоке.

Сбор лекарственного сырья. В медицине используют цветки, траву, листья ландыша. Сырье заготавливают в начале цветения. Срезают ножницами у самого основания или обрывают цветки со стрелками руками. Сушат быстро, чтобы инактивировать ферменты, разрушающие сердечные гликозиды, в помещениях, под навесами и в сушилках при температуре не выше 40–60 °С. Активность травам ландыша сохраняет 6 месяцев.

Фармакологические свойства. Все части растения содержат гликозиды. Накопление гликозидов различно в различные фазы вегетации в различных частях растений: наиболее высокое содержание в листьях до образования бутонов, меньше при цветении, по отцветании еще ниже, в цветках наиболее высокое содержание гликозидов. Состав суммы гликозидов сложный, их содержится от 8 до 11. Наиболее изученным является конваллотоксин и конвалозид. Конваллотоксин превосходит другие гликозиды.

При внутривенном введении конваллотоксин оказывает быстрое и сильное действие на сердечную деятельность. Эффективность препарата заметно уменьшается при приеме внутрь. По характеру действия конваллотоксин близок к строфантину, гликозиды благоприятно влияют на образование и использование энергии в миокарде, изменяют внутриклеточную концентрацию ионов. Препараты ландыша оказывают регулирующее влияние на энергетический и липидный обмен в миокарде, нарушенный при недостаточности кровообращения, коронарной недостаточности.

Ландыш обладает слабо выраженными кумулятивными свойствами. Гликозиды ландыша оказывают мочегонное действие благодаря воздействию на систему мочевого выделения.

Применение и дозирование. Из травы ландыша готовят настойку из расчета 1:10 на 70 %-ном спирте, которую назначают по 15–20 капель.

Коргликоген – раствор суммингеликозидов из листьев ландыша. Он выпускается в ампулах по 1 мл и содержит 0,6 мг корликона. Корликон при внутривенном введении по характеру действия близок к строфантину, но он выводится через 3 суток после введения.

Кормикон назначают при острой и хронической недостаточности кровообращения II и III степени, при тахиклетогической форме мерцания предсердий. Препарат вводится в вену медленно, струйно или капельно в растворе глюкозы.

Пустырник обыкновенный

Ботаническая характеристика. Многолетнее растение высотой 0,5–2 м. Корень стержневой, корневище деревянистое, с боковыми корнями, стебли четырехгранные, многочисленные, прямостоячие, покрыты длинными волосками. Листья глубоко рассечены на 3–5 остrokонечных долек. Черешки различной длины. Цветет в июне-июле. Цветки розово-фиолетовые, расположены в пазухах верхних листьев и образуют колосовидное соцветие. Плод состоит из четырех орешков, созревает в августе-сентябре. Пустырник распространен в европейской части России, на Кавказе, в Западной Сибири. Растет в поймах рек, в оврагах.

Лекарственным сырьем служит трава. Собирают ее, когда цветет не менее 2/3 цветоносов, срезая верхушки длиной 40 см. Сушат под навесом, или на чердаке, или в сушилках при температуре 50–60 °С. Хранят сырье в деревянной таре 3 года.

Трава содержит алкалоиды, сапонины, дубильные вещества, флавоноиды, гликозиды, сахара, эфирное масло, горечь, каротин, аскорбиновую кислоту, красящие вещества, которые участвуют в регуляции сердечной деятельности.

Пустырник обладает успокаивающим, противосудорожным и противовоспалительным действием, замедляет частоту и увеличивает силу сердечных сокращений, понижает артериальное давление, регулирует деятельность пищеварительного тракта, оказывает положительное влияние на течение доклимактерического периода и климактерического периода у мужчин и женщин.

Пустырник используют при начальных стадиях гипертонической болезни, при повышенной нервной возбудимости, сердечно-сосудистых неврозах, истерии, склерозе сердечной мышцы, а также при пороках сердца.

Для приготовления настоя 4 ст. л. заливают 1 стаканом горячей воды, кипятят на водяной бане 15 мин, охлаждают 45 мин, принимают по 1/2 стакана 2 раза в день за 30 мин до еды.

Наперстянка пурпурная

Ботаническая характеристика. Многолетнее травянистое растение, образующее на первом году розетку прикорневых продолговатых или овальных листьев темно-зеленого цвета длиной до 30 и шириной до 15 см. На 2-м году выбрасывает несколько прямостоячих стеблей, цветки красивые, пурпурные, крупные, собранные на верхушке стеблей в однобокую кисть. Цветет в июне-июле. Наперстянку культивируют в европейской части России. Другие виды наперстянки: крупноцветковые, реснитчатые, растет в лиственных лесах.

Фармакологические свойства и химический состав. Наперстянка пурпурная обладает разносторонним действием на организм, на сосуды, окончание блуждающего нерва, главным объектом действия является сердце. Она содержит дитоксин.

Препараты наперстянки красной применяют при хронической сердечной недостаточности II и III степени возникающей на почве клапанного порока сердца, тахиритмической форме мерцательной аритмии в случаях ослабления сердечной деятельности при инфекционных заболеваниях. Положительный эффект наперстянки проявляется в исчезновении отеков, уменьшении застойных явлений, урежении пульса, увеличении скорости кровотока, повышении диуреза и улучшении общего состояния. При передозировке препаратов наблюдаются явления интоксикации, выражающиеся в резкой брадикардии, нарушении сна, появлении одышки, неприятных ощущений в области сердца. В листьях наперстянки содержатся сердечные гликозиды – лаптозиды А, В, С.

Веществами, сопутствующими сердечным гликозидам, являются сапонины, имеющие стероидное строение, в присутствии сапонинов активность сердечных гликозидов возрастает. Кроме них, в наперстянке содержатся марганец и молибден.

Применение и способы введения препаратов. В экстренных случаях гликозиды применяют как антиаритмическое средство при пароксизмальных нарушениях сердечного ритма в виде внутривенных канальных вливаний в комбинации с адреноблокаторами и другими аритмическими средствами. При хронической недостаточности кровообращения препараты назначают внутрь в виде порошка, таблеток и свечей.

В связи с кумулирующим и токсическим действием наперстянки она назначается только врачом, чаще в стационаре. Самостоятельный прием сердечных гликозидов недопустим, равно как приготовление в домашних условиях отваров и настоев наперстянки.

Лесные лекарственные растения, содержащие адаптогены и вещества, стимулирующие нервную систему

К веществам с общетонизирующим действием и адаптогенам относятся препараты растительного происхождения, обладающие общетонизирующим действием на функции центральной нервной системы, эндокринную регуляцию, обменные процессы и повышающие адаптацию организма к неблагоприятным условиям. Общетонизирующие средства применяются в виде спиртовых экстрактов и настоек: корень женьшеня, экстракт элеутерококка, плоды шиповника, настойки аралии маньчжурской, заманихи и др. Эти препараты эффективны при пограничных расстройствах в качестве поддерживающей терапии, при общем ослаблении функций организма, перенапряжении и в периоде реконвалесценции, они повышают выносливость при физических и психических нагрузках. Механизм адаптогенного воздействия обусловлен ослаблением негативных биохимических и функциональных сдвигов при стресс-реакциях и активациях адаптивного синтеза рибонуклеиновых кислот и белков, приводящих к улучшению энергетического обмена и восстановительных процессов. Для развития заметного эффекта требуется продолжительное время.

Мордовник обыкновенный

Ботаническая характеристика. Многолетнее травянистое растение с мясистым стержневым маловетвистым корнем. Стебли одиночные или немногочисленные. Листья глубокоперисторассеченные длиной от 6 до 10 см, темно-зеленые, снизу беловато-войлочные. Цветки трубчатые, голубоватые в виде одноцветковых корзинок, собраны в крупные соцветия шаровидной формы. Плод – цилиндрическая семянка длиной до 6 мм, с чашевидным хохолком. Цветет в мае-июне. Плоды собирают осенью. Растет в лесостепной зоне европейской части России, Предкавказье, Западной Сибири и Средней Азии. Сбор сырья проводят осенью.

Химический состав. Мордовник содержит j-эхиноксин, который легко растворим в этиловом спирте, кипящей воде, В-эхиноксин и жирное масло.

Фармакологические свойства. Эхиноксин по фармакологическому действию сходен со стрихнином и бруцином. Эхиноксин малотоксичен и обладает большой широтой терапевтического действия. В малых дозах оказывает возбуждающее действие, в больших вызывает судороги. Эхиноксин тонизирует скелетную мускулатуру и положительно влияет на периферическую нервную систему.

Применение и дозирование. Эхиноксин применяют при различных состояниях, сопровождающихся гипотонией, при мышечной атрофии, периферических параличах. Он применяется при параличах, пояснично-крестцовом радикулите с явлениями неврита персонального нерва, сопровождающегося свисанием стопы, при нижнем вялом параличе, при рассеянном склерозе, неврите лицевого нерва, атрофии зрительного нерва, но не рекомендуется при пониженной функции зрительного нерва. Препарат применяется по назначению врача как 1 %-ный раствор по 10 капель 2 раза в день. Курс лечения – 20–30 дней.

Женьшень, корень-человек

Ботаническая характеристика. Многолетнее травянистое растение семейства аралиевых, со стержневым мясистым корнем длиной до 20–25 см, диаметром 2–2,5 см. Стебель

одиночный, высотой 30–70 см, прямой, тонкий, оканчивается мутовкой с 3–5 отдельными листьями. Цветки невзрачные, белые или розовые, собранные в простой зонтик. Плод – светло-красная ягода. Цветет в июле, плоды созревают в августе-сентябре.

В диком виде произрастает в глухих горных кедровых и смешанных лесах Уссурийской тайги. Встречается очень редко. Культивируется последнее время в связи с ограничением растительных запасов.

Сбор сырья. Женьшень заготавливают в свежем и сушеном виде, подвергая его специальной обработке. Чаще свежий корень варят в сахарном сиропе. Готовое сырье представляет собой мясистые корни с 2–5 крупными разветвлениями, тело корня утолщено, почти цилиндрическое, высушенные корни хрупкие, желтовато-белого цвета, в верхней части корня имеется «шейка», соединяющая корень с подземным стеблем. Корневище имеет слабый специфический запах, сладкий, жгучий, горьковатый вкус.

Химический состав. Из корня выделены панакс-сапонин, панаквилон, эфирное масло, в состав которого входят секветерпены, смесь жирных кислот, фитостерин, слизи, ферменты, витамин В₁ и В₂, тростниковый сахар, небольшое количество алкалоидов; железо, марганец, алюминий, фосфор, сера, кремний.

Фармакологические свойства. Женьшень является тонизирующим средством, его применяют при истощении, усталости, пониженной работоспособности, функциональных заболеваниях сердечно-сосудистой системы, при астенических состояниях. Он повышает иммунно-биологические свойства организма. Систематическое применение его способствует продлению жизни.

Применение. Чай из женьшеня готовят из порошка в соотношении 1: 10, который заваривают и принимают по 1 ч. л. 3 раза в день. Для приготовления отвара корень женьшеня измельчают, заливают водой и кипятят до тех пор, пока жидкость не выкипит до 50 % первоначального объема. Женьшеневую мазь готовят из порошка.

В основном женьшень применяют в виде спиртовых настоек и экстрактов. Настаивают также на разных винах и коньяке. Доза настойки – 15 капель на прием. Применяют порошок по 0,25 г 3 раза в день. Иногда назначают малые дозы, затем постепенно увеличивают их.

Заманиха (эхикопанакс высокий)

Ботаническая характеристика. Заманиха – кустарник до 1 м высотой со светло-серой корой, сильно колючий. Корневище поверхностное, толстое, длинное, с немногочисленными тонкими корнями.

Листья очередные, длинночерешковые, округлые в очертании, с сердцевидным основанием, пятилопастные, с редкими зубчиками по краю. Зеленые и блестящие, сверху матовые, более светлые снизу. Черешки листьев, оси соцветий и цветоножки с шипиками. Цветки зеленоватые, пятичленные, мелкие, собраны в кисть из зонтиков, тычинок 5, завязь нижняя. Плод мясистый, с двумя косточками. Цветет в июне-июле, плоды созревают в августе-сентябре. Лекарственным сырьем являются корневища с корнями.

Сбор сырья. Сбор корневищ производится весной и осенью. Вырывают корневище, отряхивая от земли, моют в холодной воде, режут на куски до 10–15 см длины и сушат в тени на воздухе или в сушилке. Срок хранения – 3 года.

Химический состав. Корни и корневища заманихи содержат сапонин, следы алкалоидов и гликозидов, эфирные масла. Активный комплекс заманихи составляют эхиноксазиды, флавоновые гликозиды, кумарины, смолистые вещества.

Фармакологические свойства. Стимулирующие свойства заманихи имеет благодаря комплексу действующих веществ, настойка заманихи является тонизирующим средством, оказывает стимулирующее действие на центральную нервную систему, снижает сахар в

крови в начальных стадиях диабета, в малых дозах повышает, а в больших дозах снижает уровень артериального давления. Действие заманихи подобно настойке женьшеня, но слабее.

Применение, дозирование. Настойку заманихи применяют как стимулирующее средство при астении, депрессивных состояниях.

При астенических состояниях у больных уменьшается головная боль, боль в области сердца и неприятные субъективные ощущения в различных частях тела, снижается утомляемость и раздражительность, улучшается сон. Положительные результаты получены у больных шизофренией с преобладанием в клинической картине депрессии. Использование настойки заманихи в комплексном лечении больных диабетом наиболее эффективно в тех случаях, когда в клинической картине отмечаются симптомы адинамии, отмечается повышение тонуса, настроения. Настойку назначают по 30–40 капель 2–3 раза в день до еды. Настойка представляет извлечение из корней заманихи в 70 %-ном спирте.

Лимонник китайский

Ботаническая характеристика. Двудомная лиана с деревянистым стеблем длиной до 8–10 м и более, толщиной до 2 см, с длинным корнем. Листья черешковые, эллиптические, заостренные, с клиновидным основанием, с красными черешками. Цветки в пазухах листьев, по одному или несколько на длинных цветоножках, листочки околоцветковые (6–9). Пыльниковые цветки – с цилиндрическим цветоложем, несущим многочисленные двухгнездные пестики. При созревании цветоложа удлиняется в ягоду, образуя плод в виде повислого колоса, густо усаженного сидячими красными ягодами, в которых находятся по 2 семени. Цветет в середине июня, ягоды созревают в сентябре-октябре. Одна лиана дает по 4–5 кг ягод. Вкус ягод чрезвычайно кислый, кожица сладкая, семена с неприятным запахом. Лимонник произрастает на Дальнем Востоке, в Хабаровском крае, на Сахалине и Курильских островах в кедровых лесах.

Сбор сырья. Собирают зрелые плоды лимонника, характерно жжение во рту.

Химический состав. Плоды содержат лимонную, яблочную и винную кислоты. Мякоть плодов содержит сахар, красящие вещества, семена содержат глиceryды линолевой и олеиновой кислот. Содержатся марганец, железо, кремний, фосфор, кальций.

Фармакологические свойства. Плоды лимонника китайского давно применяют как стимулирующее и тонизирующее средство при физическом переутомлении, для предупреждения чувства усталости и усиления остроты зрения, гипотоксических и депрессивных состояниях у нервных больных, при общем упадке сил в связи с хроническими инфекционными заболеваниями и интоксикациями, при вялопромулирующих ранах и трофических язвах. Лимонник применяется также как стимулирующее средство при ряде сердечных заболеваний функционального характера для ослабления дыхания, реактивной депрессии у больных с атеросклерозом. Его применяют у лиц, работающих с цветовыми сигналами, для повышения остроты цветоразличения. У препаратов китайского лимонника отсутствует кумулятивное и побочное действие.

Препараты лимонника принимают строго по назначению врача. Во избежание нарушения ночного сна их не применяют в вечерние часы, противопоказаны они при нервном возбуждении, повышенном артериальном давлении, нарушениях сердечного ритма.

Настойку лимонника готовят на 95 %-ном спирте, применяют по 20–30 капель 2–3 раза в день. Настой готовят из расчета 10 г плодов на 200 мл воды. Плоды толкут в ступке. Заливают кипятком, доводят до кипения и тут же снимают, остужают, принимают по 1 ст. л. утром и днем.

Действие наступает через 30–40 мин и продолжается 4–6 ч.

Тонизирующее действие лимонника на организм давно известно охотникам-нанайцам, по утверждению которых горсть сухих ягод лимонника «дает силы гнаться по следу собаки без приема пищи целый день».

Кроме применения в медицине, лимонник используется в пищевой промышленности для получения сиропов, а мякоть плодов используют в качестве конфет. Население, где произрастает лимонник, использует мякоть ягод для приготовления киселя, а кору кладут вместо лимона в чай.

Элеутерококк колючий (свободнаягодник колючий, дикий перец)

Ботаническая характеристика. Высокий кустарник с крупной корневой системой, с ветвями, густо усаженными тонкими мелкими шипами. Листья пятипальчатосложные, на длинных черешках, листочки обратноовальные, сверху голые или со щетинками, снизу по жилкам с рыжеватым опушением, края остродвоякозубчатые. Цветки двупалые, тычинковые – фиолетовые, а пестичные – бледно-желтые. Плоды шаровидные, блестящие, черные костянки с 5 косточками. Цветет в июле-августе, плодоносит в сентябре. Произрастает в лесах Приморского края.

Сбор лекарственного сырья. Заготавливают корни и корневища взрослых, хорошо развитых растений осенью, начиная со второй половины сентября. Корни выкапывают, отряхивают от земли, быстро моют в проточной воде, провяливают на открытом воздухе, рубят на куски, нагревают при 80 °С в течение ч, затем досушивают. Сырье – нарезанные куски корневищ и корней с легко снимающейся желтовато-бурой корой, излом белый, свежесухолокнистый, запах сильный, ароматный, вкус пряный, слегка вяжущий.

Химический состав. Корни и стебли содержат производные кумарина, в стеблях его меньше, чем в корнях. В листьях и цветках содержатся производные флавоноидов. Корневища и корни содержат 7 гликозидов, названных элеутерозидами А, В, С, Д, Е. Главными действующими веществами, по-видимому, являются элеутерозиды В, Д, Е. Кроме этого, найдено эфирное масло, имеется алкалоид аралии, есть сведения об обнаружении кумаринов. В листьях растения найдены каратиноиды, производные олеиновой кислоты. Кроме этого, в коре обнаружены крахмал, оксалат кальция, смолы.

Фармакологические свойства. Элеутерококк стимулирует физическую и умственную работоспособность, повышает сопротивляемость к различным вредным факторам и заболеваниям, нормализует кровяное давление, понижает повышенный уровень сахара в крови. Улучшая общее состояние, элеутерококк делает организм устойчивым к простудным и другим заболеваниям, улучшает сон, повышает аппетит, активизирует и уравнивает возбужденно-тормозные процессы в центральной нервной системе, уменьшает токсичность антибиотических веществ.

Применение. Показаниями для назначения являются переутомление, неврастения, психастения, истощение нервной системы, сопровождающееся понижением трудоспособности, бессонницей, вегетоневрозы, ангиоспазм аритмии и гипотония функционального характера, начальные формы атеросклероза, гипертонической болезни, острая и хроническая лучевая болезнь в сочетании с другими средствами.

Препараты элеутерококка повышают умственную работоспособность, адаптационные способности организма в экстремальных ситуациях, ослабляют стрессовые реакции. Элеутерококк нормализует показатели иммунитета в периоде реконвалесценции после тяжелых инфекций, повышает комплементарную и бактериальную активность сыворотки крови, увеличивает части Т-лимфоцитов, повышает уровень лизоцина, γ gA, γ gM, является регулятором обмена веществ.

Противопоказания – инфаркт миокарда, гипертонические кризы, лихорадочные состояния.

Применение, дозирование. Жидкий экстракт корневища предложен как заменитель женьшеня. Его принимают по 15–20 капель 2–3 раза в день за 30 мин до еды. Курс лечения – 1–2 месяца. Повторные курсы – через 15 дней. При необходимости препарат можно применять и более длительное время, так как он малотоксичен и не кумулирует в организме.

Лесные растения, содержащие вещества, оказывающие успокаивающее действие

Валериана лекарственная (валериана аптечная, сорокоприточная трава, маун, мяун, кошачья трава)

Ботаническая характеристика. Многолетнее травянистое растение с вертикальным коротким корневищем, усаженным со всех сторон корнями. На первом году образуется лишь розетка прикорневых листьев, а на втором году вырастает стебель и растение зацветает. Листья непарноперисторассеченные черешковые, верхние сидячие. Цветки мелкие, бледно-розовые, душистые, собранные на верхушках стебля в крупные метелки. Чашечки незаметные. Тычинок три, плод – мелкая удлинненно-яйцевидная семянка, увеличенная десятилучистым хохолком. Цветет с июня до августа. Валериана образует большое число разновидностей, или географических рас, отличающихся по форме листьев и по мощности корневища, но они все допускаются к применению. Валериана произрастает во влажных местах, по сырым заболоченным лесным полянам, на сырых лугах, пойменных лесах и среди кустарников. Встречается валериана повсеместно в России, за исключением Крайнего Севера, Сибири и пустынных районов Средней Азии. Кроме этого, валериана культивируется в связи с повышенным спросом. Русское обозначение валерианы как «кошачьей травы» не случайно, кошки действительно любят это растение и впадают в эйфорию от запаха валерианы, поэтому помещение, где хранятся корни валерианы, должно быть недоступно животным.

Сбор сырья. Используется обычно корневище с корнями валерианы. Корни и корневища выкапывают острой лопатой, садовыми вилами в фазу, когда плоды уже облетели, но стебли со щитками еще сохранились, так как без щитка трудно найти растение, наземные стебли срезают ближе к корневищу, корни отряхивают от земли, промывают водой в специальных карманах или корзинках, раскладывают на воздухе для обсушки после моютя, а затем подвяливают 1–3 раза, складывая слоем 15 см, затем разбрасывают и медленно сушат в тени. Медленная сушка дает более душистое сырье. Свежие корни светлые, почти без запаха, при высушивании они постепенно принимают темно-бурую окраску и издают характерный запах. Высушенные корни отсеивают от земли на металлических сетках. Собирают корни ранней весной или поздней осенью.

Химический состав. Корни и корневища валерианы содержат ценное эфирное масло и свободную изовалериановую кислоту, эфирное масло преобладает в тонких корнях, а валериановая кислота – в толстых старых корнях. Главной составной частью эфирного масла является сложный эфир борнеола с изовалериановой кислотой. Кроме этого, в корнях и корневищах валерианы содержатся флавоноиды, найдены алкалоиды, эфиры борнеола с муравьиной, масляной, уксусной и другими кислотами, а также терпеноиды, дубильные вещества. Терапевтическое действие оказывает весь комплекс веществ.

Фармакологические свойства. Валериана оказывает многостороннее действие на организм: угнетает центральную нервную систему, понижает ее возбудимость, угнетает дыхание, регулируемое средами мозга. Эфирное масло валерианы ослабляет судороги. Она регулирует деятельность сердца, действуя через центральную нервную систему непосредственно на мышцу и проводящую систему сердца, улучшает коронарное кровообращение, усиливает моторную функцию кишечника и подавляет бродильные процессы.

Назначается валериана как успокаивающее средство при нервном возбуждении, бессоннице, неврозах сердечно-сосудистой системы, спастических состояниях желу-

дочно-кишечного тракта. Кроме этого назначается при эпилепсии наряду с другими лечебными средствами, а также при возбуждении на почве психической травмы.

Валериана также эффективна при систематическом и длительном применении в виду медленного развития терапевтического эффекта. Подавляя гипоталамические центры аппетита, валериана снижает чувство голода, подавляет аппетит, помогает переносить ограничение пищи, поэтому она используется в комплексной терапии ожирения. Одним из компонентов лечебного действия является ее запах, рефлекторно действующий на центральную нервную систему.

Валериана применяется в виде настоя корней или корневищ (1:30), настоек и экстрактов. Корни и корневища входят в состав сборов ветрогонного, желчегонного, общеуспокаивающего действия.

Чай. Валериану можно пить в виде чая: 8–10 г измельченного корня заваривают крутым кипятком, чтобы эфирные масла не улетучились, накрывают стакан блюдцем так, чтобы оно коснулось настоя. Содержимое стакана выпивают в течение следующего дня.

Водная настойка. Растертые корни заливают теплой водой на 5 ч, из расчета 5–15 г на 180 гр воды, является хорошим успокаивающим средством.

Настой корней валерианы. 1 ч. л. измельченных корней заливают стаканом воды, настаивают 8–10 ч, кипятят 10 мин, дают отстояться, процеживают.

Спиртовая настойка. Спиртовую настойку готовят так: 1 часть мелко нарезанных корней валерианы заливают 5 частями 70 %-ного спирта и в теплом месте настаивают неделю. Из жидкости отжимают остаток, дают отстояться и процеживают. Принимают по 15 капель 3 раза в день.

Эфирная настойка. Берут 1 часть мелко нарезанного корня, настаивают 4 суток в 4 частях 90 %-ного спирта, потом доливают 2 части эфира и настаивают еще 3 суток. Жидкость сливают, отжимают остаток. Принимают по 15 капель в день.

Сок валерианы. Его отжимают в сентябре-октябре из свежих корней. Улучшает сон, снимает умственное и нервное напряжение, головные боли. Принимают по 1 ч. л. сока и меда 3 раза в день.

Душица обыкновенная

Ботаническая характеристика. Многолетнее травянистое растение с ветвистым корневищем. Стебли высотой 30–90 см, пряные, четырехгранные, часто у основания разветвленные. Листья продолговатые, супротивные, сидящие в пазухах прицветников, собранные небольшими щитками, образующими на верхушке стебля раскидистую щитковидную стенку. Растение распространено повсюду, кроме Крайнего Севера, растет между кустарниками на лесных полянах, лугах. Душица введена в культуру.

Сбор сырья. Лекарственным сырьем служат цветущие и облиственные части растений. Их срезают длиной 20 см и раскладывают слоем 5–7 см на бумаге или ткани. Сушат в помещении с хорошей вентиляцией. Затем траву обмолачивают и растирают. Хранят в стеклянных, хорошо закрытых стеклянных банках 3 года.

Химический состав. Сырье содержит эфирные масла, фенолы, тимал, гернилцерат и другие соединения, а также аскорбиновую кислоту, жирные масла и дубильные вещества.

Фармакологическое действие. Препараты душицы оказывают успокаивающее действие на центральную нервную систему, усиливают секрецию пищеварительных и бронхиальных желез и перистальтику кишечника, поднимают тонус гладкой мускулатуры. Душица обладает противовоспалительным, антимикробным действием, желчегонным, мочегонным и отхаркивающим действием.

Применение, дозирование. Настой душицы применяют при гипертонической болезни, нервном возбуждении, бессоннице. Крепкий чай душицы вызывает потоотделение. Настой травы применяется при атонии и воспалении кишечника, запорах, при бронхитах с плохо отделяемой мокротой. Наружно в виде примочек. Для приготовления настоя 2 ст. л. воды заливают 1 стаканом горячей воды, нагревают на водяной бане 15 мин, охлаждают, процеживают. Принимают по 1/2 стакана 2 раза в день за 15 мин до еды.

Синюха голубая

Ботаническая характеристика. Многолетнее травянистое растение высотой до 75 см. Корневище толстое, короткое, с многочисленными тонкими мочковатыми корнями, от корневищ отходят несколько хорошо развитых, полых, ребристых стеблей. Цветки голубые, с ярко-желтыми тычинками, собранные в конечные метельчатые соцветия. Цветет в июне-июле, семена созревают в августе-сентябре. Синюха растет в сырых местах, на опушках лесов, полянах, среди кустарников. Распространена в европейской части России и Восточной Сибири.

Сбор лекарственного сырья, используемые части. Для лекарственных целей используются корни и корневища. Синюху заготавливают в августе-сентябре, когда растение увядает. Корни выкапывают, промывают в воде, сушат в один слой в сушилке при температуре 50–60 °С. Сухие корневища серовато-белого цвета, запах сырья слабый, вкус горьковатый.

Химический состав. Синюха содержит сапонины, которые хорошо растворимы в воде. Она содержит смолы, органические кислоты, жирные и эфирные масла, крахмал.

Фармакологические свойства. Синюха голубая является популярным средством в народной медицине. Она применяется как успокаивающее средство при эпилепсии и бессоннице. Кроме этого свойства, синюха обладает отхаркивающим действием, а также снижает количество холестерина и уменьшает гипойдную инфильтрацию стенок аорты и отходящих от нее сосудов.

Применение, дозирование. Препараты синюхи применяют как успокаивающее и отхаркивающее средство. Синюха малотоксична, при длительном применении не вызывает побочных действий.

Отвар готовят следующим образом. Корни измельчают до размера кусочков 3 мм, помещают в фарфоровый или эмалированный сосуд, заливают водой комнатной температуры из расчета 6 г на 200 мл воды, закрывают крышкой, нагревают на водяной бане 30 мин, охлаждают 10 мин, процеживают и добавляют недостающее количество кипяченой воды. Отвар хранят 3–4 дня в темном прохладном месте.

Пустырник пятилопастный

Ботаническая характеристика. Многолетнее растение сероватого цвета, имеет один или несколько стеблей. Стебли прямостоячие ветвящиеся, красноватые, высотой 50–150 см, несущие на себе супротивно расположенные листья, они пальчатопятираздельные, ярко-зеленые, снизу сероватые, в очертании округлые, длиной 6–17 см. Цветки розовые, собранные в сложные мутовки в пазухах верхних листьев. Плод состоит из 3–4 темно-коричневых орешков длиной 2–3 мм, заключенных в чашечку. Цветет с июля по октябрь.

Пустырник растет повсеместно, кроме Крайнего Севера.

Сбор сырья. Сырье представляет собой верхушки стеблей с цветками и листьями длиной до 40 см, со слабым запахом и горьким вкусом. Собирают во время цветения, сушат под навесом или в сушилке при температуре 50–60 °С.

Химический состав. Трава содержит алколоиды, сапонин, дубильные вещества, флавоноиды, гликозиды, сахара, эфирное масло, горечи, каротин, аскорбиновую кислоту, красящие вещества, а также соли калия и кальция, которые участвуют в регулярной сердечной деятельности.

Фармакологические свойства. Препараты пустырника обладают успокаивающим, противосудорожным действием, замедляют и увеличивают силу сердечных сокращений, понижают артериальное давление, регулируют функцию желудочно-кишечного тракта, оказывают влияние в климактерический период.

Применение, дозирование. Пустырник используют в начальных стадиях гипертонической болезни. Он является составной частью сборов при лечении язвенной болезни желудка, особенно в случаях возникновения болезни на почве повышенного функционального состояния нервной системы. Назначают пустырник при повышенной нервной возбудимости, сердечно-сосудистых неврозах, истерии, склерозе сердечной мышцы или ее воспалении. По действию на нервную систему и заболевания сердечно-сосудистой системы несколько превосходит препараты валерианы.

Для приготовления настоя 4 ст. л. травы заливают 1 стаканом горячей воды, нагревают на водяной бане, охлаждают, процеживают, отжимают. Принимают по 1/2 стакана 2 раза в день за 30 мин до еды. Настойку готовят на 70 %-ном спирте (1: 5). Принимают по 15–20 капель 3–4 раза в день.

Пион уклоняющийся (марьин корень)

Ботаническая характеристика. Многолетнее травянистое растение семейства лютиковых высотой 60–100 см, с коротким многогранным корневищем, листья очередные, почти голые, длиной 10–30 см, дваждытройчатые, сегменты глубокотройчатые или перисторассеченные. Стебли одноцветковые. Цветки пурпурно-розовые, диаметром 8–13 см. Лепестки (2–5) многосемянные по голым стеблям. Плод (2–5) многосемянник голых листовок. Семена круглые, округлые, черные. Цветет с конца мая до конца июня. Распространен в лесной зоне европейской части России, Сибири, растет в хвойных, смешанных и мелколиственных лесах, на полянах, опушках.

Лекарственным сырьем служит все растение. Надземную часть срезают во время цветения. Корни частично выкапывают, отряхивают от земли, отделяют наземную часть и моют. Сушат на чердаке или под навесом. Как только сырье становится ломким, его досушивают в сушилке при температуре 40–60 °С. На вкус оно сладковато-жгучее, слегка вяжущее, запах своеобразный, сильный. Срок хранения – 3 года.

Химический состав. Корни содержат углеводы, ароматические кислоты, эфирное масло, монотерпеноиды, стероиды, следы алкалоидов, витамин С, ароматические соединения, фенолкарбоновые кислоты, дубильные вещества и флавоноиды, жирное масло и микроэлементы (железо, медь, марганец, магний, кальций, стронций, хром, висмут и др.).

Фармакологические свойства. Препараты пиона обладают успокаивающим, противосудорожным, противовоспалительным и тонизирующим действием. Его применяют как противоядие при отравлениях, он губительно действует на простейшие организмы. В китайской медицине плод является составной частью противоопухолевых сборов.

Применение и дозирование. В народной медицине пион используют при различных заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

Хмель обыкновенный

Ботаническая характеристика. Многолетнее травянистое растение семейства коноплевых, длиной 3–6 м. Растение двудомное. Стебель покрыт пленками. Листья крупные, 3– и 5-раздельные с длинными черешками. На женских побегах листья после цветения сильно разрастаются и соцветие приобретает вид мягкой шишки. Цветет в июне – августе. Плод – орешек. Созревает в июле-августе. Хмель обыкновенный распространен почти во всех районах европейской части России, на Кавказе, Западной и Восточной Сибири. Растет в широколиственных лесах, кустарниках, по долинам рек.

Сбор сырья. Лекарственным сырьем служат шишки, корни и листья. Шишки собирают в середине августа в начальной стадии созревания, когда они зеленовато-желтые. Обрывают их с ножками, чтобы при сушке они не рассыпались. Сушат в тени, раскладывая тонким слоем и часто переворачивая. Срок хранения – 3 года в сухом месте. Листья заготавливают в период цветения растений. Корни выкапывают осенью. Сушат обычным способом.

Химический состав. Соплодия хмеля содержат органические кислоты, эфирное масло, алкалоиды, витамин В, дубильные вещества, флавоноиды, антоцианиды и халконы. В листьях найдены углеводы, витамины В₁, В₂, С, каротин, фенокарбоновые кислоты.

Железки процветников женских соцветий содержат эфирное масло, в состав которого входят гумуген, монарамон, гераниол и другие горькие вещества.

Фармакологические свойства. Препараты растения обладают успокаивающим, снотворным, мочегонным, противосудорожным, болеутоляющим и антибактериальным действием.

Применение и дозирование. Настой шишек хмеля применяют при заболеваниях нервной системы в качестве успокаивающего снотворного и противосудорожного средства. Они полезны при отеках, язвенной болезни, воспалении слизистой оболочки желудка, воспалительных заболеваниях почек, мочевого и желчного пузыря.

Настой незрелых соплодий назначают при тромбозах, туберкулезе, малярии и как антигельминтное средство. Наружно его используют при угрях и для укрепления волос.

Для приготовления настоя 2 ст. л. соплодий заливают 0,5 л кипятка, настаивают 2 ч и процеживают. Принимают по 1/2 стакана 4 раза в день до еды.

В качестве болеутоляющего, успокаивающего и снотворного средства используют в смеси с травой пустырника в соотношении 1: 1 с добавлением 1/10 части мяты. Для приготовления настоя 1 ст. л. смеси помещают в термос и заливают 0,5 л кипятка. Настаивают ночь. Принимают по 1/2 стакана 3 раза в день до еды.

Лесные лекарственные растения, обладающие противовоспалительным и общеукрепляющим действием

Многие растения этой группы повышают сопротивляемость организма и его устойчивость к инфекциям. Благодаря своему антисептическому эффекту и способности усилить иммунный ответ они эффективно используются при лечении инфекционных заболеваний наряду с общепринятой терапией. Конечно, лечение инфекций должно включать антибиотикотерапию, но лесные лекарственные травы используют либо на ее фоне, либо после нее для восстановления иммунитета. Лекарственные растения не обладают такими побочными действиями, как антибиотики, поэтому они более безопасные и их можно принимать длительное время.

Девясил высокий

Ботаническая характеристика. Многолетнее растение семейства сложноцветных до 100–150 см высотой. Корневище толстое, мясистое с отходящими многочисленными придаточными корнями. Стебель продольно-бороздчатый, короткий. Листья крупные, эллиптические, яйцевидной формы. Цветки желтые, собраны в круглые немногочисленные корзинки 7–8 см в диаметре, образуют редкие кисти или щитки. Плод – бурое призматическое семя.

Растет среди кустарников лиственных лесов по берегам рек в Поволжье, на Кавказе, Алтае, Западной Сибири.

Сбор сырья. Осенью выкапывают корневища и более толстые корни, разрезают поперек на небольшие куски, толстые корневища – продольно.

Химический состав. Корни содержат эфирные масла, застывающие в желтоватую кристаллическую массу, состоящую из смеси трех секвитерпеновых лактонов, главная часть его – алантолактон, он обладает бактерицидными и противоглистными свойствами. Содержатся горькие вещества, полисахариды, сапонины.

Фармакологические свойства. Препараты девясила применяются как противовоспалительное, отхаркивающее, противомикробное, желчегонное и противоглистное средство. Он входит в состав сборов с амоническим действием.

Применение, дозирование. Девясил эффективен при хронических заболеваниях дыхательных путей: бронхитах, трахеитах, туберкулезе с большим выделением слизи. Кроме этого, назначается наружно при экземе и чесотке, грибковых заболеваниях кожи. В основном применяются отвары из расчета 1: 10, которые принимают по 1 ст. л. 3 раза в день.

Кипрей (Иван-чай, хаменериум узколистный)

Ботаническая характеристика. Многолетнее корнеотпрысковое, травянистое растение высотой 150 см, листья очередные, кольцевидные. Цветки лиловые, пурпурные, иногда белые с глубокочетырёхраздельной чашечкой, с короткой трубкой и неправильным венчиком. Соцветия конечные редкие, длинная кисть. Плод – коробочка, семена продолговатые, с хохолком. Цветет с конца июня до середины августа. Распространен повсеместно: растет на лесных полянах, просеках, опушках лесов, на пустырях и высоких торфяных болотах. Лекарственным сырьем служат листья и цветки.

Сбор лекарственного сырья. Сырье собирают в июле – сентябре, рассыпают в тени слоем не более 5 см, подвяливают 1 сутки, скручивают ладонями, пока не выступит сок,

затем раскладывают на противень, накрывают мокрой тканью, выдерживают 6–10 ч при температуре 25 °С и сушат 40 мин в печи или духовке при температуре 100 °С. Срок хранения – 2 года.

Химический состав. Листья содержат витамин С, каротин, дубильные вещества, слизь, кумарины, флавоновые, антоцидные соединения и алкалоиды. Все части растения содержат много железа, марганца и других микроэлементов.

Фармакологические свойства. Настой кипрея обладает противовоспалительным, обволакивающим, болеутоляющим и противосудорожным действием.

Применение и дозировка. Кипрей полезен при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, воспалении слизистой оболочки желудка и кишечника. Для приготовления настоя 3 ст. л. измельченной травы заливают 1 стаканом горячей воды, кипятят 15 мин, охлаждают при комнатной температуре, процеживают и доводят объем до исходного. Принимают по 2 ст. л. 3 раза в день во время еды.

Для заварки чая кипрей кладут в горячий фарфоровый чайник. Обдают кипятком, сливают его, тут же заливают вновь, настаивают. Применяют при головных болях, бессоннице, расстройствах кишечника.

Зверобой продырявленный

Ботаническая характеристика. Многолетнее растение семейства зверобойных, высотой 30–70 см. Стебли гладкие, круглые. Корневище тонкое, стеблеветвистое. Листья супротивно продолговатые, гладкие, с многочисленными черными железками. Цветет с июня до августа. Цветки собраны в широкометельчатое, почти щитовидное соцветие. Лепестки ярко-желтые. Плод – 3-гнездная коробочка. Семена мелкие, продолговатые, бурые.

Зверобой растет по всей территории России, за исключением северных районов, на опушках лесов, лугах, холмах.

Сбор сырья. Лекарственным сырьем служит трава. Срезают только верхние части растений длиной до 20 см. Трава имеет приятный запах и горьковатый вкус. Сушат ее на чердаке, под навесом или в сушилке при температуре 50–60 °С. Повторно собирают через 30–40 дней. Его можно культивировать.

Химический состав. В надземной части содержатся флавоноиды, эфирное масло, дубильные, горькие и красные смолистые вещества, гиперцин, аскорбиновая кислота, витамины Р и РР, каротин, сапонины, холин и другие вещества, обладающие бактерицидным действием. Трава содержит вещества, являющиеся ингибитором фермента монхолеиноксидазы. За счет гиперцицина и псевдогиперцицина эффективен при гепатитах А и В, гриппе А и В, С, кори, краснухе, гиперацидном гастрите, инфекционных заболеваниях желудочно-кишечного тракта, заболеваниях печени, почек, желчного пузыря.

Фармисологическое действие. Зверобой с давних пор является народным средством, которое завоевало признание и в научной медицине. Его широко используют вместе с другими лекарственными средствами. Биологическая активность его обеспечивается флавоноидами. Препараты зверобоя обладают вяжущим и противовоспалительным действием благодаря наличию дубильных веществ. Вместе с другими фракциями они оказывают губительное действие на микробы, которые устойчивы к антибиотикам. Горькое вещество усиливает секрецию желудка. Гиперцин регулирует обменные процессы в организме, усиливает поглощение ультрафиолетовых лучей кожей. Это вещество нерастворимо в воде, оно имеется только в спиртовых вытяжках и соке растений.

Препараты зверобоя расслабляют гладкую мускулатуру желчных протоков, кровеносных сосудов, кишечника и мочеочника, что обеспечивает выделение желчи и уменьшает ее застой в желчном пузыре, способствует снятию спазма толстой и тонкой кишки, увеличи-

вает фильтрацию мочи, укрепляет стенки капилляров, улучшает венозное кровообращение и кровоснабжение внутренних органов.

Применение, дозирование. Зверобой принимают в виде экстракта или отвара. Для его приготовления 10 г травы заливают 1 стаканом горячей воды, кипятят на медленном огне 30 мин, охлаждают 10 мин, процеживают и отжимают. Принимают по 1/3 стакана 3 раза в день за 30 мин до еды.

Применяют при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, мочевого пузыря, при недержании мочи у детей, геморрое, туберкулезе.

Настойку травы зверобоя готовят на 40 %-ном спирте в соотношении 1: 5. Применяют как вяжущее и противовоспалительное средство для полосканий полости рта.

Зверобойным маслом смазывают пораженные участки кожи, раневые поверхности, язвы. Для приготовления масла берут 20–25 измельченных цветков и листьев, заливают 200–250 г оливкового, подсолнечного или льняного масла, настаивают 2–3 недели в теплом месте, процеживают, хранят в темном флаконе.

Рекомендуемая доза – 2–8 мл в сутки жидкого экстракта в разведении 1:2. Более высокие дозы допустимы при вирусных инфекциях, более низкие (2–4 мл в сутки) показаны при длительном течении депрессивных состояний.

Превышение дозы иногда вызывает фотодерматозы, повышает чувствительность к боли и тепловым раздражениям.

Клюква четырехлепестная

Ботаническая характеристика. Вечнозеленый полукустарник со стелющимися, тонкими побегами до 80 см длиной. Листья очередные, кожистые, блестящие, темно-зеленые, снизу покрыты восковым голубовато-сизым налетом. Соцветия зонтиковидные, из розово-красных цветков. Плоды – ягоды шаровидной формы, сочные, темно-красного цвета.

Клюква распространена на болотах в северных районах европейской части России, Западной и Восточной Сибири на Камчатке, Сахалине. Цветет в мае-июне, плоды созревают в конце августа.

Сбор. Ягоды собирают в 3 срока. Собираемая в сентябре ягода твердая, но при хранении дозревает и размягчается, залитая холодной водой может сохраняться всю зиму. Ягода, собираемая поздней осенью, по наступлении морозов, наиболее вкусная и кислая, ее хранят в замороженном виде, но при оттаивании быстро портится. Подснежная клюква, собираемая ранней весной, более сладкая вследствие уменьшения кислотности, сохраняется недолго.

Химический состав. Ягоды содержат гликозид вакцинин, органические кислоты, лимонную кислоту, витамин С, бензойную, хинную, олеиновую, урсоловую кислоты, сахара, гликоновые и красящие вещества.

Фармакологические свойства. Применяется как общеукрепляющее средство. Урсоловая кислота обладает гормоноподобным, кортикоидным действием. Из клюквы готовят клюквенный сироп и экстракт.

Береза повислая (береза бородавчатая)

Ботаническая характеристика. Высокое (до 20 м) дерево с гладкой белой корой. Листья треугольноромбические, двоякозубые, как и молодые веточки покрыты смолистыми железками, душистые мужские и женские цветки в сережках. Мужские сережки конечные повислые, расположены по 2–4, женские пазушные, одиночные, прямостоячие или отклоненные. Плод односемянной, плоскосжатый орешек с двумя перепончатыми крылышками. Время цветения: май-июнь.

Береза растет в лесной зоне европейской части России и Западной Сибири.

Сбор лекарственного сырья. Для лечебных целей используются почки, из древесины получают деготь. Почки березы собирают зимой и ранней весной, когда они еще не распустились. Сушат в сушилках при температуре 25–30 °С или в тени под навесом. Распутившиеся почки для применения не пригодны.

Химический состав. Почки березы содержат эфирное масло, которое представляет собой густую желтую жидкость с бальзамическим запахом. В листьях обнаружены бутиловый эфир, аскорбиновая кислота до 2–8 %, каротин, триберпеновые спирты, вещества кумариновой природы, лейкоантоцимиды, стерины, гиперозид, дубильные вещества, сапонины.

Фармакологические свойства. Настои и отвары березовых почек проявляют антимикробную активность стафилококков. Препараты листьев березы оказались активными в отношении лямблий, трихомонад. Листья березы оказывают противовоспалительное действие. Березовый сок обладает общеукрепляющим действием, витаминным и ферментативным свойствами, препятствует образованию мочевых камней.

Применение, дозирование. В медицине применяют все части березы: почки, листья, кору, сок, деготь, березовый уголь. Почки березы применяют при сердечных отеках, при заболеваниях печени, при бронхитах, трахеитах.

Отвар березовых почек готовят из расчета 10 г на 200 г воды, кипятят 15 мин, процеживают, принимают по 1 ст. л. 3 раза в день.

Липа сердцевидная (липа мелколистная, путанка)

Ботаническая характеристика. Дерево до 20–25 м высотой с крупной конусовидной кроной. Листья очередные, длинночерешковые, сердцевидные, сверху голые, снизу с пучками волосков в углах жилок, цветки желтовато-белые, душистые, собранные по 3–15 зонтиком с языковидным прицветным листом. Плод – одно-, двухсеменной орешек. Цветет в конце июня – начале июля. Плоды созревают в сентябре.

Липа произрастает в лесах средней полосы европейской части России, Урала, Западной Сибири.

Сбор лекарственного сырья. В медицине применяются соцветия липы с прицветными листьями, их собирают в то время, когда большая часть цветков распустилась, а другая часть находится в стадии бутонизации, цветки сушат в сушилках при температуре не выше 40–45 °С, хранят в полутемном, проветриваемом помещении. Срок хранения – 2 года.

Химический состав. В цветках липы содержатся тилиацин, сапонины, дубильные вещества, витамин С, каротин, дубильные вещества, фитонциды.

Фармакологические свойства. Настои цветков липы оказывают противовоспалительное действие, флавоноиды стимулируют процессы регенерации, обладают антисептическими свойствами, оказывают жаропонижающее и патогенное действие, способствуют выделению из организма с потом хлорида натрия, понижают артериальное давление, оказывают седативное влияние, повышают диурез.

Применение. Настои и отвары липы. Применяют в качестве жаропонижающего и противовоспалительного средства при гриппе, простудных заболеваниях, бронхитах, инфекционных болезнях, невралгиях, циститах.

Липовый цвет используется вместо чая при гипертонической болезни, сосудистых кризах, климактерических расстройствах. Настои принимают при острых и хронических процессах в носоглотке. Для приготовления чая заваривают 1 ст. л. цветков на стакан кипятка, пьют по 1/2 стакана на ночь. Для приготовления настоя 2 ст. л. измельченных цветков липы заливают 2 стаканами кипятка, настаивают 20–30 мин.

Отвар готовят из расчета 3–4 ст. л. измельченных цветков на 400 г воды. Нагревают на водяной бане в течение 10 мин, процеживают, принимают по 1/3 стакана 2–3 раза в день.

Сосна обыкновенная (сосна лесная, барина)

Ботаническая характеристика. Высокое стройное дерево с мутовчато расположенными ветвями, шелушащейся красновато-бурой корой. Хвоя длинная, темно-зеленая, полуцилиндрическая, жесткая, вечнозеленая.

Иглы расположены попарно. Пыльниковые шишки серо-желтые, образуются весной на молодых побегах и быстро отмирают. Семенные шишки созревают 2–3 года.

Сосновые леса занимают огромные площади в европейской части России и Сибири. Сосна дает для медицины различное сырье.

Сбор сырья. Сосновые почки собирают ранней весной в период набухания. Почки срезают с веток деревьев ножом в виде коронок. Запах почек ароматный. Почки содержат эфирное масло, смолу, горькие и дубильные вещества, богатые витамином С. Собранные почки сушат под навесами или в сушилках. Цвет сырья розовато-бурый, запах хвойный, вкус смолистый. Жидкую смолу дерева – живицу собирают путем подсечки в местах естественных или искусственных ранений коры. Живица на воздухе быстро превращается в зернистую массу. За лето добывают с одной сосны 0,5–1 кг живицы. Для ее получения используют деревья для выработки. Из нее получают канифоль и скипидар.

Хвою сосны собирают в виде веточек длиной 15–20 см. Из хвои получают медицинские препараты.

Химический состав. Почки сосны содержат эфирное масло, составными частями являются барнеол, лимонен, смолы, крахмал, дубильные вещества, горькое вещество.

В хвое найдены аскорбиновая кислота, каротин, витамины группы В, пантотеновая кислота.

Живица содержит эфирное масло, в составе которого обнаружены пикен, смоляные кислоты. Путем перегонки древесины сосны получают скипидар. Деготь, получаемый путем сухой перегонки древесины сосны, содержит фенол, толуол, ксилол, смолы.

Фармакологические свойства. Препараты сосны обладают противогинготным, отхаркивающим, мочегонным, противовоспалительным, отвлекающим, местно раздражающим и болеутоляющим действием.

Применение, дозировка. Настой хвои является богатым источником витамина С, особенно зимой. Его используют для профилактики и лечения состояний, сопровождающихся дефицитом этого витамина. Для приготовления настоя 3 стакана свежей измельченной хвои заливают 3 стаканами холодной воды, подкисляют 5 мл 3 %-ного раствора соляной кислоты, ставят в темное место на 2–3 дня, затем процеживают. Принимают по 1–2 стакана в день после еды.

Для приготовления настоя горячим способом 50 г хвои заливают 0,5 л кипятка, держат в эмалированной посуде на медленном огне 10 мин, охлаждают, дают настаиваться 2–3 ч и процеживают. Принимают в течение дня за 3 приема после еды.

Экстракт и настой хвои используют для приготовления хвойных ванн. Они оказывают регенирующее действие на функцию нервной системы.

Сосновые почки в виде отвара используют при простудных заболеваниях, воспалении дыхательных путей, бронхов, ревматизме и кожных заболеваниях. Отвар готовят из расчета 10 г почек на 1 стакан горячей воды, выдерживают на водяной бане 30 мин, охлаждают, процеживают. Принимают по 1/3 стакана 2–3 раза в день после еды.

Скипидар применяют наружно в виде мазей при невралгиях и подагре, а также как противомикробное средство для ингаляций при воспалении верхних дыхательных путей. Сосновый деготь назначают при экземе, чесотке, чешуйчатом лишае.

В народной медицине живицу используют наружно при трещинах губ, сосков, фурункулезе, мокнущей экземе.

Лесные лекарственные растения, содержащие вещества, оказывающие отхаркивающее действие и применяющиеся при болезнях органов дыхания

Препараты из лесных лекарственных растений, оказывающих отхаркивающее действие, облегчают отделение мокроты из трахеи и бронхов, удаляемых при кашлевых движениях. Механизм отхаркивающего действия складывается из следующих моментов:

- разжижение бронхиального секрета;
- увеличение секреции бронхиальных желез;
- усиление сокращений бронхиальной мускулатуры;
- повышение активности мерцательного эпителия дыхательных путей.

Разжиженная мокрота равномерно покрывает воспаленную слизистую оболочку, предохраняя ее от раздражающих воздействий. Устранение затруднений, связанных с отхаркиванием мокроты, уменьшает беспокойство, причиненное больному кашлем, и способствует его прекращению. Ввиду того, что отхаркивающие средства могут отличаться по механизму своего действия, необходимо комбинировать различные лекарственные растения, обладающие отхаркивающим действием, назначая их в форме сборов или грудного чая. Назначаются отхаркивающие средства при бронхитах, трахеитах, воспалении легких для облегчения отделения мокроты и уменьшения раздражения дыхательных путей, вызванных кашлевыми движениями.

Алтей лекарственный (проскурняк)

Ботаническая характеристика. Многолетнее серовато-зеленое травянистое растение высотой до 1,5 м. Стебель один, но бывает и несколько. Листья 3-пятилопастные, длинночерешковые, очередные. Корневище короткое, толстое, с мощными корневыми разветвлениями, в верхней части деревянистое. Цветет с июня по август. Цветки бледно-розовые, пятилопастные, расположены в пазухах листьев на верхушке стебля. Плоды созревают в июле-сентябре. Алтей лекарственный распространен в Поволжье, Восточной и Западной Сибири, растет на опушках леса, среди кустарников, по берегам рек.

Сбор сырья. Лекарственным сырьем являются корни. Их выкапывают осенью, отделяют от земли, быстро промывают в холодной воде, провяливают в воздухе 2–3 дня и досушивают в печах или сушилках при температуре не выше 40 °С. Готовое сырье может быть очищенным или не очищенным от коры, но обязательно белым или желтовато-белым, волокнистым, упругим, со специфичным сладким запахом и сладковатым слизистым вкусом.

Хранить сырье в хорошо проветриваемом помещении, в закрытой таре, так как оно легко поглощает влагу.

Химический состав. В корнях алтея лекарственного содержатся галактоза, глюкоза, арабиноза, рамноза, крахмал, жирные масла, аспарагин, биосин, лицитин, фитостерин, пектины, витамины, каротин, минеральные соли и большое количество слизи.

Фармакологические свойства. Благодаря слизи и крахмалу растение обладает противовоспалительным, отхаркивающим и болеутоляющим действием: слизь обволакивает слизистые оболочки, предохраняя их от раздражения при воспалительных процессах.

Алтей используют при воспалении легких и верхних дыхательных путей, острых гастритах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, при ангине, гриппе, желтухе.

Препараты алтея показаны в детской практике при кашле и коклюше.

Применение, дозирование. Из алтея готовят отвары, жидкие экстракты, порошки. Он входит в состав грудного сбора.

Алтей используется как противовоспалительное, обволакивающее средство при заболеваниях органов дыхания и пищеварения. Водный настой алтея принимается внутрь, для полоскания при воспалительных заболеваниях трахеи, бронхов, глотки при затрудненном отхаркивании мокроты. Препараты алтея уменьшают кашель, увеличивают отделение слизи и облегчают эвакуацию мокроты при острых и хронических бронхитах, пневмониях, бронхоэктатической болезни, туберкулезе легких, эмфиземе, острых респираторных заболеваниях.

При острых желудочно-кишечных заболеваниях, особенно сопровождающихся жидким стулом, слизистый настой алтея служит не только лечебным, но и питательным средством.

Настой алтея применяют при экземе, псориазе, нейродермите, дерматите.

Для приготовления отвара 2 ст. л. измельченного сырья заливают 1 стаканом горячей воды, кипятят 30 мин на медленном огне, охлаждают 10 мин, процеживают и отжимают. Принимают по 1/2 стакана 3–4 раза в день во время еды в горячем виде.

Настой готовят и холодным способом. Для этого 20 г измельченного корня заливают стаканом холодной воды и настаивают 8 ч. Принимают по 2 ст. л. 4–5 раз в день.

Для наружного применения измельченный корень отваривают в воде, прикладывают как пластырь при затяжном течении гнойных заболеваний кожи.

Багульник болотный (болотный одурь, болотник, багула)

Ботаническая характеристика. Вечнозеленый кустарник высотой 0,5–1 м. Молодые ветви ржаво-волочистоопушенные. Старые ветви голые, серые. Листья кожистые, зимующие, вечнозеленые, линейно-ланцетовидные с завернутыми краями, сверху темно-зеленые. Цветки собраны зонтиками на концах ветвей. Чашечка спайноместная, 5-зубчатая, остающаяся при плодах, венчик состоит из 5 свободных белых лепестков, 10 тычинок. Семена липкие, с крыловидными выростами на концах, цветет в мае-июне. Растет в заболоченных хвойных лесах, по речным долинам в Западной и Восточной Сибири и на Дальнем Востоке, в европейской части России – в лесной и тундровой зоне.

Сбор урожая, используемые части. С лечебной целью используют молодые побеги с листьями, наибольшее количество эфирного масла накапливается в молодых листьях. После цветения срезают молодые однолетние недревесневшие побеги длиной до 10 см с листьями, сушат на чердаках с хорошей вентиляцией или под навесами. После сушки удаляют грубые стебли.

Химический состав. Главной составной частью багульника является эфирное масло, в которое входят недоя, памостроя, цимл, герния цетат и другие компоненты, обладающие горько-жгучим вкусом и бальзамическим запахом. В растении найдены флавоноиды, органические кислоты, витамины, дубильные вещества и гликозид арбутан. Наибольшее количество эфирного масла содержится в молодых листьях в фазе зацветания растения.

Фармакологические свойства. Багульник содержит иедол, который обеспечивает противокашлевое действие. При приеме препаратов багульника внутрь эфирное масло частично выделяется через слизистые оболочки органов дыхания, возбуждая дыхание, усиливая секрецию железистого эпителия дыхательных путей. Это сопровождается разжижением мокроты и ускорением ее выведения из дыхательных путей.

На сосуды почек и коронарные сосуды препараты багульника влияют спазматически, с чем связан мочегонный эффект и гипотензивное действие.

Кроме того, он обладает ранозаживляющим действием. Отмечено бактерицидное действие в отношении золотистого стафилококка.

Применение, дозирование. В современной медицинской практике багульник применяют как противокашлевое и отхаркивающее средство при острых и хронических бронхитах с бронхоспастическим компонентом, бронхиальной астме и коклюше. Улучшая отхаркивание и подавляя кашель, багульник предупреждает нежелательное изменение в системе кровообращения, устраняет бессонницу, головную боль.

Настой багульника готовят из расчета 6 г измельченного сырья на 200 мл воды. Принимают по 1 ст. л. 3–4 раза в день.

Коровяк скипетровидный

Ботаническая характеристика. Коровяк широко распространен в средней полосе европейской части России, на юго-востоке, на Кавказе. Встречается на песчаных лесных просеках, полянах, опушках, по лугам. Двулетнее травянистое растение высотой до 2 м. В первый год образуется розетка прикорневых листьев, на второй год появляется прямостоячий войлочнопушенный стебель с очередными коротко-черешковыми продолговатыми листьями. Цветки крупные, золотисто-желтые, собраны в колосовидную часть.

Сбор лекарственного сырья. Лекарственным сырьем служит венчик цветков с тычинками. Можно использовать коровяк зонтиковидный, обыкновенный и великолепный, но нельзя коровяк черный и тараканий. Собирают сырье в июле-августе (лучше в первой половине дня, пока не выпала роса). Сушат в тени, с хорошей вентиляцией или в сушилке при температуре 40 °С. Сушку заканчивают, когда венчики становятся хрупкими. Хранят в жестяных банках 2 года.

Химический состав. В коровяке содержатся слизь, особенно в венчиках, глюкоза, другие углеводы, сапонины, эфирное масло, камедь, красящее вещество, кумарин, В-каротин, флавоноиды.

Фармакологические свойства. Действие обусловлено слизью, находящейся в растении, эфирными маслами, а также сапонинами. Препараты обладают отхаркивающим, противовоспалительным, ранозаживляющим действием, способствуют снятию спазма гладкой мускулатуры внутренних органов, оказывают болеутоляющее действие.

Применение, дозирование. Настой цветков коровяка используют при воспалении легких, бронхиальной астме, коклюше, туберкулезе легких, заболеваниях с трудноотделяемой мокротой. Применяют его при воспалении желудочно-кишечного тракта, болезнях печени и селезенки.

Для приготовления настоя 5 г цветков заливают 1 стаканом кипятка и настаивают 2 ч. Принимают в теплом виде 2–3 раза в день до еды.

Порошок из цветков коровяка применяют для заживления ран, трещин в углах рта и сосков у кормящих матерей.

В народной медицине настойку на водке в соотношении 1:10 используют как растирание при радикулите, ревматизме, заболеваниях суставов.

Мазь из порошка цветков применяют при гнойных ранах.

Чабрец обыкновенный (богородская трава, боровой чабрец, маберинка)

Ботаническая характеристика. Травянистое растение или полукустарник высотой 15 см. Стебли 2 видов, бесплодные лежащие, укореняющиеся, цветущие прямостоячие, четы-

рехгранные, под соцветиями опушенные. Листья супротивные, короткочерешковые, эльмен- тические или яйцевидные, цельнокрайние, со щитовидными волосками у основания, желе- зистые. Цветки мелкие в мутовках, собранные на концах ветвей прерывистыми соцветиями. Плод распадается на 4 орешка. Цветет в мае-июне. Распространен в лесной, степной и лесо- степной зонах европейской части России, Сибири.

Химический состав. Трава содержит эфирные масла, основным компонентом которых является тимол, карвакрол, терпинены, борнеол, кроме этого, дубильные вещества, горечи, камеди, урсоловую и олеиновую кислоты, флавоноиды, большое количество минеральных солей.

Фармакологические свойства. Чабрец содержит тимол, являющийся производным фенола, но тимол менее токсичен, меньше раздражает слизистые оболочки, оказывает бак- терицидное действие на кокковую флору, активен в отношении ленточных глистов и власо- глава.

Применение, дозирование. Настой цветущей травы чабреца или сушеной травы при- меняют при заболеваниях органов дыхания как отхаркивающее и дезинфицирующее сред- ство. Трава входит в состав препарата «Пертуссин».

Настой чабреца для ингаляций используют при воспалительных процессах верхних дыхательных путей. Его применяют внутрь как мочегонное средство.

Настой чабреца готовят из расчета 10 г травы на 200 мл воды. Принимают по 1 ст. л. 2–3 раза в день. Жидкий экстракт чабреца принимают по 1 ч. л. 3–4 раза в день.

«Пертуссин» состоит из 12 частей экстракта чабреца, 1 части камеля бромида, 2 частей сахарного сиропа, 5 частей 80 %-ного спирта. Применяется как отхаркивающее средство при бронхитах, коклюше. Для взрослых дозировка 1 ст. л. 3 раза в день, для детей – по 1/2– 1 ч. л. 3 раза в день.

Лесные лекарственные растения, содержащие вещества, регулирующие работу пищеварительного тракта

Первым нарушением в системе органов пищеварения является снижение аппетита. Ухудшение аппетита может быть связано не только с пищеварением, но и с нервными нагрузками, усталостью и прочими психологическими причинами. Горечи, содержащиеся в некоторых лесных растениях, обладают свойствами повышать аппетит, усиливая выделение желудочного сока. Действие выражается в том, что через некоторое время после употребления пищи происходит более сильная секреция, чем обычно. Такой эффект объясняется тем, что горечь раздражает вкусовые рецепторы языка и рефлекторно повышает возбудимость пищевого центра. Горечи назначают за 10–30 мин перед едой для повышения аппетита и улучшения пищеварения.

К лесным растениям, повышающим аппетит, относятся: горечавка перекрестнолистная, золотысячник зонтичный, одуванчик лекарственный и другие растения.

Горечавка перекрестнолистная

Ботаническая характеристика. Горечавка перекрестнолистная – многолетнее травянистое растение высотой 20–50 см, с толстым укороченным корневищем, стебли неветвящиеся, прямые, густо облиственные, с прикорневой розеткой листьев. Цветки почти сидячие, скрученные пучками, в пазухах верхних листьев, на верхних стеблях образуют 4–6 густых мутовок. Чашечка трубчатая, тонкоперепончатая, беловатая, цветок четырехугольной формы 20–25 мм длиной, синий внутри и сине-зеленый снаружи. Пестик с верхней одностольной завязкой, тычинок четыре, прикрепленных к нижней части трубок венчика. Плод – продолговатый, двустворчатый, многосеменная коробочка, семена коричневые, блестящие, сетчатые. Цветет в июле-августе, семена созревают в сентябре. Горечавка встречается в европейской части России, Западной Сибири, на Востоке.

Сбор. Лекарственным сырьем являются корневища с корнями. Сбор корневищ и корней производится в октябре, корни моют, просушивают на воздухе, затем в сушилке при температуре не выше 50 °С.

Химический состав. В корневищах и в корнях растения обнаружены алкалоиды, генциамин, глюкозиды, генциопикрин, генбизин, красящие вещества, эфирное и жирное масла. В листьях найдена аскорбиновая кислота. Генциамин имеет основное значение. Глюкозиды горького вкуса.

Фармакологическое действие. Препараты горечавки рекомендуют при нарушении пищеварения для улучшения аппетита, особенно при ахимее.

Применение, дозирование. Горечавка используется в виде густого экстракта, настойки, порошка и отвара из корней. В народной медицине горечавку используют для лечения подагры, артрита, старых, плохо заживающих ран.

Золотысячник зонтичный, или обыкновенный (золотник, золотуча, семисильник, центурия)

Ботаническая характеристика. Двухлетнее растение высотой 10–40 см. Стебли одиночные (реже их 2–5), четырехгранные, ветвятся на вершине, с прикорневыми листьями

образуют розетку, обратнойцевидные, стеблевые с пятью жилками. Цветки пятилистные, ярко-розовые, красные, гвоздевидные, собранные в щитовидно-метельчатое соцветие. Плод – цилиндрическая, почти двухгнездная коробочка, около 10 мм длиной. Семена мелкие, неправильно округлые, коричневатые. Цветет с июля до осени, семена созревают в августе. Растение распространено в европейской части России, на Кавказе, на юге Западной Сибири. Растет на заливных лугах, по опушкам леса, по окраинам болот.

Сбор лекарственного сырья, используемые части. Сырьем является растение во время цветения, сушат без доступа горячих солнечных лучей. Готовое сырье представляет собой высушенные наземные части растения с красноватыми цветками. Срок годности сырья – 2 года.

Химический состав. Растение содержит алкалоиды, основами является генциамин, гликозиды, эритроцектурин, омановую и аскорбиновую кислоты, эфирное масло.

Фармакологические свойства. Препараты золототысячника возбуждают аппетит, усиливают секрецию пищеварительных желез, усиливают желчеотделение, обладают расслабляющим действием.

Применение, дозировка. Применяют в виде отвара из расчета 20 гр травы на 1 л воды. Применяют по 1/2 стакана настоя в чистом виде за 1 ч до еды при плохом аппетите, недостаточной секреторной и моторной функциях пищеварительного тракта, при различных нарушениях пищеварения, колите как вспомогательное средство.

При функциональных заболеваниях желудка, колитах применяют отвар (6 г на 200 г воды) из смеси травы золототысячника, цветков ромашки и корневищ валерианы, взятых поровну.

Наружно золототысячник применяется при экземе. Для приготовления настоя 1 ст. л. травы заливают стаканом кипятка, настаивают 30 мин, процеживают и принимают по 1 ст. л. за 30 мин до еды. В аптеках имеется настойка горькая, которая содержит 4 части золототысячника, 4 части трилистника, 2 части корневища аира, кожуры мандарина – 1 часть. Настаивают на 40 %-ном спирте. Она назначается по 10–20 капель 2–3 раза в день за 15 мин до еды для повышения аппетита и улучшения пищеварения.

Полынь горькая

Ботаническая характеристика. Многолетнее травянистое растение до 1 м высотой, серебристо-сероватого цвета, прикорневые листья триждыперисторассеченные, верхние листья пористые. Цветки желтые, образуют неширокое метельчатое соцветие. Цветет в июле-августе, плод – буроватое семя. Растет повсеместно как сорная трава в европейской части России, Западной Сибири.

Сбор лекарственного сырья, используемые части. Заготавливают траву и листья. Прикорневые листья и молодые стебли собирают в начале цветения. Траву, т. е. цветonoсные стебли не более 25 см длиной, срезают во время полного цветения. Сушат на чердаках и в сушилках.

Химический состав. Полынь содержит горькие вещества обситин и амаобситин, агмонкон. Содержится артемизитин. Эфирного масла около 0,9 %, оно зелено-синего цвета, ядовито, синий цвет масла указывает на присутствие азулена. Обнаружены алкалоиды. Горечь накапливается в волокнах, которые при сильном ветре обрываются, корень и зерна мелкие, горькие.

Фармакологические свойства. Раздражая окончание вкусовых нервов в полости рта, действующие вещества усиливают секреторную функцию желудочно-кишечного тракта. Основное значение: стимулирует функцию желез пищеварительного тракта, повышает секрецию желудочного сока.

Практическое применение полынь и ее препараты нашли как горечь для возбуждения аппетита. С этой целью полынь назначается в виде настоя из травы, экстрактов, а также входит в состав аппетитного и ветрогонного чая. Настойку готовят из мелко нарезанной травы растения на 70 %-ном спирте в соотношении 1: 5. Принимают по 15 капель за 30 мин до еды. Настой полыни горькой готовят горячим способом из расчета 10 г на 200 мл воды. Хранят не более 2–3 дней.

Одуванчик лекарственный (молочник, зубчик)

Ботаническая характеристика. Многолетнее травянистое растение высотой 5–10 см, с толстым стержневым корнем. Листья ланцетные или продолговато-ланцетовидные, зубчатые, 10–25 см длиной, 1,5 см ширина. Цветочные стрелки 5–30 см высоты. Соцветие одинокая корзинка 3–5 см в диаметре, цветком язычковые, с золотисто-желтоватым венчиком. Плод – серовато-бурое семя длиной 3–4 мм с длинным тонким носиком. Не следует путать одуванчик лекарственный с одуванчиком осенним, который имеет жесткие корневые листья. Цветет с июля. Растет непосредственно по лугам, рощам, опушкам, тенистым местам.

Сбор лекарственного сырья. В медицине применяют корни одуванчика, собранные в августе-сентябре. Промытые корни сушат под навесом, а затем в сушилках при температуре 40–50 °С при хорошей вентиляции. Готовят сырье: высушивают корни без корневой шейки. В центре корня видна желто-бурая сердцевина, окруженная серовато-белой корой. Корень одуванчика иногда используют как суррогат кофе, а свежие листья ранней весной как салат.

Химический состав. Сок содержит тараксацин и тараксацерин, каучуковые вещества. В соцветиях и листьях найдены каротиноиды. Листья растения содержат горький гликозид, тараксацин, смолы, соли железа, кальция, фосфора, протеины, что делает их питательным продуктом. Корни богаты полисахаридом инулином. Осенью корни содержат до 18 % сахаров (фруктоза, сахароза, глюкоза). В корнях тритерпеновые соединения, стероиды, жирное масло, в состав которого входят глицерины. Растение содержит никотиновую кислоту.

Фармакологические свойства. Корни одуванчиков, содержащие горечи, усиливают секрецию смолы и секрецию пищеварительных желез, увеличивают желчеотделение. Все это улучшает пищеварение. Под влиянием биологически активных веществ одуванчика пищевая масса быстрее проходит в кишечник, что снижает бродильные процессы. При химико-фармакологическом изучении одуванчика обнаружена антивирусная, антибактериальная, антидиабетическая активность.

Применение, дозировка. Препарат из корней одуванчика применяется для возбуждения аппетита. При гастритах с секреторной недостаточностью усиливает секрецию желудочного сока. Как желчегонное его назначают при холециститах и гепатитах. Корни одуванчика, кроме этого, используются в качестве противовоспалительного средства. Корни одуванчика входят в состав аппетитного, желудочного и мочегонного сборов. Порошок сушеных корней одуванчика употребляется для выведения из организма вредных веществ с потом и мочой. Отвары сушеных корней употребляются при заболеваниях желудка, болях в животе, при образовании камней в желче- и мочевыводящих путях. Назначают препараты одуванчика при экземах, фурункулезе, пигментных пятнах. Отвар из корня одуванчика готовят из 10 г корней и 200 мл воды. Принимают по 1/3 стакана 3–4 раза в день.

Вахта трехлистная (трехлопастник, трилистник водяной, трифоль, лихорадочник)

Ботаническая характеристика. Многолетнее болотное растение с длинным и толстым корневищем, укореняющееся в чистом грунте под водой. Верхушка цилиндрическая и имеет несколько прикорневых листьев на длинных черенках (до 28 см). Листья тройчаторассеченные, черенок переходит в стеблеобразное влагалище, снабженное перепончатыми краями. Ранней весной развивают цветочную стрелку длиной до 30 см. Цветки красивые, собранные густой кистью. Чашечка пятизубчатая, венчик бледно-розовый, воронковидный, с пятью раздельными отгибами, внутри густо опушенными. Завязь верхняя, одногнездная. Плод – почти шаровидная коробочка, раскрывающаяся двумя отворотами, цветет в мае, июне. Растет по берегам заболоченных озер, рек, водоемов, на заболоченных лесах и лугах. Широко распространен по всей лесной зоне европейской части России, в Сибири, на Дальнем Востоке, особенно обильно в северных районах.

Сбор лекарственного сырья. Используемые части. В медицине используются листья. Собирают развитые листья после цветения. Черенки обрезают коротко, сушат на воздухе и досушивают в сушилках. Высушенные листья зеленого цвета, тройчатые, толстые, с остатками черенков, горького вкуса без запаха.

Химический состав. Листья растения содержат аморфный генекозид, миниантные, расщепляющиеся на молекулы глюкозы и менаптола. Кроме этого, вахта содержит несколько флавоновых генекозидов, дубильные вещества, следы алколоидов стимулирует пищеварение, оказывает антисептическое и жаропонижающее действие.

Применение и дозировка. Препараты вахты трехлистной применяют в качестве горечи для возбуждения аппетита при гастритах с пониженной кислотностью. В связи с содержанием йода ее применяют как антисклеротическое средство при нарушениях ритмов сердца на фоне атеросклерозов, при тиреотоксикациях и других расстройствах. Листья вахты входят в состав аппетитных, желчегонных, слабительных и седативных сборов.

Листья вахты выпускают в упаковке по 100 г. Для приготовления отвара 1 ст. л. вахты заливают 200 г воды, нагревают до кипения на водяной бане 15 мин, настаивают 1–2 ч. Принимают по 1 ст. л. 3 раза в день за 15 мин до еды. Настой готовится как чай, желательно в эмалированной посуде. Мелкий порошок из листьев вахты употребляют в пищу как пряность, аналогичную перцу, посыпая им пищу с лечебной целью до 2 г в сутки.

Лекарственные растения леса, обладающие закрепляющим и вяжущим действием

Вяжущие средства обладают свойством оказывать противовоспалительное действие. При соприкосновении с живыми тканями они образуют на поверхности плотные альбуминаты, в результате чего понижается проницаемость мембран, происходит сужение кровеносных сосудов, снижается секреция желез и экссудация тканевой жидкости. Образование поверхностной пленки приводит к уменьшению чувствительности нервных рецепторов и предохраняет ткани от раздражения. Вяжущие вещества, в отличие от прижигающих средств, не вызывают гибели клеток.

К лесным растениям, обладающим вяжущим и закрепляющим действием, относятся:

- дуб обыкновенный;
- кровохлебка лекарственная;
- лапчатка прямостоячая;
- окопник лекарственный;
- ольха клейкая;
- черемуха обыкновенная;
- черника.

Дуб обыкновенный

Ботаническая характеристика. Крупное листопадное дерево высотой до 40 м. Корень мощный, ветвистый. Крона раскидистая, кора у молодых побегов гладкая, оливково-бурая. Листья очередные, простые, продолговатойцевидные, голые, блестящие, с выступающими жилками. Цветет в мае-июне цветки собраны в повислые кисти и расположены в многочисленных чешуйчатых обертках. Плод – желудь. Созревает в сентябре. Дуб встречается в европейской части России, на Урале, Кавказе. Растет в широко лиственных и смешанных лесах.

Сбор лекарственного сырья. Используемые части. Кору дуба собирают весной во время сокодвижения, до распускания листьев с молодых ветвей и стволов до 10 см в диаметре. На ветвях делают глубокие кольцевые надрезы ножом на расстоянии 30 см, затем после продольных надрезов снимают трубчатый участок коры. Сушат под навесом.

Готовое сырье представляет собой высушенные трубчатые куски коры с блестящей, гладкой или слегка морщинистой поверхностью, снаружи светло-бурого или светло-серого цвета, внутри желтовато-бурого, без запаха, с сильно вяжущим вкусом.

Химический состав. Кора дуба содержит дубильные вещества, производные галловой и эллаговой кислот, пектиновые вещества, кверцетин, сахара, жирное масло, флавоноиды. Галлы – шарики на листьях дуба, содержат большое количество дубильных веществ. Во всех частях дуба имеются вещества фитонцидного характера.

Фармакологические свойства. Отвары коры дуба обладают вяжущими и дубильными свойствами, что обеспечивает противовоспалительное действие при наружном и внутреннем применении. Все части растения оказывают дезинфицирующее действие. Галловая кислота и ее производные обладают большой фармацевтической активностью, аналогичной действию биофакторов, уплотняет клеточную мембрану, повышает прочность клеток и снижает их проницаемость, обладает противовоспалительным действием.

Применение, дозировка. Кору дуба применяют как вяжущее и противовоспалительное средство при острых и воспалительных заболеваниях полости рта. Она применяется как противоядие при отравлении солями тяжелых металлов, ядовитыми грибами, при пище-

вых токсикоинфекциях и других отравлениях. Применяют 20 %-ный отвар коры дуба для повторных промываний желудка. При заболеваниях кожи, сопровождающихся сыпями, при аллергодерматитах отвар коры дуба применяется в виде ванн, обмываний и примочек.

Реже кору дуба используют при колитах, энтеритах, дизентерии, геморрое. Из коры дуба готовят отвар в соотношении 1: 10. Кору измельчают до величины частиц не более 3 мм, обливают водой комнатной температуры, заваривают, нагревают на кипящей водяной бане при частом помешивании в течение 30 мин, охлаждают в течение 10 мин, процеживают, отжимают, добавляют воду до соотношения 1: 10. Отвар принимают по 1 ст. л. 2–4 раза в день.

Кровохлебка лекарственная

Ботаническая характеристика. Кровохлебка лекарственная – многолетнее травянистое растение до 90 см высотой. Корень мощный, развивающий прикорневую розетку листьев, с большой частью одиноких стеблей. Стебли прямостоячие, ребристые, полые внутри. Прикорневые листья длинночерешковые с многочисленными листочками, нередко с прилистниками, цветки темно-красные, в яйцевидных или коробкоцилиндрических головках на длинных цветоносах. Цветет с июня по сентябрь. Растет по лугам, лесным полянам, в зарослях кустарников. Встречается в Сибири, и Дальнем Востоке, европейской части России.

Сбор лекарственного сырья, используемые части. Лекарственным сырьем являются корневища с корнями, собранные осенью, очищенные от земли, промытые в холодной воде и обсушенные на воздухе. Окончательная сушка производится в печах, готовое сырье ломкое, темно-бурого цвета, излом желтый. Собирают осенью, заготовка сырья производится в период плодоношения. Срок хранения – 5 лет.

Химические свойства. Сырье содержит дубильные вещества, галловую, эллабановую и щавелевую кислоты, пигменты, крахмал, эфирное масло, витамин С, каротин, самонил.

Фармакологические свойства. Кровохлебка обладает вяжущим, противовоспалительным, кровоостанавливающим, болеутоляющим, бактерицидным действием в отношении микробов дизентерийной и тифопаратифозной инфекции. Способствует сужению сосудов, тормозит сокращение кишечника, сокращает мускулатуру матки.

Применение, дозировка. Препараты кровохлебки используют при воспалительных заболеваниях слизистой оболочки тканей и толстой кишки, при избыточном количестве газов, а также при поносах, вызванных недоброкачественной пищей. Профилактика: прием отваров предупреждает развитие кишечных инфекций. Противомикробная активность кровохлебки позволяет рекомендовать ее при инфекционных заболеваниях

При воспалительных заболеваниях носоглотки применяется полоскание полости рта отваром кровохлебки. Настой кровохлебки используется также в качестве обезболивающего средства при ушибах и кровоподтеках. Для этого 3 ст. л. измельченной травы заворачивают в марлю, опускают в кипяток, отжимают и прикладывают к больному месту.

Медицинское применение получил отвар кровохлебки, приготовленный из расчета 1: 10, таблетки из порошка корней. Отвар кровохлебки можно готовить в домашних условиях. Для этого берут 1 ст. л. нарезанных корней кровохлебки, заливают стаканом кипятка, кипятят 30 мин, затем дают остыть, процеживают и принимают по 1 ст. л. 5–6 раз в день после еды. Этот раствор используют в виде примочек. Жидкий экстракт назначается по 30–50 капель 3–4 раза в день, корень входит в состав желудочного чая.

Лапчатка прямостоячая

Ботаническая характеристика. Многолетнее травянистое растение, корневища мощные, горизонтальные, бесформенные, комковатые, часто с короткими ветвями, твердые, тяжелые, цвет снаружи темно-бурый, внутри корневища светло-розовые. Стебли прямо стоящие или прямоподнимающиеся, тонкие, кверху ветвистые. Стеблевые листья сидячие, тройчатосложные с двумя примочками, поэтому листья кажутся пятипальчатыми. Листочки пальцевидные или продолговато-клиновидные, круглопальчатые. Корневые листья при цветении обычно плавные, цветки одиночные, сидящие на длинных тонких цветоножках. Чашечка двойная, но в отличие от других, цветом четырехмерная, четыре наружных листочка чашечки, чередуются с четырьмя внутренними. Тычинок много. Плод сборный, состоящий из многочисленных сухих семян, сидящих на несколько возвышенной цветоножке. Растет лапчатка в изреженных хвойных и хвойнолиственных лесах, на лесных полянах и опушках, сыроватых лугах вдоль речек, в кустарниковидных лугах с ольхой и ивой. Широко распространена на северо-западе европейской части России, в Западной Сибири.

Сбор лекарственного сырья. Лекарственным сырьем служат корневища, заготавливают их осенью, после отмирания наземных частей, или весной при появлении первых листьев. Сырье высушивают, отряхивают от земли, обрезают корни, моют в проточной воде, немного проветривают на открытом воздухе и сушат на веранде, чердаке или сушилках при температуре 50–60 °С. Раскладывают тонким слоем. Хранят 4 года.

Химический состав. Корневища содержат дубильные вещества, флавоноидные и органические кислоты, крахмал.

Применение и дозировка. Отвар обладает вяжущим, кровоостанавливающим, противомикробным действием. Применяют отвар лапчатки прямостоячей как средство для полоскания и примочек, а внутрь при катарах кишечника и дизентерии. Приготавливают настой на водке из расчета 1: 20 или отвар (1 ст. л. истолченного корневища на один стакан воды, и кипятят 20 мин) принимают по одной ст. л. 3 раза в день.

Окопник лекарственный

Ботаническая характеристика. Многолетнее высокое травянистое растение с крупной корневой системой, состоящей из короткого многоглавого корневища и длинного толстого ветвистого корня, снаружи корни почти черные, внутри светлые, беловатые. Корневище дает несколько ветвистых стеблей. Листья лопатно-яйцевидные, шершавые, как и стебли. Цветки в завитках на концах ветвей. Венчик колокольчатый, с пятичешуйчатыми цветками, в начале распускания красными, затем бледно-голубыми. Цветет в мае-июне. Плод – черный, блестящий орешек, созревает в июле-сентябре. Окопник распространен в европейской части России, на юге Западной Сибири, на Кавказе. Растет на влажных лугах, по берегам рек.

Сбор сырья. Лекарственным сырьем служат корни, иногда листья. Корни собирают осенью или ранней весной до распускания листьев, очищают от почвы, моют в проточной воде, подвяливают, режут на куски длиной 20 см и сушат под навесом или в сушилке при температуре 40 °С. Хранят 3 года.

Химические свойства. В корнях окопника найдены алкалоиды, лазиокаргин, производные гелиотрида, обладающие курареподобным действием, алантоин, смолы, слизь. В траве найдены алкалоиды, органические кислоты и эфирные масла.

Фармакологические свойства. В практической медицине окопник не применяется. Он больше известен народной медицине и гомеопатии. Водные и спиртовые вытяжки из корней

обладают противовоспалительным, противомикробным, вяжущим, обволакивающим, противопоносным, умеренным вызывающим слабительным, и раноочистительным действием.

Применение и дозировка. Препараты окопника используют при хронических воспалениях желудка и кишечника, дизентерии.

Настой снижает боли в области желудочно-кишечного тракта, улучшает пищеварение, усиливает эпителизацию пораженной слизистой оболочки. Биологически активные вещества окопника не выносят кипячения, поэтому измельченное сырье заливают одним стаканом кипятка, настаивают в темном месте 4–6 ч, процеживают. Принимают по 2 ст. л. 3 раза в день.

Для приготовления отвара 2 ст. л. корней заливают одним стаканом горячей воды, кипятят на медленном огне 10 мин, процеживают, принимают по 1 ст. л. 3 раза в день.

Свежий сок и корень применяют наружно при ранах, язвах, носовых кровотечениях.

Растение требует осторожности при измельчении, так как в больших дозах влияет на нервную систему.

Ольха клейкая, или черная и серая

Ботаническая характеристика. Деревья или крупные кустарники. Листья черной ольхи округлые с зубчатым краем, сверху блестящие, темно-зеленые, голые, снизу тускло-зеленые, молодые листья очень клейкие. Листья серой ольхи широкоэллиптические, с зубчатым краем. У обоих видов в тычиночных цветках четыре тычинки. У пестичных цветков кроющие чешуйки пятилопастные, они собраны в коробку, колоски вначале зеленые. После опыления колосом разрастаются в соплодия овальной формы, к осени древеснеющие, чернеют и остаются на дереве на зиму. Плоды находятся в пазухах чешуи, это буроватые орешки. Ольха серая растет вдоль рек, по сырым лугам, в подлеске сыроватых лесов. Оба вида встречаются в лесной и лесостепной зонах европейской части России и на Кавказе. Цветет в марте-апреле, плодоносит в сентябре, высыпается в феврале-марте.

Сбор лекарственного сырья, используемые части. Сырьем служат одревесневшие шишки ольхи серой и черной. Сбор шишек производят осенью и зимой. Готовое сырье представляет собой шишки овальной формы.

Химический состав. Ольховые шишки содержат дубильные вещества, в состав которых входит галловая кислота. В листьях найдены флавоноиды, кофейная, хлорогеновая, протокотехиновая кислоты. Из коры ольхи клейкой выделены тритерогеновые соединения, тритерогеновый кетонглютикон и др.

Фармакологические свойства. Ольховые шишки обладают вяжущим, противовоспалительным и дезинфицирующими свойствами. Летучие фракции фитонцидов листьев и коры действуют губительно на простейших.

Применение, дозировка. Отвары и настои используют при острых воспалительных отеках тонкой и толстой кишки и как вспомогательное средство при восстановительном периоде после дизентерии. Они способствуют уменьшению бродильных и гнилостных процессов при хронических заболеваниях желудочно-кишечного тракта, способствуют эпителизации слизистой оболочки.

Для приготовления настоя используют 4 г сырья, которое заливают одним стаканом кипятка, настаивают в горячей посуде 2–3 ч и процеживают. Принимают по 1/4 стакана 3–4 раза в день до еды.

Для получения отвара 10 г измельченного сырья заливают одним стаканом кипятка, настаивают в закрытой посуде на водяной бане 30 мин, процеживают горячим и доводят объем до исходного. Принимают по 1–2 ст. л. 3–4 раза в день до еды. Из листьев готовят настой. Для этого 15 г измельченного сырья заливают четырьмя стаканами горячей воды,

кипятят на водяной бане 15 мин, охлаждают 45 мин, процеживают, отжимают и доводят объем до исходного. Принимают по 1/3 стакана 2–3 раза в день за 30 мин до еды.

Черемуха обыкновенная

Ботаническая характеристика. Дерево или кустарник семейства розоцветных, высотой 0,6–10 м. Листья черемухи очередные, с прямой по краю пластинкой. Цветки белые, собранные в повислые кисти. Цветет в мае-июне. Семена созревают в августе-сентябре. Черемуха распространена в европейской части России, Западной Сибири. Растет по лесным опушкам, в смешанных лесах, среди кустарников и по оврагам. Плоды употребляют в свежем и сушеном виде. Сухие растертые листья губительно действуют на колорадского жука, его личинки.

Сбор сырья. Лекарственным сырьем служат плоды, листья, кора и цветки. Плоды собирают зрелыми, подвяливают на солнце, сушат в сушилке при температуре 70–80 °С. Цветки собирают во время цветения, их сушат в тени или под навесом, часто переворачивая.

Химический состав. Плоды содержат углеводы: фруктозу, глюкозу, сахарозу; органические кислоты (яблочную и лимонную); витамины С, каротин, Е, Р; флавоноиды, фенолкарбоновые кислоты (кофейную, синильную). Кора содержит углеводы, альдегиды, азотосодержащие и дубильные вещества.

Фармакологические свойства. Препараты черемухи обладают вяжущим, противовоспалительным, противомикробным и противорвотным действием, губительно действуют на простейших.

Применение и дозировка. Вяжущее и противовоспалительное действие плодов черемухи показано при воспалении слизистой оболочки тонкой кишки, нарушении пищеварения и хронических колитах. Ягоды служат вспомогательным средством при выздоровлении от дизентерии. Они входят в сборы, предназначенные для лечения заболеваний желудочно-кишечного тракта. Кору используют как тонизирующее и успокаивающее средство при головных болях, заболеваниях сердца и желудка. Настои коры, листьев и цветков используют при кашле и спазме бронхов. Сок плодов используют для лечения гнойных и инфицированных ран.

Настой цветков регулирует обмен веществ, настой плодов применяется для лечения воспалительных заболеваний глаз. При опрелостях, экземе, грибковых заболеваниях ног листья черемухи в виде отвара применяют для ножных ванн. Сухие плоды черемухи применяют для отваров и настоев: по 10 г сухих ягод на 200 мл воды, которые назначают по 1/4 стакана 3–4 раза в день за 30 мин до еды.

Отвар корней готовят также из расчета 10 г сырья на 1 стакан воды. Кипятят на водяной бане 30 мин, процеживают горячим, доводят объем до исходного. Принимают по 1/2 стакана 3 раза в день до еды.

Черника обыкновенная

Ботаническая характеристика. Ветвистый кустарник семейства брусничных высотой до 40 см. Корневище почти горизонтальное, хорошо развито. Стебель прямостоячий, ветвистый. Ветви остроугольные. Молодые – зеленые, взрослые – серые или серо-коричневые. Листья очередные, округлояйцевидные, короткочерешковые, простые. Плод – шаровидная темно-синяя ягода с голубоватым восковидным налетом и множеством продолговато-коричневых семян. Созревает в июле-августе.

Черника обыкновенная распространена в европейской части России, Западной, Восточной Сибири, на Дальнем Востоке. Растет в лесной зоне с умеренным увлажнением

и по склонам гор, образует заросли. Из сырых и сушеных плодов готовят отвары, кисели, соки, варенье, сиропы.

Сбор лекарственного сырья. Лекарственным сырьем служат плоды и листья. Ягоды собирают зрелыми, сортируют, выбирают мох, поврежденные и загнившие плоды, но не моют, а подвяливают 2–3 ч при температуре 35–40 °С. Сушат в сушилке при температуре 50–60 °С или на солнце, рассыпая слоем 1–2 см на бумаге или холсте. Листья собирают во время цветения. Сушат в сушилке, на чердаке или под навесом, расстилая слоем в 2–3 см и периодически переворачивая. Плоды и листья хранят в сухом месте в деревянной таре.

Химический состав. Листья черники содержат дубильные вещества, сахар, арбутин гидрохинон, сапонины, органические кислоты, минеральные вещества: калий, натрий, магний, кальций, железо, фосфор, хлор, йод. Важны в биологическом отношении глюкозиды, витаминообразное вещество инозид и др. Ягоды черники содержат дубильные вещества, органические кислоты: лимонную, яблочную, янтарную, хинную, бензойную, молочную, щавелевую, сахара, аскорбиновую кислоту, витамины группы В. Черника содержит натрий, калий, кальций, магний, фосфор, железо, марганец. В созревших плодах больше антоцидов, в полусозревших больше катехинов и лейкоантоционов.

Семена содержат до 31 % жирного масла, до 18 % протеина.

Фармакологические свойства. Водные настои и отвары, спиртовые настойки оказывают противовоспалительное, кардиотоническое, мочегонное, желчегонное, вяжущее действие, уменьшает содержание сахара в крови.

Ягоды черники обладают вяжущим, противогнилостным и противомикробным свойством. Каротиноиды черники улучшают ночное зрение и функцию зрительного нерва.

Применение и дозировка. Ягоды черники в виде настоя, отвара, киселя применяют как вяжущее средство при острых и хронических расстройствах желудочно-кишечного тракта, сопровождающегося поносом, при дисперсии, связанной с бродильными и гнилостными процессами, при колитах, энтероколитах, дизентерии. Отвары черники используют местно при стоматитах и гингивитах в качестве вяжущих и антисептических средств.

Ягоды употребляют свежими, сушеными и в виде настоев. Настой готовят горячим и холодным способами. Холодный способ: 10 г измельченных ягод (4 ч. л. сухих плодов) настаивают в стакане холодной кипяченой воды 8 ч и принимают по 1 ст. л. в течение дня. Горячий способ: 2 ч. л. измельченных плодов заливают стаканом кипятка, настаивают 2 ч и принимают в течение дня равными порциями. Настой применяют при желудочно-кишечных заболеваниях, сахарном диабете, воспалительных заболеваниях полости рта.

Ягоды черники широко используют в пищу как лакомство, для приготовления варенья, компотов, киселей. Применяют при авитаминозах. Обычно положительное действие оказывают ягоды черники при нарушении зрения.

Лесные лекарственные растения, обладающие слабительными свойствами

Растения, содержащие антрогликозиды, обладают слабительным действием. Особенность их действия заключается в том, что они усиливают перистальтику толстых кишок, причем слабительный эффект наступает через несколько часов после приема, так как для этого необходимо, чтобы из антрогликозидов образовались действующие вещества, влияющие на кишечник. Обычно растительные слабительные назначают на ночь в виде слабительного чая или каждое растение в отдельности.

К лесным растениям, обладающим слабительным действием, относятся крушина ломкая, ольховидная крушина, слабительная, щавель густой, щавель конский.

Крушина ломкая, или ольховидная (сорочья ягода)

Ботаническая характеристика. Кустарник или деревце высотой до 1–2 м с темной корой, гладким стволом и ветками, без комочков. Отсутствие комочков отличает крушину ломкую от крушины слабительной. Листья очередные, черешчатые, овальные, цельнокрайние, блестящие, с 7–10 парами слабоизогнутых жилок.

Цветки в пучках на 2–7 цветках. Плод костяновидный, длиной 8 мм. Цветет в лесу весной. Растет по опушкам, в подлесках, в рощах, среди кустарников, по берегам рек и озер европейской части России, на Кавказе, в Западной и Восточной Сибири.

Химический состав. В коре, листьях, почках и ягодах содержатся антрогликозиды, сравнительно большое количество дубильных веществ, различные сахара, яблочная кислота, небольшое количество эфирного масла. В свежей коре содержатся антрогликозиды в восстановленной форме: антронол, глюкоффангулин и продукты окисления. В листьях содержатся также алкалоиды, в коре их меньше.

Сбор сырья. Для медицинских целей используют кору растения, собирают его ранней весной в период сокодвижения. В это время кора хорошо отходит от древесины. В готовом виде сырье представляет трубчатые или желобовидные куски коры различной длины (0,5–2 см). С внутренней стороны кора желто-оранжевого цвета, с наружной – более темного или сероватого. Кора не имеет запаха, на вкус горькая, при жевании коры смола окрашивается в желтый цвет. Хранят на складах. В продажу отпускается кора крушины, пролежавшая не менее 1 года или подвергающаяся нагреванию в 100 °С в течение 1 ч, так как свежая кора крушины вызывает рвоту.

Фармакологические свойства. Крушина оказывает слабительное действие через 8–10 ч после приема препарата. Это связано с медленным гидролизом антрогликозидов, ферментами и бактериальной флорой толстых кишок в щелочной среде.

Сами по себе гликозиды не активны в связи с тем, что в верхних отделах кишечника гликозиды не распадаются, продвижение пищевых масс по тонким кишкам не ускоряется. Гликозиды начинают распадаться лишь в толстых кишках, где и проявляется слабительное действие, связанное с раздражением рецепторного аппарата нижнего отдела кишечника. Эффект иногда сопровождается коликообразными болями, или тенезмами.

Препараты крушины замедляют всасывание из кишечника, в результате чего объем кишечного содержимого увеличивается. Увеличение объема и разжижение каловых масс служит дополнительным слабительным фактором.

Применение и дозировка. Препараты применяют при хроническом привычном и развивающемся? при вялости толстых кишок, особенно часто у людей со слабо развитой брюшной

мускулатурой, ведущих сидячий образ жизни. Длительное назначение препаратов крушины ведет к привыканию, поэтому необходимо увеличить дозу или не менять слабительное. Применение крушины не вызывает нарушений функций желудочно-кишечного тракта. К препаратам, применяемым в практике относятся: экстракт крушины сухой, экстракт крушины жидкой, отвар. Экстракт крушины сухой: извлечение 70 %-ного спирта из порошка коры крушины. Назначают в таблетках по 0,2 г перед сном.

Экстракт крушины жидкой: извлечение 30 %-ного спирта из коры крупноизмельченной крушины в соотношении сырья к извлекателю 1: 1. Жидкость темно-бурого цвета. Назначают по 20–40 капель на прием. Отвар готовят из расчета 20 г на 200 г воды. Принимают по 1 ст. л. на прием утром и вечером.

Местно применяют спиртовую настойку коры крушины, которая эффективна при стрептодермиях и гнойничковых заболеваниях кожи. Для приготовления настойки измельченную кору заливают 30 %-ным спиртом в соотношении 1:5. Выдерживают при комнатной температуре 7–10 дней. Используют в виде примочек 4 дня, для обмывания пораженных участков кожи.

Крушина входит в состав сборов для лечения язвенной болезни, воспалительных заболеваний печени и желчного пузыря и других заболеваниях.

Крушина слабительная (жостер)

Ботаническая характеристика. Крушина слабительная – кустарник с колючими ветвями высотой до 4 метров. Листья супротивные, черешковые, простые, цельные, ровные по краю. Цветки четырехчленные, желтовато-зеленые, расположены в пазухах листьев, на одних экземплярах только женские, на других – мужские. Плоды – костяжки с 4–5 косточками. Цветет в мае-июне. Плоды созревают в сентябре-октябре. Крушина слабительная распространена в лесостепной области юга-востока России.

Сбор сырья. Лекарственным сырьем являются плоды, собранные без плодоножек и высушенные сначала в тени, а затем в сушильных печах или на солнце. Готовое сырье черно-фиолетового цвета, без запаха, сладковато-горького вкуса. Срок хранения – 2 года.

Химический состав. Зрелые плоды крушины содержат антроглоукозиды. Антроглоукозиды и продукты их расщепления раздражают стенки в толстом отделе кишечника, умеренно усиливая волнообразные и маятникообразные движения кишечника.

Фармакологические свойства. Применяются плоды крушины как легкое слабительное при хронических запорах. Действие наступает через 8–10 ч после приема. Назначается в форме настоев и отваров, приготовленных из расчета 1 ст. л. плодов на один стакан кипятка. Настаивают и принимают по 1/2 стакана на ночь. Входит в состав слабительного чая. Он может быть назначен в виде жидкого экстракта.

Щавель густой (конский)

Ботаническая характеристика. Многолетнее травянистое растение высотой до 1,5 м. Корневище толстое, короткое. Корень слаборазвитый, стержневой. Стебель бороздчатый, ветвистый. Листья очередные, треугольнойцевидные. Опушены короткими волосками. Цветет в мае-июне. Цветки мелкие, зеленовато-желтые. Плод – трехгранный светло-коричневый орешек. Созревает в июне-июле. Щавель конский распространен на всей территории России. Растет на лугах, травянистых склонах, лесных полянах.

Сбор сырья. Лекарственным сырьем служат корневища, корни, плоды. Заготавливают их в августе-сентябре, промывают в холодной воде, при необходимости разрезают на части, подвяливают на воздухе, сушат в сушилках или на солнце до ломкости. Хранят 3 года.

Химические свойства. Корни и корневища содержат глюкозу, фруктозу, сахарозу, органические кислоты, эфирные масла, алкалоиды, витамин В, фенолы, фенокарбоновые кислоты, дубильные вещества, флавоноиды и антрохиноны. В плодах этой ягоды органические кислоты, витамины С, В, каротин, антрацен, катехины, флавоноиды, ароматические соединения.

Фармакологические свойства. Препараты из щавеля обладают вяжущим, слабительным, противозудным, противовоспалительным действием. Вяжущие и слабительные свойства зависят от дозы препарата. Малые оказывают вяжущее действие и ликвидируют понос, большие действуют как слабительное, поэтому их применяют при запорах, возникших на почве хронического воспаления толстой и тонкой кишки, геморроя, трещинах заднего прохода. Послабляющее действие щавеля наступает через 10–12 ч.

Применение и дозировка. Щавель конский применяется при хронических, спастических колитах, запорах на почве атомии кишечника, для облегчения акта дефекации или геморроя, трещинах заднего прохода. Противопоносное действие наблюдается при приеме порошка в дозе 0,25 г 3 раза в день. Послабляющее действие корней и плодов щавеля наступает после приема растертых корней в дозе 0,5–1 г на прием на ночь.

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.