

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

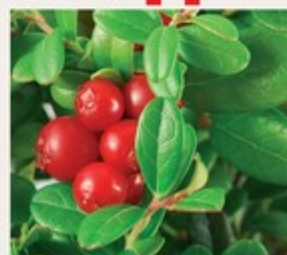
АНДРЕЙ ЦИЦИЛИН

ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ

НА ДАЧЕ И ВОКРУГ НАС



ВЫРАЩИВАНИЕ, ЗАГОТОВКИ, РЕЦЕПТЫ
ПОЛНАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ



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

«Цицилин А. Н. Лекарственные растения на даче и вокруг нас : полная энциклопедия »:
Эксмо; Москва; 2014
ISBN 978-5-699-63269-5

Аннотация

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

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

© Цицилин А.Н., 2012

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2014

Биологически активные вещества в растениях

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

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

Липиды

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

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

Растительные масла – хорошие растворители и экстракты действующих веществ.

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

Углеводы

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

Моносахариды и олигосахариды

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

Полисахариды

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

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

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

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

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

Алкалоиды

Эти сложные соединения содержат азот и относятся к органическим щелочам. В растениях они встречаются преимущественно в виде солей органических кислот (яблочной,

винной и других), которые растворимы в воде. В водных растворах алкалоидов образуется осадок из дубильных веществ, солей тяжелых металлов, йодидов и ряда других соединений, поэтому алкалоиды не совместимы с ними в лекарствах. Такие органические щелочи (например, колхицин) по сравнению с другими веществами показывают более высокую токсичность и, как правило, действуют очень избирательно, поэтому в медицине их применяют в виде отдельных веществ и в малых дозах (атропин, кофеин, морфин и другие).

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

Гликозиды

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

Сердечные гликозиды

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

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

Тритерпеновые гликозиды

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

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

Гликозиды (сапонины) с отхаркивающим действием

Сапонины обладают высокой поверхностной активностью и поэтому при взбалтывании

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

Антрахиноны

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

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

Фенольные соединения

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

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

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

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

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

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

Дубильные вещества

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

Дубильные веществ применяют в качестве вяжущих и противовоспалительных средств. При нанесении на слизистые оболочки или раневую поверхность дубильные вещества

вызывают частичное свертывание белков и приводят к образованию пленки, защищающей от раздражения чувствительные нервные окончания тканей. При этом сужаются сосуды, ослабевают болевые ощущения и снижается воспаление.

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

Флавоноиды

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

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

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

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

Эфирные масла

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

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

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

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

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

Кумарины

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

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

Витамины

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

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

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

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

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

Органические кислоты

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

Органические кислоты находятся в растениях в свободном виде, а также в виде солей и эфиров (муравьиная, щавелевая, яблочная, лимонная, виннокаменная кислота). Яблочная кислота содержится в яблоках, рябине, барбарисе, боярышнике, то есть почти во всех плодах. Лимонная кислота – в цитрусовых, бруснике, клюкве и других. Виннокаменная есть

в винограде, крыжовнике, землянике, сливе, абрикосах, красной смородине. Бензойной кислотой, хорошим антисептиком, богаты брусника и клюква, а салициловой – лабазник, малина, ежевика, вишня и земляника.

Минеральные вещества и микроэлементы

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

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

Сбор, сушка и хранение

Основные правила сбора

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

Надземная часть

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

Листья

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

Цветки

Цветки собирают в начале или во время массового цветения. Заготовленные более в

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

Плоды и семена

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

Корни, корневища, луковицы и клубни

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

Подготовка к сушке

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

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

Запас лекарственного сырья: сушка и хранение

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Лекарственное сырье высушивают до «воздушно-сухого состояния», которое в зависимости от вида сырья может варьировать в пределах 10–14 % остаточной влажности. Для богатых углеводами плодов, остаточная влажность может быть и выше, равняясь 17–20 %. Сушка считается законченной, если корни и корневища не гнутся, а ломаются на изгибе с небольшим треском; листья, цветки и трава легко перетираются пальцами, а стебли ломаются. Сжатые в руке сочные плоды не должны слипаться в комок.

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

Способы приготовления и применения растительных лекарств в домашних условиях

Лечебные растения лучше хранить в цельном виде, траву можно держать крупно

нарезанной, так как в этом случае биологически активные вещества сохраняются лучше и дольше.

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

Настои

Есть два способа приготовления водных настоев: горячий и холодный.

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

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

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

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

Отвары

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

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

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

Общепринятой пропорцией считается 1 столовая ложка (до 20 г) измельченного сырья на 1 стакан (200 мл) воды, то есть 1:10. При использовании сильнодействующих

лекарственных растений берут 1 чайную ложку (до 15 г) измельченного сырья на стакан воды. В случае применения ядовитых растений оптимальная пропорция сырья и воды составляет 1:500.

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

Настойки

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

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

Порошки

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

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

Мази

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

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

Лекарственные масла

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

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

огне от 4 до 8 часов, пока вся вода не выпарится.

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

Соки

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

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

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

Декоративные лекарственные растения

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

Семейство астровые (сложноцветные).

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

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

Распространение и места обитания

Дико произрастает от Мексики до Перу.

Ботаническое описание

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

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

Многочисленные сорта агератума отличаются сроками цветения, формой соцветий и

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

Действующие вещества

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

Применение в медицине

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

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

Другие свойства

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

Как использовать

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

Как выращивать

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

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

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

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

Для получения однородного посадочного материала агератум обычно размножают черенками. Для этого отобранные маточные растения сохраняют зимой в прохладной оранжерее. Черенкуют обычно в ящики или грунт стеллажа в марте – апреле. При

температуре 20–22 ° С черенки быстро окореняются и дают прекрасную рассаду для цветников.

Адиантум стоповидный (Adiantum Pedatum L.)

Семейство адиантовые.

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

Американцы называют его «северный девичий волос».

Распространение и места обитания

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

Ботаническое описание

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

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

Действующие вещества

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

Применение в медицине

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

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

Другие свойства

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

Как использовать

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

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

Как выращивать

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

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

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

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

Семейство лютиковые.

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

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

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

Распространение и места обитания

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

Ботаническое описание

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

Действующие вещества

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

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

Применение в медицине

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

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

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

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

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

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

Как использовать

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

Как выращивать

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

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

Размножается адонис семенами и делением куста. Семена имеют невысокую

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

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

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

Семейство капустные (крестоцветные).

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

Распространение и места обитания

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

Ботаническое описание

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

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

Действующие вещества

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

Применение в медицине

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

Другие свойства

В косметологии используется от веснушек.

Как выращивать

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

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

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

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

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

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

Амарант, или Цирица (*Amaranthus*)

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

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

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

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

Как выращивать

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

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

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

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

Распространение и места обитания

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

Ботаническое описание

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

морозов.

Есть несколько форм, из которых наиболее распространены: f. *cruentus* – соцветия конечные, поникающие, красные; f. *sanguineus* – соцветия вертикальные со свисающими концами; f. *papa* – низкорослая форма, до 50 см высотой. В цветоводстве популярны карликовые сорта этого вида высотой 40–60 см не только с красной окраской соцветий, но и с ярко-зеленой.

Действующие вещества

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

Применение в медицине

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

Другие свойства

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

Как использовать

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

Амарант хвостатый (*Amaranthus Caudatus* L.)

Распространение и места обитания

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

Ботаническое описание

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

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

Действующие вещества

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

Применение в медицине

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

Другие свойства

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

Как использовать

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

Аризема (Arisaema)

Семейство ароидные.

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

Как выращивать

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

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

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

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

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

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

Аризема амурская (*Arisaema Amurensis Maxim.*)

Распространение и места обитания

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

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой 30–35 см. Имеет небольшой круглый клубень и толстоватые корни, которые располагаются вокруг почки возобновления. Как правило, у растения всего один пятираздельный лист, у молодых растений пластинка листа трехраздельная; доли листа обратно-яйцевидные. Мелкие цветки собраны в соцветие – узкий цилиндрический початок длиной до 3,5 см. Цветоносный стебель в длину равняется примерно 20 см, то есть находится ниже листьев. Декоративным растение делает покрывало соцветия необычной формы: у основания воронковидное, далее прямое, потом сводообразно согнутое с загнутой верх верхушкой. Пластинка покрывала зеленая, или же между зелеными жилками видны пурпурные полосы. Цветет в конце весны или в начале лета. Плоды – красные ягоды.

Действующие вещества

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

Применение в медицине

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

Другие свойства

Аризема амурская используется как корм для амурских горалов.

Растение ядовито, его следует применять с осторожностью!

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

Как использовать

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

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

Аризема японская (*Arisaema Japonicum* Blume)

Распространение и места обитания

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

Ботаническое описание

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

Действующие вещества.

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

Применение в медицине

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

Другие свойства

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

Растение ядовито, его следует применять с осторожностью!

Как использовать

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

Астильба (Astilbe)

Семейство камнеломковые.

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

Как выращивать

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

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

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

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

зацветают.

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

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

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

Распространение и места обитания

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

Ботаническое описание

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

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

Действующие вещества

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

Применение в медицине

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

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

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

обладает антиастматической, противовоспалительной, противогрибковой и антигепатотоксической активностью.

Другие свойства

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

Как использовать

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

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

Распространение и места обитания

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

Ботаническое описание

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

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

Действующие вещества

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

Применение в медицине

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

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

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

Как использовать

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

Астра (Aster)

Семейство астровые (сложноцветные).

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

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

Как выращивать

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

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

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

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

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

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

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

Астра альпийская (Aster Alpinus L.)

Распространение и места обитания

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

Ботаническое описание

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

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

Действующие вещества

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

Применение в медицине.

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

Другие свойства

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

Как использовать

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

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

Распространение и места обитания

Родина – центральные и восточные районы Северной Америки.

Ботаническое описание

Многолетние травянистые растения. Стебли прямые, ветвящиеся, густо опушенные, образуют раскидистые кусты до 200 см высотой и 80 см в поперечнике. Листья ланцетные или продолговато-ланцетные. Язычковые цветки карминовые, розовые, голубые, фиолетовые

и пурпуровые; трубчатые (центральные) – желтые, красноватые или пурпуровые. Цветки собраны в соцветия – корзинки 3–4 см в диаметре, на хорошо развитом кусте их бывает до 20–30 шт. Все сорта астры новоанглийской цветут осенью, в сентябре – октябре, а на юге, если позволяет погода, цветут и в ноябре.

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

Действующие вещества

Корневища и надземная часть содержат дубильные вещества.

Применение в медицине

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

Растение ядовито, его следует применять с осторожностью!

Как использовать

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

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

Семейство камнеломковые.

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

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

Распространение и места обитания

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

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 50 см. Корневище ползучее, толстое, мощное, сильно ветвящееся, длиной до нескольких метров, сверху темно-коричневое, с многочисленными рубцами – следами прикрепления розеточных листьев, на изломе – светло-розовое, быстро темнеющее на воздухе, с многочисленными небольшими придаточными корнями. Листья длинночерешковые, цельные, голые, кожистые, крупные, широкоовальные, зимующие. Снизу листья имеют точечные железки. Цветки мелкие,

сиренево-розовые или ярко-розовые, колокольчатые, собраны в густое верхушечное метельчато-щитковидное соцветие. Плоды – эллиптические сухие коробочки с двумя лопастями. Цветет в июне – июле; семена созревают в августе.

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

Действующие вещества

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

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

Применение в медицине

В тибетской медицине отвар корневищ применяют как жаропонижающее при раневой лихорадке, при туберкулезе легких, острых и хронических формах пневмоний, легочных кровотечениях, острых респираторных, гриппозных и некоторых других инфекциях (коклюш), ларингитах, головных болях, суставном ревматизме, желудочно-кишечных заболеваниях; с помощью порошка корневищ лечат гастриты с пониженной кислотностью.

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

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

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

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

Другие свойства

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

Как использовать

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

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

Как выращивать

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

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

Размножается семенным способом и вегетативно (делением взрослых растений, черенкованием). Выращивать из семян хлопотно и долго. Их лучше высевать под зиму. Первые два года сеянцы развиваются крайне медленно, образуя невысокие розетки (2–2,5 см), и требуют тщательного ухода, в том числе и регулярного полива. Растение зацветает, как правило, на 3–4 году после посева.

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

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

Барвинок малый (Vinca Minor L.)

Семейство кутровые.

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

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

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

Распространение и места обитания

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

Ботаническое описание

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

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

Действующие вещества

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

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

Применение в медицине

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

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

Растение ядовито, его следует применять с осторожностью!

Как использовать

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

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

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

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

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

Как выращивать

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

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

Размножается делением куста, черенкованием, реже семенами. Кусты делят весной в апреле или в конце августа – начале сентября. Для ускоренного размножения можно прищипливать длинные вегетативные побеги к земле и засыпать узлы небольшим слоем (1–2 см) земли, поддерживая ее увлажненной. Через 2–3 месяца готовые молодые растения с хорошо развитой корневой системой отрезают. На черенки отбирают зеленые побеги, которые укореняются в течение 14–18 дней, и в начале сентября хорошо развитые растения высаживают на место. Молодые посадки на зиму необходимо укрыть небольшим слоем листьев.

Бархатцы, или Тагетес (Tagetes)

Семейство астровые (сложноцветные).

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

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

Как выращивать

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

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

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

Бархатцы отклоненные, или французские (Tagetes Patula L.)

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

Распространение и места обитания

Родина – горные районы Мексики.

Ботаническое описание

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

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

Действующие вещества

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

Применение в медицине

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

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

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

при мочекаменной болезни, стрессе и неврозах.

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

Другие свойства

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

Как использовать

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

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

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

Распространение и места обитания

Родина – Южная Мексика.

Ботаническое описание

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

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

Действующие вещества

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

Применение в медицине

В Аюрведе цветки советуют использовать при эпилептических припадках и лихорадке. Боливийцы употребляют чай из соцветий при желчных коликах и гастритах, как ветрогонное средство. Бразильцы применяют грудной успокаивающий чай из соцветий при бронхитах, простуде, кашле и ревматических болях, а также как глистогонное средство. Кубинцы пьют отвар соцветий при простуде, заболеваниях легких, им поласкают рот при зубной боли. Припарку из соцветий прикладывают на раковые опухоли. Доминиканцы считают, что соцветия обладают желчегонным, потогонным и ранозаживляющим действием. Гаитяне применяют сок листьев или отвар соцветий для регулирования менструаций и лечения рака. Цветки, приготовленные с куриной печенью, едят как тонизирующее средство для улучшения зрения.

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

Другие свойства

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

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

Как использовать

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

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

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

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

Распространение и места обитания

Родина – горы Мексики.

Ботаническое описание

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

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

Действующие вещества

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

Другие свойства

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

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

Как использовать

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

Белоцветник (Leucosium)

Семейство лилейные.

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

Как выращивать

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

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

Лучшее время для посадки луковиц – июль – сентябрь, когда растения находятся в покое. Механические повреждения присыпают золой. Луковицы белоцветника не выносят длительного высушивания. Лучше не держать их на воздухе более месяца, а если нет возможности посадить, то пересыпать опилками, стружками и тому подобным и убрать в

пластиковый пакет с перфорацией. Луковицы сажают в рыхлую почву на глубину, равную двум луковицам, в тяжелую – на глубину одной. Но в любом случае, по крайней мере, на глубину 5 см от поверхности. При неглубокой высадке луковицы белоцветника мельчают, но активно образуют детки, на глубине же становятся крупнее.

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

Белоцветник весенний (*Leucojum Vernum L.*)

Распространение и места обитания

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

Ботаническое описание

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

Действующие вещества

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

Применение в медицине

Используется как отхаркивающее средство при бронхоэктазии.

Растение ядовито, следует применять с осторожностью.

Белоцветник летний (*Leucojum Aestivum L.*)

Распространение и места обитания

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

Ботаническое описание

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

Действующие вещества

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

Применение в медицине

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

Растение ядовито, следует применять с осторожностью.

Другие свойства

Подземная часть используют в пищу в вареном и жареном виде.

Как использовать

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

Василек голубой (Centaurea Cyanus L.)

Семейство астровые (сложноцветные).

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

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

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

Распространение и места обитания

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

Ботаническое описание

Однолетнее или двулетнее травянистое растение высотой до 80 см с прямым, ветвистым, паутинистоопушенным стеблем. Листья очередные, серо-зеленые,

слабоопушенные; нижние – тройчато– или перисто-лопастные, отмирающие ко времени цветения; самые верхние – цельнокрайные, линейные. Краевые цветки («лепестки») бесполое, синие, воронковидные, глубоко пяти-восьмираздельные, внутренние – обоополое, трубчатые, фиолетовые, пятизубчатые. Цветки образуют соцветия – корзинки, расположенные на концах стебля и его разветвлений. Плод – опушенная, серая или желтовато-серая семянка, на верхушке с пушистым хохолком. Цветет в июне – июле; плоды (семянки) созревают в августе.

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

Действующие вещества

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

Применение в медицине

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

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

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

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

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

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

Как использовать

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

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

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

Как выращивать

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

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

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

Ваточник (Asclepias)

Семейство ластовневые.

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

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

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

Как выращивать

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

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

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

зацветают на 3-й – 4-й год, при вегетативном – в год посадки или на следующий год.

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

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

Распространение и места обитания

Родина – восточные и центральные районы Северной Америки.

Ботаническое описание

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

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

Действующие вещества

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

Применение в медицине

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

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

Другие свойства

Сухие стебли применяют для очистки зубов.

Как использовать

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

Ваточник сирийский (*Asclepias Syriaca* L.)

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

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

Распространение и места обитания

Родина – восточные штаты Северной Америки.

Ботаническое описание

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

Действующие вещества

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

Применение в медицине

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

Другие свойства

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

Как использовать

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

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

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

Вербейник (*Lysimachia*)

Семейство первоцветные.

Родовое научное название по одной из версии произошло от имени Лисимаха,

полководца Александра Македонского, – ранее ошибочно считалось, что именно он открыл это растение. Другая версия гласит, что Диоскорид описал один из видов вербейника и назвал его «лизи-махейос».

Как выращивать

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

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

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

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

Вербейник ландышевый (*Lysimachia Clethroides* Duby)

Распространение и места обитания

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

Ботаническое описание

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

Действующие вещества

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

Применение в медицине

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

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

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

поползушник.

Распространение и места обитания

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

Ботаническое описание

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

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

Действующие вещества

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

Применение в медицине

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

Настойка надземной части на вине или ее отвар используется при кровохарканье, дизентерии и меноррагиях; отвар, сухой порошок или свежий сок применяется наружно при кровотечениях и повреждениях небольших кровеносных сосудов. Отваром и настоем надземной части проводят обмывания и полоскания при молочнице и язвенном стоматите. При расширении вен помогают ванны и компрессы с крепким отваром травы.

Другие свойства

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

Как использовать

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

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

Кашель упорный, «пылевые легкие», внутренние кровотечения, подагра, ревматизм.

2 ч. л. травы залить 0,25 л кипятка, настоять 30 мин, процедить. Пить по 1 чашки 3 раза в день.

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

Вербейник точечный (Lysimachia Punctatal.)

Распространение и места обитания

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

Ботаническое описание

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

Есть пестролистные формы: с бело- и желтоокаймленными листьями.

Действующие вещества

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

Применение в медицине

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

Как использовать

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

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

Семейство норичниковые.

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

Распространение и места обитания

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

Ботаническое описание

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

Действующие вещества

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

Применение в медицине

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

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

Как использовать

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

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

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

Как выращивать

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

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

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

Ветреница, или Анемона (Anemone)

Семейство лютиковые.

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

Как выращивать

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

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

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

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

Ветреница дубравная (Anemone Nemorosa L.)

Распространение и места обитания

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

Ботаническое описание

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

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

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

Действующие вещества

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

Применение в медицине

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

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

Другие свойства

Медонос и перганос.

Как ядовитое растение применять следует с осторожностью.

Тем не менее, является кормовым для мелкого рогатого скота.

Нельзя применять при желудочно-кишечных заболеваниях и воспалении почек.

Как использовать

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

Ветреница лютичная (*Anemone Ranunculoides L.*)

Распространение и места обитания

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

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 30 см с нежными стебельками. По внешнему облику схожа с ветреницей дубравной, от которой отличается золотистой окраской цветков. Имеет длинное, поверхностно расположенное, четко видимое ползучее корневище. Прикорневых листьев нет или лист один, пальчато-рассеченный, на длинном черешке. Цветки диаметром до 3 см с пятью лепестками желтого или золотистого цвета. Плод – листовка. Цветет в апреле-мае. Плоды образует в июле.

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

Действующие вещества

Содержит сапонины, γ -лактон (протоанемонин).

Применение в медицине

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

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

Другие свойства

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

Как использовать

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

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

Ветреница лесная (*Anemone Sylvestris L.*)

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

Распространение и места обитания

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

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 50 см. Относится к группе корнеотпрысковых ветрениц. Имеет вертикальное корневище, часто с многочисленными корневыми отпрысками. Разрастаясь корневыми отпрысками, способна быстро образовывать заросли. Прикорневые листья длинночерешковые, округлые, рассеченные, с серебристым войлочным опушением. Стебель прямостоячий, также с серебристым опушением, с мутовкой из трех опушенных трехраздельных листьев. Заканчивается стебель одиночным, душистым и крупным, в диаметре до 7 см цветком, на длинном цветоносе, часто поникающем.

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

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

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

Действующие вещества

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

Применение в медицине

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

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

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

Как использовать

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

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

Семейство капустные (крестоцветные).

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

Распространение и места обитания

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

Ботаническое описание

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

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

Действующие вещества

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

Применение в медицине

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

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Другие свойства

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

Как использовать

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

Как выращивать

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

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

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

Водосбор, или Аквилегия (Aquilegia)

Семейство лютиковые.

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

В Англии и на американском континенте это растение известно под именем «колумбина», что означает «голубушка», «голубка». Перевернутый цветок на самом деле похож на голубицу. Неудивительно, что на религиозных полотнах, фресках и гобеленах

средневековья это растение присутствовало неизменно, являясь символом Святого Духа. На безмятежных библейских пастбищах, усыпанных цветками колумбины, хищники мирно пасутся бок о бок со своими жертвами.

Как выращивать

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

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

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

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

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

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

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

Водосбор обыкновенный (*Aquilegia Vulgaris* L.)

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

Распространение и места обитания

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

Ботаническое описание

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

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

Действующие вещества

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

Применение в медицине

В гомеопатии надземная часть считается полезной при головной боли и истерии. Оказывает противовоспалительное действие. В народной медицине ряда стран водосбором обыкновенным лечат заболевания желчных путей, мочевого пузыря, кожи, цингу, альгоменорею, импотенцию, растение ценят как успокаивающее, противовоспалительное и мочегонное средство. Листья и семена используют при опухолях.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Другие свойства

Инсектицид.

Как использовать

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

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

Водосбор железистый (*Aquilegia glandulosa* Fisch.)

Распространение и места обитания

Встречается в горных районах Западной и Восточной Сибири. Растет на альпийских и

субальпийских лугах, по берегам горных рек и ручьев, по склонам и каменистым россыпям.

Ботаническое описание

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

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

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

Действующие вещества

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

Применение в медицине

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

Другие свойства

Медонос.

Как использовать

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

Волжанка, или Арункус (Aruncus)

Семейство розоцветные.

Родовое научное название дано за внешний вид соцветий. До-линнеевские ботаники называли ее «barba caprae» – «козлиная борода», Карл Линней переименовал растение в

«aruncus», от греческого «arunkos» с тем же значением.

Как выращивать

Волжанкам больше всего подходит легкое затенение при достаточном запасе влаги в почве. Они неплохо развиваются и на открытых местах. На солнцепеке растения выгорают, их листья приобретают желтоватый оттенок.

К почвам непритязательны, могут расти и на тяжелых, так и на легких, но обязательно влажных, плодородных, глубокообработанных почвах. Очень хорошо реагируют органические удобрения.

Соцветия срезают сразу после отцветания, а сами растения – осенью, оставляя пеньки высотой 3–5 см. При продолжительной засушливой погоде растение обязательно нужно обильно поливать.

Американскую волжанку размножают семенами, но чаще всего делением крупных кустов. Кусты делят в конце августа – сентябре или весной (апрель – начало мая). Взрослое 4–5-летнее растение выкапывают и делят с помощью ножа на части так, чтобы на каждой делёнке было не менее двух почек. Старые кусты иногда приходится рубить топором. Посадочные ямы делают размером 30 x 30 x 40 см, они должны быть хорошо заправлены перегноем. Между растениями следует оставлять не менее 50 см. После посадки нуждаются в обильном поливе. Волжанки цветут в год посадки, а полной декоративности достигают уже на следующее лето.

Семена волжанки очень мелкие, посевы производят под зиму. Сеянцы пикируют в гряды на расстояние между растениями 10–15 см с последующей пересадкой весной следующего года на большее расстояние. Через два года саженцы высаживают на постоянное место. Зацветают они на третий год.

Волжанка обыкновенная, или двудомная (*Aruncus Vulgaris Rafin.* = *A. Dioicus* (Walt.) Fern.)

В США называют «перья (оперение, плюмаж) невесты».

Распространение и места обитания

Растет в тенистых широколиственных и смешанных лесах. Встречается в западных районах европейской части России, на Кавказе.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 200 см. Стебли прямостоячие, облиственные, образующие раскидистые кусты до 120 см в поперечнике. Листья сложные, ажурные, дважды или трижды перистые, на длинных, прочных черешках. Цветки мелкие, белые или чуть зеленоватые собраны в метельчатые, раскидистые соцветия длиной до 50 см. Цветет в июне – июле. Плоды – листовки. Семена созревают к середине сентября.

Есть несколько садовых форм. Цветущая волжанка источает приятный терпкий аромат, привлекающий различных насекомых – от мух-журчалок до бабочек.

Действующие вещества

В корневищах содержится азотосодержащие соединения (синильная кислота, пруназин); ароматические соединения (бензальдегид). В надземной части найдены лактоны; азотосодержащие соединения (синильная кислота, пруназин); ароматические соединения (бензальдегид). В листьях, кроме того, содержатся флавоноиды (кемпферол, кверцетин,

изокверцитрин и др.); витамин С. В цветках присутствуют фенольные соединения (салициловый альдегид); флавоноиды (кемпферол, кверцетин, изокверцитрин, афцелин и др.). Соцветия содержат эфирное масло.

Применение в медицине

Корневища, листья, цветки применяют как тонизирующее, вяжущее и противодиарейное. В XVI веке в Западной Европе корни и траву волжанки обыкновенной применяли как желчегонное и противодизентерийное средство.

Измельченные корни индейцы Чероки накладывают на укусы пчел на лице, ушах. Настой корней используют для предотвращения сильных кровотечений после родов, а для ножных ванночек при распухших ногах. Настой используют при чрезмерном мочеиспускании. Настой растения индейцы принимают при внутренних кровотечениях и болезнях желудка. Отвар корней употребляют при гриппе.

Слишком большие количества отвара нельзя применять, т. к. это может вызвать приступ тошноты.

Как использовать

Диарея. 2 ст. л. корневищ залить 0,4 л кипятка, варить на слабом огне 15 мин, настоять 30 мин, процедить. Пить по 75–100 мл 3–4 раза в день.

Волжанка американская – *Aruncus Americanus* = *Aruncus Sylvester* Kostel. Ex Maxim

Распространение и места обитания

Встречается на дальнем Востоке.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 110 см с длинным корневищем. Многочисленные побеги образуют плотную заросль. Растение разрастается довольно быстро, ежегодный прирост разветвляющегося корневища составляет до 7 см. Листья сложные, ажурные, дважды или трижды перистые, на длинных, прочных черешках. Цветки мелкие, беловатые, собраны в метельчатые, раскидистые соцветия длиной до 40 см. Цветет в мае-июне. Плоды – листовки. Семена созревают в августе-сентябре.

Действующие вещества

Надземная часть содержит лактоны; азотосодержащие; ароматические соединения (бензальдегид); флавоноиды (кемпферол, кверцетин, изокверцитрин и другие).

Применение в медицине

Индейцы Северной Америки отвар корневищ с корнями принимают как обезболивающее и желудочное средство при болях в желудке, а также как мочегонное и при гонорее. Настой корней используют при диарее, болезнях почек, гонорее, ревматизме, простуде, ангине. Мазь из золы корневищ наносят на язвы. Очищенные свежие корневища или высушенные и вымоченные корневища или просто высушенные корневища держат во рту при кашле.

Сырые листья индейцы племени Луми жуют при оспе. Лекарство из толченых корневищ принимают при болях в почках. Настой измельченных корней употребляют как жаропонижающее при тяжелых лихорадках, а также их при кореподобных заболеваниях и как общеукрепляющее средство. Тлингиты настоем корней используют при заболеваниях крови. Очищенные и измельченные корневища накладывают на язвы.

Как использовать

Диарея, простуда, ангина. 2 ст. л. корневищ залить 0,4 л кипятка, варить на слабом огне 5 мин, настоять 1 час, процедить. Пить по 75–100 мл 3–4 раза в день.

Язвы на коже. Свежие корневища помыть, измельчить в пасту, нанести на пораженное место.

Гвоздика (Dianthus)

Семейство гвоздичные.

Научное родовое название происходит от греческих слов «Di» – Зевс и «anthos» – «цветок», что можно перевести как «цветок Зевса», или «божественный цветок».

Одно из английских названий гвоздик – «gilly-flowers». Некоторые считают, что происходит оно от французского названия пряности гвоздики, аромат которой схож с ароматом цветков, – «clou de girofle». Но, по другой версии, оно связано с названием месяца, когда в основном цветут гвоздики. И в Англии, и у нас это июль (July). Так или иначе, но «июльские» цветы «с запахом гвоздики» – прекраснейшее дополнение к любому цветнику.

Как выращивать

Растение предпочитает солнечные места, но турецкая гвоздика может расти и в полутени. Требуется плодородная, некислая, суглинистая садовая почва. Хорошо реагируют на подкормки минеральными удобрениями. Не переносят переувлажнения, особенно – застоя воды.

Отцветшие стебли у всех гвоздик обрезают на 10–15 см от поверхности земли. Затем вносят комплексное минеральное удобрение, поливают, рыхлят почву. Примерно через месяц отрастают новые побеги, а осенью у некоторых видов начинается вторичное цветение. Для того чтобы турецкая гвоздика росла как многолетник, в августе необходимо разложить молодые побеги, имеющие длинные голые стебли, на почве вокруг куста и засыпать их слоем хорошей земли так, чтобы на поверхности остались только облиственные кончики. При таком уходе гвоздика может жить 5–6 лет и более, не изреживаясь и не теряя в размере цветков.

Размножается семенами и вегетативно (делением куста, черенкованием). Высевают ранней весной или под зиму. При весеннем посеве появляются через 14–17 дней, при подзимнем посеве – через 1–2 недели после таяния снега. Сеянцы слабые, медленно растут. Высаживать молодые растения на постоянное место нужно не позднее августа или весной следующего года.

Деление куста лучше проводить ранней весной, тогда новые растения нередко зацветают в этот же год.

Черенкуют в конце мая – начале июня, когда вегетативные побеги уже хорошо отличаются от цветоносов. Лучше использовать побеги длиной 3–9 см, не менее чем с 3–4 парами листьев. Срез делают сразу под узлом. Нижние листья с первых 2-х узлов нужно удалить. С нижней стороны побега, по всей длине нижнего междоузлия острым ножом или скальпелем делается очень прямой надрез на глубину 1/3 толщины стебля. Надрезанные черенки помещают в субстрат и обеспечивают им достаточную влажность, закрыв пленкой

или даже банкой. Корни образуются через 2–3 недели.

Гвоздика бородатая, или турецкая (*Dianthus Barbatus L.*)

Название «бородатая» эта гвоздика получила за наличие у каждого цветка прицветных, реснитчатых по краю листочков, напоминающих бороду.

Распространение и места обитания

Встречается изредка по всей европейской части России, Северном Кавказе и на юге Дальнего Востока. Растёт на лугах, опушках, каменистых склонах, на речных галечниках.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение, выращиваемое как двулетнее. Стебли прямые, прочные, узловатые, многочисленные, 40–60 см высотой. Листья сидячие, ланцетовидные, голые, зеленые или с красноватым оттенком, расположены супротивно. Цветки многочисленные простые или махровые, до 1,5 см в диаметре, белые, кремовые, розовые, красные, различных оттенков, нередко пестрые, с глазком и каймой, бархатистые, ароматные, в многочисленных щитковидных соцветиях 8–12 см в поперечнике. Цветет в течение месяца, с конца июня на второй год после посева. Плод – коробочка.

Выведено много сортов, различающихся по окраске цветка, степени его махровости, размеру соцветий, высоте растения.

Действующие вещества

Надземная часть содержит углеводы и родственные соединения (D-пинит, галактозиды сахарозы); сапонины тритерпеновые (барбатозиды А и В); алкалоиды до 0,066 %; витамин С; флавоноиды (астрагалин, глюкозид кемпферола). В семенах найдено жирное масло до 6,1 %.

Применение в медицине

Отвар и настой надземной части обладают мочегонным действием. Цветки на Дальнем Востоке используются при лечении бешенства.

Как использовать

Мочегонное. 1 ст. л. травы гвоздики турецкой залить стаканом кипятка, настоять 1 час, процедить. Пить по 1–2 ст. л. 3–4 раза в день.

Гвоздика травянка (*Dianthus Deltoides L.*)

Распространение и места обитания

В России встречается во многих районах европейской части (кроме самых северных и южных областей) и в Сибири, занесена на юг Дальнего Востока. Растёт на лугах, в разреженных лесах, на опушках и полянах, вырубках, придорожных луговинах; в сухих песчаных местах в долинах рек.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение с тонким корневищем, образующее рыхлые дерновинки, составленными цветоносными и вегетативными побегами. Стебли восходящие, высотой до 40 см, опушённые короткими волосками, как и листья. Листья вегетативных побегов длиной 1,5–3 см и шириной 3–5 мм, тупые, у основания с короткими ресничками; листья генеративных побегов шириной 1–3 мм, с тремя жилками, острые, шероховатые по краям, при основании сросшиеся в короткое влагалище. Лепестки розово-красные, у зева с кольцом пурпурных пятен. Цветёт с июня по сентябрь, плодоносит с июля по октябрь.

Есть сорта различной окраски (от белой до темно-красной), а также вечнозеленая форма.

Действующие вещества

Содержит сапонины тритерпеновые (диантозиды А, В и С). В надземной части также найдены углеводы и родственные соединения (D-пинит); витамин С; флавоноиды (лютеолин, хризоэриол, неоаврозид, изонеоаврозид и другие).

Применение в медицине

Отвар и настой надземной части применяют как кровоостанавливающее при маточных и геморроидальных кровотечениях, неблагоприятных родах, желудочных заболеваниях, также он используется при болях в области сердца, болезнях почек и мочевого пузыря, геморрое и диатезе, ревматических и простудных болях в суставах. При флегмонах прикладывается запаренная надземная часть. Наружно настоем травы промывают пораженные места тела при диатезе. Трава, собранная в период цветения и плодоношения употребляется в виде чая при кашле и удушье.

Другие свойства

Медонос.

Как использовать

Боли в сердце и в желудочно-кишечном тракте . 1 ст. л. свежесобранной травы гвоздики травянки, залить стаканом кипятка и на слабом огне выпарить наполовину, процедить. Пить по 1 ч. л. 3 раза в день.

Маточные и геморроидальные кровотечения . 1 ст. л. травы залить 1 стаканом кипятка, настоять 2 часа, процедить. Пить по 1 ст. л. 3 раза в день.

Гейхера американская (Heuchera Americana L.)

Семейство камнеломковые.

Родовое научное название дано в честь немецкого профессора медицины и ботаники J.H. von Heucher.

В США гейхеру называют «американский алюминиевый корень», «горная герань».

Распространение и места обитания

Встречается на востоке Северной Америки. Предпочитает богатые почвы, растет на открытых светлых опушках или в легкой ажурной тени деревьев.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое корневищное растение высотой до 60 см. Листья округло-сердцевидные, на длинных черешках, с нижней стороны могут иметь коричнево-лиловый, образуют красивую розетку высотой до 20 см. Цветки желто-зеленые, собраны в метельчатое соцветие. Цветет с июня 50–60 дней.

Имеются сорта с разнообразной окраской листьев, ярче всего они окрашиваются весной и осенью, сочетая в себе бархатно-коричневые, серебристые пятна и жилкование на зеленом фоне.

Действующие вещества

Корневища содержат дубильные вещества.

Применение в медицине

Племя индейцев Чероки применяют растение при дизентерии. Измельченными в порошок корнями посыпают злокачественные язвы, настоем промывают трудно- и долго заживающие язвы. Настой корневищ с корнями принимают при жалобах в кишечнике, геморрое, чрезмерных менструациях. Настоем подземной части полощут ротовую полость при язвочках. Многие племена индейцев используют корни как сильное вяжущее, а также как тонизирующее средство. Отвар корневищ и корней употребляют при болях в желудке. Сырые корни едят при расстройствах желудка. Измельченные листья применяют как заживляющее при ранах, язвах.

Как использовать

Диарея, дизентерия, боли в желудке. 1 ст. л. корневищ залить стаканом кипятка, варить на слабом огне 30 мин, настоять 15 мин, процедить. Пить по 1/3–1/2 стакана 3 раза в день.

Раны, язвы на коже. Взять свежие листья, промыть кипятком, измельчить до пастообразного состояния, наносить на пораженные места несколько раз в день.

Трудно и долго незаживающие раны и язвы. 2 ст. л. корневищ залить стаканом кипятка, варить на слабом огне 15 мин, настоять 1 час, процедить. Промывать пораженные места, делать примочки несколько раз в день.

Как выращивать

Лучше растет в полутени, частичной тени, когда прямое солнечное освещение имеется только в утренние часы. Различные сорта могут значительно изменять окраску листьев, сроки и интенсивность цветения при разных световых режимах. В полной тени плохо чувствуют себя сорта с серебристыми листьями, на полном солнечном освещении в течение всего дня листья у большинства обгорают.

Уход довольно прост. Растения нуждаются в хорошем дренаже, влагоемкой и рыхлой, легкой, в меру удобренной почве. Необходимо проводить окучивание один раз в год или через год, так как основания растений разрастаются выше уровня почвы.

Через 3–5 лет, когда куст гейхеры распадается и показывает свою оголившуюся середину, необходимо омолодить его. Весной, когда появятся новые листья, но до цветения, выкопать и разделить на части, по 2–3 розетки в каждой. Светлолистный сорт и молодые растения перед зимовкой хорошо прикрыть дубовой листвой.

Размножается семенами, делением куста и зелеными черенками. Семена высевают сразу после сбора или под зиму. Всходы появляются через 2–3 недели после посева. Правда, при таком способе признаки сорта передаются не полностью, хотя иногда можно получить

очень интересные по окраске экземпляры. Сеянцы пикируют при появлении 2–3 настоящих листочков в ящики или гряды. В грунт высаживают в конце мая – начале июня, с расстоянием между саженцами до 20 см. На зиму укрывают листвой. Молодые растения зацветают на третий год.

Деление кустов лучше проводить весной, в мае, но можно и в конце лета – начале осени. На глинистых почвах при осенней посадке растения могут зимой вымерзнуть, особенно при значительном делении корневищ. Каждая деленка должна иметь не менее пяти хорошо развитых почек и корни. Деление куста рекомендуется делать руками, без применения инструментов.

Черенкуют стебли до цветения или сразу после него, используя стимуляторы корнеобразования.

Гелениум (Helenium)

Семейство астровые (сложноцветные).

По одной из версий, родовое научное название дано в честь жены царя Менелая – Елены, похищенной по преданию Парисом.

В род входит более 30 видов однолетних или многолетних травянистых растений, произрастающих в Северной и Центральной Америке.

Гелениум осенний (Helenium Autumnale L.)

В США этот вид называют простым чихательным сорняком.

Распространение и места обитания

Растет на сырых лугах и болотах. Встречается в Северной Америке.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое корневищное растение высотой до 160 см. Листья некрупные, сидячие, с мелкозубчатым краем. Язычковые цветки желтые, красноватые, трубчатые – темно-желтые, собраны в соцветия – корзинки диаметром до 5 см, которые в свою очередь образуют крупные верхушечные щитковидные соцветия до 30 см в поперечнике. Цветет в конце июля – октябре.

Выведены многочисленные садовые сорта с цветками желтовато-красной окраски различных оттенков (красные, оранжевые, ярко-желтые золотистые с красной каемкой по краям, пестро коричнево-оранжевые и другие).

Применение в медицине

Индейцы Северной Америки используют измельченные сухие листья или соцветия для стимулирования чихания при головной боли, а также для очистки заложенного носа при насморке, как нюхательный порошок при простуде. Команчи применяют настой стеблей для обмываний как жаропонижающее при лихорадках. Настой соцветий употребляют при катаре желудка.

Другие свойства

Растение считается ядовитым для крупного рогатого скота.

Как использовать

Головная боль, заложенный нос при насморке. Сухие листья или цветки измельчить в порошок. Щепотку порошка втягивают ноздрями для возбуждения чихания. Необходимо прочихаться в течение нескольких минут.

Как выращивать

Гелениум осенний лучше выращивать на открытых солнечных местах, но несколько часов в день растение может переносить и легкую тень. Предпочитает плодородные, хорошо обработанные и обеспеченные влагой нейтральные почвы.

Хорошо отзываются на органические и минеральные подкормки (2–3 раза за лето). В сухую и жаркую погоду необходимо обильно поливать. Растения зимостойкие, но если их не делить дольше 3–4 лет, то розетки могут подмерзать, так как с возрастом почки возобновления оказываются над землей.

Размножается вегетативно – делением куста и семенным путем. Семена высевают осенью или весной первоначально в рассадник (прямо в грунт или в ящики). Им дают прорасти на свету в течение 14–20 дней при +18–22 °С. Сеянцы пикируют в фазе двух – трех настоящих листочков, посадку в цветники осуществляют в начале июня. Молодые растения цветут в следующем году. Куст легко делится весной, в мае, при выкопке растение распадается на отдельные розетки с корнями.

Гипсофила метельчатая, или Качим метельчатый (*Gypsophila Paniculata* L.)

Семейство гвоздичные.

Родовое научное название происходит от греческих слов «gypsos» – «гипс», и «philos» – «друг»; в переводе с латинского – «любящая известь». Это связано с тем, что многие виды этого рода растут на известняковых породах.

В народе называют кучерявка, катун, перекати-поле, мухомор.

Распространение и места обитания

Растет на песках, по холмам, сухим руслам рек, луговым степям, опушкам сосняков, на известняковых склонах. Встречается в центральных и южных районах европейской части России, на Северном Кавказе и юге Западной Сибири.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 100 см. Стебли узловатые, сильно ветвистые, особенно в верхней части, образуют ажурный куст шаровидной формы. Листья мелкие, узкие, прикорневые – ланцетные или линейно-ланцетные, опушенные. Все растение серовато-зеленое. Цветки мелкие, до 0,6 см в диаметре, розовые, собраны в метельчатые соцветия. Цветет в июле – августе в течение полутора месяцев. Плод – коробочка с мелкими семенами.

Есть садовые формы и сорта, различающиеся окраской (белые, темно-розовые, розовые) и формой цветка (простые, махровые), а также высотой куста.

Действующие вещества

Корни гипсофила содержат углеводы (галктозиды сахарозы 2,26 %); сапонины тритерпеновые до 29 % (гипсозид); флавоноиды следы (апигенин, лютеолин, качимозид,

ориентин, гомоориентин, адонивернит). В надземной части найдены углеводы и родственные соединения (D-пинит); фенолкарбоновые кислоты и их производные (кофейная, кофеилхинная и др.); флавоноиды (апигенин, витексин, сапонаретин, изосапонарин, качимозид, ориентин, гомоориентин, адонивернит); витамин С. В цветках обнаружены сапонины, следы алкалоидов, витамин С, флавоноиды (витексин, сапонаретин, изосапонарин, качимозид, ориентин, гомоориентин, адонивернит). Семена содержат сапонины, жирное масло до 6 %.

Применение в медицине

Корни применяются как отхаркивающее, слабительное и рвотное средство. Гипсофиллин оказывает сосудосуживающий эффект. Настой надземной части используется при заболеваниях печени.

Другие свойства

Корни применяют как рвотное для лошадей. Измельченное растение с водой дает пену и поэтому используется как суррогат мыла.

Растение ядовито, следует применять с осторожностью!

Как использовать

Запоры . 1 ч. л. корней залить 0,4 л воды, варить на слабом огне 30 мин, настоять 15 мин, процедить. Пить по 1 ст. л. 3–4 раза в день.

Как выращивать

Необходимо размещать на хорошо освещенных участках, выносит легкое затенение. Выращивают на рыхлых легких супесчаных или суглинистых плодородных, хорошо дренированных нейтральных почвах. Кислые грунты известкуют. При подтоке грунтовых вод погибают. Очень плохо реагирует на пересадки.

Размножается семенами, черенками и прививкой. Семена высевают под зиму или в апреле – мае в разводочные гряды. Осенью сеянцы пересаживают на постоянное место, с расчетом 2–3 растения на квадратный метр. Без пересадки многолетние виды на одном месте могут расти до 25 лет и более.

Сортовые махровые формы размножают черенками и прививкой. На черенки используют молодые весенние побеги, нарезаемые в мае – июне. По сравнению с другими культурами укореняемость гипсофилы довольно низкая, поэтому черенки требуют тщательного ухода. Особое внимание следует обратить на полив, так как укореняющиеся черенки не переносят излишней влаги. Прививку черенков махровых форм делают весной врасщеп на корнях немахровых форм.

Горец (Polygonum)

Семейство гречишные.

Родовое научное название происходит от двух греческих слов, переводимых как «много» и «колени», буквально означает «многоколенный». Это связано с тем, что стебель растения узловат, а в узлах еще и вздут.

Как выращивать

Размещают на открытых солнечных, полутенистых, прохладных местах. Крайне

неприхотливы, но лучше растут на влажных, плодородных, хорошо удобренных почвах со слабо кислой реакцией. Горец змеиный выносит близкое залегание грунтовых вод.

В уход довольно непритязательны. У горца змеиноного после конца цветения, если семена не нужны, необходимо срезать отцветшие стебли, чтобы вызвать вторичное цветение. Чтобы ограничить агрессивное распространение сахалинской гречихи, нужно вкопать ограничители глубиной 30 см.

Размножаются семенами и вегетативно – делением куста, корневыми отпрысками. Семена высевают под зиму или весной стратифицированными (1–2 месяца). Кусты делят весной или в конце лета – начале осени. Отпрысками можно размножить в течение длительного периода времени – с апреля по сентябрь, главное брать их с землей, отрезать надземную часть и хорошо поливать после посадки.

Горец Вейриха (*Polygonum Weyrichii* Fr.Schmidt)

Распространение и места обитания

Растет по открытым речным долинам и нижней части горных склонов. В диком виде встречается на Сахалине, Курилах.

Ботаническое описание.

Многолетнее мощное травянистое растение высотой до 2 м и более. Корневище шнуровидное, ползучее. Стебли прямые, слабоветвистые, с полыми междоузлиями, в нижних узлах укореняющиеся, в верхней части войлочные. Листья овально-удлиненные, сидячие, снизу с густым войлочным опушением, почти белые. Цветки очень мелкие, белые, невзрачные, собраны в кистевидное соцветие. Цветет в июле – октябре. Плод – трехгранный орешек.

Действующие вещества

В корнях найдены фенолкарбоновые кислоты (галловая); катехины (d-галлокатехин, l-эпигаллокатехин, l-эпигаллокатехингаллат, l-эпикатехин, l-эпикатехингаллат); дубильные вещества до 24,7 %; антоцианы (цианидин, дельфинидин).

Надземная часть содержит витамины (С, Р, каротин); фенолкарбоновые кислоты (кофейная, галловая) катехины до 2 %; дубильные вещества 1,2 %; флавоноиды до 3,6 % (кверцетин, авикулярин, кверцитрин, гиперин, кемпферол, мирицетин, рутин и др.); антоцианы до 1,6 % (производные мальвидина, цианидина, дельфинидина).

В листьях найдены катехины 2–3,2 %; витамины (С, каротин); дубильные вещества 0,6–7 %; флавоноиды до 3,6 % (кемпферол, кверцетин, мирицетин); антоцианы до 0,9 %.

Соцветия содержат катехины 1,4–4,8 %; флавоноиды до 5,7 %; антоцианы до 1–1,8 %.

Применение в медицине

Обладает фитонцидной активностью к патогенным микроорганизмам и рекомендуется для улучшения гигиенических и эпидемиологических характеристик воздуха. Растение используют в качестве вяжущего и кровоостанавливающего средства.

Другие свойства

Подземная часть пригодна для дубления кож. Надземная часть используется в кормовых целях для силосования, сенажа и травяной муки.

Как использовать

Диарея. 2 ст. л. корней горца сахалинского залить 0,4 л воды, варить на слабом огне 30 мин, настоять 15 мин, процедить. Пить по 100 мл 3 раза в день.

Горец сахалинский, или Сахалинская гречиха (Рейноутрия – *Polygonum Sachalinense* Fr. Schmidt; *Reynoutria Sachalinensis* (Fr. Schmidt) Nakai)

В ряде научных и популярных изданий этот вид горца относят к роду Рейноутрия.

Распространение и места обитания

Растет в нижней части горных склонов и светлых долинных лесах, по насыпям, дорогам, краям канав. Дико произрастает на юге Сахалина, Курильских островах.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 3 м. Корневище ползущее, с длинными подземными ответвлениями, быстро захватывает новые территории. Стебли прямые, толстые, с полыми междоузлиями, прочные, зеленые или бурые. Листья широкоовальные или овально-продолговатые, очень тонкие, крупные длиной до 30 см и шириной 20 см, снизу чаще всего голые. Цветки мелкие, беловато-кремовые, собраны в короткие пазушные метельчатые соцветия длиной до 20 см. Цветет в августе – октябре. Плод – трехгранный, темно-бурый орешек.

Действующие вещества

В подземной части найдены дубильные вещества до 16 %. Надземная часть содержит витамины (С, каротин); фенолкарбоновые кислоты (кофейная, хлорогеновая, галловая), дубильные вещества до 8,2 %; флавоноиды до 5,2 % (рутин и другие). В листьях найдены стероиды (фитостерин); витамины (С); дубильные вещества 1,8–10 %; флавоноиды до 4,21 % (кемпферол, кверцетин 0,84 %, кверцитрин 2,5 %, гиперин, рутин); антрахиноны (эмодин, фисцион, реум-эмодин и другие). Соцветия содержат флавоноиды до 7 % (рутин); дубильные вещества 9–10 %.

Применение в медицине

Обладает антибактериальной активностью. Отвар корней применяют при кашле, обильных менструациях, заболеваниях нервной системы, как жаропонижающее и мочегонное средство, а также при гонорее и болезненном мочеиспускании.

Другие свойства

Рекомендуется для закрепления и озеленения склонов и промышленных отвалов пород. Молодые листья используют в пищу как овощ. Экстракт листьев применяют для дубления кож. Кормовое растение.

Как использовать

Кашель, простуда. 2 ст. л. корней горца сахалинского залить 0,5 л воды, варить на слабом огне 30 мин, настоять 15 мин, процедить. Пить по 100 мл 3–4 раза в день.

Горец змеиный (*Polygonum Bistorta* L.)

В народе называют змеевик, корень змеиный, раковые шейки.

Видовое научное название происходит от двух латинских слов: «bis» – «дважды», и «torta» – «скрученный», и связано с внешним видом корневища.

Русское видовое название «змеиный» и народные названия «раковые шейки» и тому подобное также объясняются внешним видом корневища, имеющего резкие изгибы.

Распространение и места обитания

Встречается в лесной зоне, включая лесотундру европейской части России, Западной и Восточной Сибири. Растет по пойменным, сырым лугам, заболоченным берегам рек и озер, сырым изреженным кустарникам.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение с толстым змеевидно-изогнутым корневищем с многочисленными шнуровидными придаточными корнями. Стебель одиночный, неветвистый, узловатый, высотой 1–1,5 м. Прикорневые листья с длинными крылатыми черешками длиной до 20 см и продолговатой пластинкой. Стеблевые листья редкие, узкие, прикреплены к буроватым раструбам, охватывающим стебель. Цветки мелкие, розовые, однопокровные, собраны в крупное цилиндрическое колосовидное соцветие. Плод – трехгранный, темно-бурый орешек. Цветет в мае – июне. Семена созревают в июле – августа.

Действующие вещества

Корневища содержат 15–36 % дубильных веществ, преимущественно гидролизуемых, но и также с большим количеством конденсированных танидов. В свободном состоянии присутствуют эллаговая и галловая кислоты, катехины, оксиметилантрахиноны, аскорбиновая кислота (130 мг/100 г), органические кислоты и их соли. Осенью накапливается много крахмала – до 25 %.

В траве много аскорбиновой кислоты (700–800 мг/100 г), а также флавоноидов, в том числе гиперозида, рутина и авикулярина.

Применение в медицине

В народной медицине настой и отвар корневищ горца змеиноного применяют при хронических диареях, язвах желудка и 12-перстной кишки, острых воспалительных заболеваниях кишечника, кровотечениях, дизентерии, циститах и холециститах, воспалительных заболеваниях кожи и слизистых оболочек, цинге, в гинекологии – при полименоррее и белях, кольпитах, вагинитах.

Наружно применяется в виде отваров, компрессов, настоев и порошков при ожогах, укусах бешенных животных, кровотечениях, ранах, чирьях, язвах. В некоторых европейских странах и Китае применяется для лечения различных опухолей.

В научной медицине России в виде спиртового экстракта и водного отвара применяется при острых хронических диареях и других воспалительных процессах в кишечнике, а также наружно при воспалительных процессах слизистой оболочки полости рта (стоматит, гингивит).

Входит в состав вяжущих желудочных сборов. В стоматологической практике экстракт используют для смачивания десен и полоскания полости рта.

Водный экстракт корневищ горца змеиногo оказывает сильное противовоспалительное, болеутоляющее и антисептическое действие при воспалительных процессах предстательной части мочеиспускательного канала.

Другие свойства

В ветеринарии отвары используют как вяжущее и кровоостанавливающее при воспалениях и кровотечениях в желудочно-кишечном тракте, алиментарной диспепсии.; также их применяют наружно, делая порошки для присыпки ран.

Корневища едят в поджаренном виде, а также используются как добавку к ржаной муке. Надземную часть употребляют в пищу как заменитель шпината, заваривают вместо чая. В Англии молодые листья и побеги употребляют в пищу в отваренном виде, приготавливая их в традиционное пасхальное блюдо. Травой кормят скот, семенами – домашних птиц.

Как использовать

Застарелые раны, язвы и чирьи. 10 г корневищ горца змеиногo (1,5 ст. л.) поместить в эмалированную посуду. Залить 200 мл (1 стакан) горячей кипяченой воды, закрыть крышкой, нагреть на водяной бане 30 мин, процедить, оставшуюся массу отжать. Объем отвара довести кипяченой водой до 200 мл. Делать примочки на пораженные места несколько раз в день.

Камни желчного и мочевого пузыря. 20 г корневищ горца змеиногo залить 1 л воды, варить 20 мин, процедить. Пить по 1/2 стакана 2–3 раза в день. При этом соблюдается диета без алкоголя, мяса, сала, рыбы, яиц, соли.

Отравление. 20 г измельченных корневищ горца змеиногo залить 1 л белого вина, настоять 8 часов, процедить. Пить понемногу в течение дня.

Диарея и дизентерия с кровью. Принимать порошок измельченных корневищ горца змеиногo по 0,5–1 г 3 раза в день.

Диарея, гастроэнтерит. 10 г корневищ горца змеиногo (1,5 ст. л.) поместить в эмалированную посуду. Залить 200 мл (1 стакан) горячей кипяченой воды, закрыть крышкой, нагреть на водяной бане 30 мин, процедить, оставшуюся массу отжать. Объем отвара довести кипяченой водой до 200 мл. Пить по 1 ст. л. 3–4 раза в день перед едой.

Уретрит. 50 г корневищ горца змеиногo залить 1 л воды, кипятить 15 мин, процедить. Использовать для промывания уретры с помощью катетера несколько раз в день.

Дельфиниум, или Живокость (Delphinium)

Семейство лютиковые.

Родовое научное название связано с формой цветка. Греки, в частности Диоскорид, сравнивали бутоны с головой дельфинов (delphinos), в России его называли «шпорник», в Германии «рыцарские шпоры», в Англии «забавные шпоры», а во Франции – «жаворонкины ножки».

Греческая легенда гласит, что когда-то в Древней Элладе жил одаренный юноша, который по памяти изваял свою погибшую возлюбленную и вдохнул в изваяние жизнь. За эту дерзость боги превратили его в дельфина. Однажды возрожденная девушка пришла на берег моря и увидела в волнах дельфина, который подплыл к берегу и положил к ногам возлюбленной нежный цветок, излучающий лазоревый свет. Это был цветок дельфиниума.

Первоначально были окультурены однолетние дельфиниумы, в частности сомнительный и восточный. От скрещивания этих видов произошел гибрид, названный дельфиниумом Аяксов. Он имеет весьма эффектные формы с различной окраской цветков: белой, розовой, лиловой, лавандовой, голубой, фиолетовой.

Дельфиниум высокий, или Живокость высокая (Delphinium Elatum L.)

Растет в редких смешанных и березово-осиновых лесах, лесных полянах, на высокотравных лугах, в долинах рек, по склонам гор или в субальпийском поясе гор. Встречается в европейской части России, Западной и Восточной Сибири.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое высокое растение высотой до 2 м. Корневище мощное деревянистое. Листья в очертании округлые, при основании глубокосердцевидные, со сходящимися крайними долями, пластинка длиной до 10 см и шириной до 15 см, до 2/3 – 3/4 рассечена на 3 доли, из которых средняя продолговато-ромбическая, в верхней части рассеченная на крупные заостренные зубцы, боковые доли широко рассеченные – на 2/3 своей длины, на 2–3 ромбические, тонкие, неравно заостренно-зубчатые доли второго порядка. Черешки нижних листьев равны пластинке или в 1,5–2 раза длиннее ее, отходят почти под прямым углом от стебля. Синие цветки собраны в негустую простую или ветвистую снизу кисть. Цветет в июле – августе.

Действующие вещества

Все части растения содержат алкалоиды (метилликаконитин, дельфелин, делатин). Максимальное их количество найдено в семенах – до 2,5 %, довольно высоко их содержание в корневищах – до 2 %; в плодах их меньше – до 1,71 %, в листьях – до 0,85 %, в стеблях – до 0,15 %. В подземной части обнаружены алкалоиды дельфелатин, элатин, метилликаконитин, дельфелин, делатин и другие. В листьях основным алкалоидом является элатин. Кроме того, в семенах обнаружено до 29,9 % жирного масла.

Применение в медицине

Корни и корневища оказывают курареподобное действие. Их применяют наружно при ожогах, в виде отвара – для лечения сифилиса и грижи. Надземная часть служила источником для получения алкалоида элатина, применяемого как миорелаксант при лечении нервных заболеваний. Надземная часть используется при желудочных заболеваниях, как противоглистное, при эпилепсии, сифилисе, водянке, желтухе и онкологических заболеваниях.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Другие свойства

В ветеринарии корни, корневища и надземная часть используются как противоглистное для овец. Экстракт и отвар надземной части, цветков, плодов, корневищ и корней используют как инсектицид против бытовых насекомых и вредителей сада и огорода. Порошок корневищ и корней применяли для травли волков. Медонос.

Как использовать

Перелом костей . 1 ст. л. травы (без грубых стеблей) живокости высокой залить 0,25 л кипятка, настоять 2 часа в темном месте. Применять для компрессов и примочек.

Как выращивать

Лучше высаживать на открытые солнечные участки с легким затенением в полуденные часы и хорошо защищенные от ветра. Выращивают на суглинистой, плодородной, слабокислой, умеренно влажной почве. Растение относительно засухоустойчиво, от излишней влажности легко заболевает и погибает.

Необходимо ежегодно 2–3 раза за сезон проводить подкормки комплексными минеральными удобрениями или жидким органическим удобрением (в фазу отрастания, когда побеги вырастают до 10–15 см, в период бутонизации или начала цветения). Каждая подкормка должна сопровождаться обильным поливом, чтобы вода просочилась до низа корней. При посадке следят, чтобы корневая шейка с почками возобновления не была заглублена.

Специфический уход заключается в прореживании и подвязке. Чтобы получить красивые мощные цветоносы с крупными соцветиями, кусты прореживают. Весной, когда побеги достигают 20–30 см, самые тонкие и слабые удаляют, оставляя у сортов с малоцветковыми соцветиями до 10, а у многоцветковых – до 5 побегов. В первую очередь выламывают побеги в середине куста, что обеспечит лучшую проветриваемость куста и снизит вероятность болезней.

Чтобы соцветия не падали под собственной тяжестью и не ломались, их подвязывают узкими лентами из ткани. Первый раз на высоте 40–50 см, а второй – на высоте 100–120 см к кольям такой же высоты, как и сами растения. После окончания цветения надо срезать только сами соцветия. Под зиму побеги срезают на высоте 25–30 см от уровня земли.

Размножается делением куста, черенками и семенами. Сортовые дельфиниумы высевают в марте в теплые помещения, без предварительного промораживания. После образования первого настоящего листа сеянцы пикируют. В начале мая их высаживают в открытый грунт. Молодые растения доращивают до осени или до весны следующего года и только тогда высаживают на постоянное место. Растения зацветают в августе этого же года. В апреле – мае семена можно высевать в открытый грунт в гряды или парники, но в этом случае основная часть сеянцев зацветает только на следующий год.

Делением корневищ лучше размножать молодые 3–4-летние кусты в апреле – мае и в августе – начале сентября. Корневище разрезают или разламывают на части, каждая из которых должна иметь не менее одного побега или почки и достаточное количество здоровых корней. Места разреза присыпают толченым древесным углем.

На черенки используют верхнюю часть молодого стебля, когда он достигнет высоты 8–10 см. Черенкуют весной, когда стебли достигают высоты 8–10 см, тонкими побегами, без полости внутри. Черенок срезают или выламывают у корневой шейки с так называемой пяткой или частью корневой ткани и высаживают в парничок. На постоянное место укоренившиеся черенки высаживают следующей весной.

Дербенник иволистный, или Плакун (*Lythrum Salicaria* L.)

Семейство дербенниковые.

Народное название – плакун-трава – дербенник получил за свое необычное свойство. На концах его листьев после влажных летних ночей появляются «слезы» – так растущие на сырых почвах растения избавляются от избытка влаги. Кроме того, его в народе называют дедова борода, вербовник, верба-трава – красота девичья.

Распространение и места обитания

Растет по берегам рек и озер, в прибрежной полосе среди водной растительности или зарослей ивняка, на заливных лугах, осоковых болотах. Встречается в европейской части России, на Кавказе, в Сибири, юге и западе Дальнего Востока.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 160 см. Лист ланцетовидный, зеленый, осенью красный. Цветки фиолетово-красные, звездовидные, маленькие, собраны в плотные свечевидные колосья. Цветет в июне – августе. Плод – продолговато-овальная коробочка, семена мелкие.

Имеются сорта с разной окраской цветков (пурпурно– и бледно-розовые, темно-красные, красно-фиолетовые и другие).

Действующие вещества

В корнях найдены сапонины, дубильные вещества до 8,5 %. Надземная часть содержит эфирное масло, смолы, фенолкарбоновые кислоты и их производные (хлорогеновая, галловая, эллаговая, п-кумаровая); дубильные вещества до 1,3 %; флавоноиды (витексин, ориентин, гомовитексин); антоцианы (глюкозид мальвидина); ситостерин, пектиновые вещества, холин, до 64 мг% витамина С. В листьях обнаружены витамин С, каротин до 7,37 мг на 100 г. В цветках найдены витамин С, дубильные вещества до 13,7 %; флавоноиды (глюкозид мирицетина); антоцианы (глюкозиды мальвидина, цианидина).

Применение в медицине

Корни и листья свежие прикладываются на ушибы и раны. Надземная часть принимается в тибетской медицине при нервных заболеваниях. В народной медицине настой и отвар надземной части употребляются как закрепляющее, кровоостанавливающее, тонизирующее и общеукрепляющее средство, при белях, массивных кровотечениях, ревматизме, хроническом воспалении слизистых оболочек желудочно-кишечного тракта и верхних дыхательных путей, эпилепсии, нервных заболеваниях, бешенстве, геморрое, тифе.

С настоем и отваром трав делают ванны для ослабленных и возбужденных детей, при судороге, варикозных язвах, экземе и трещинах. Отвар и настой цветков пьют при травмах ротовой полости.

Наружно корни используют при грыже и панариции; применяют внутрь при болях в желудке, неправильных и обильных менструациях. Порошком травы присыпают незаживающие язвы. Свежие листья прикладывают к ранам и порезам для остановки крови и их быстрого заживления. Припарками из трав лечат гнойные раны и лишай. Настой и отвар травы и корней принимают как успокаивающее средство.

Отвар цветков, травы и корней используют при кровавых диареях, дизентерии, гастрите, хроническом воспалении слизистых оболочек внутрь и наружно. Траву употребляют как болеутоляющее средство при ревматизме, сердечно-сосудистых заболеваниях и геморрое. Отвар корней и трав оказывает вяжущее и противовоспалительное действие, его используют в виде полосканий при флюсе, стоматите, афтах и ранах во рту, а также в виде спринцеваний при белях. Отвар травы пьют от кашля, боли в груди и как потогонное средство при простуде.

Другие свойства

Корни применяют для дубления и окрашивания кожи в коричневый цвет. Надземная часть красит по протраве в синий цвет, ее соком пропитывают рыболовные сети, чтобы защитить их от гниения. Надземную часть употребляют в пищу. Цветки используют как пищевой краситель в кондитерском деле. Медонос.

Как использовать

Диарея, желудочные и кишечные кровотечения. 2 ч. л. листьев и цветков дербенника залить стаканом кипятка, варить на слабом огне 1 мин, настоять 30 мин, процедить. Пить по 100 мл 3–4 раза в день.

Сильное возбуждение, судороги, общая слабость. 2 ст. л. травы дербенника залить 0,5 л кипятка, настоять 4 часа, процедить. Пить по 1/4 стакана 3 раза в день.

Раны, порезы. Взять свежие листья, измельчить в пасту, наложить на пораженное место.

Незаживающие язвы на коже. Взять надземную часть дербенника, измельчить в порошок, нанести на больные места.

Метроррагия (неменструальное маточное кровотечение). 4 ст. л. цветущих верхушек дербенника иволистного залить 1 л холодной воды, настоять 10–12 часов, затем кипятить 2 мин, настоять 30 мин, процедить. Пить по 100 г 3 раза в день и использовать для ирригаций.

Опрелости. 2 пригоршни цветущих верхушек дербенника иволистного залить 1 л воды, кипятить на малом огне 5 мин, настоять 20 мин. Использовать для компрессов и обмываний.

Как выращивать

Дербенник высаживают на солнце или в полутени. Выращивают на влажных, плодородных почвах. Растение хорошо выносит застойное переувлажнение, летом может даже погружаться в водоем на глубину до 30 см.

Уход включает обильный полив и регулярные (2–3 раза в весенне-летний сезон) подкормки комплексными минеральными удобрениями. Отцветшие соцветия удаляют.

Размножают дербенник семенами и вегетативно (делением куста и прикорневыми черенками). Сеют под зиму и рано весной. В этом случае растения зацветают на 2–3 год после посева. Делением куста размножают весной или в августе – сентябре, разрубая топором или острой лопатой корневище взрослого растения. Деленки должны иметь 3–5 почек с отрезком корневища и корнями. Ранним летом дербенник легко размножается прикорневыми черенками.

Джефферсония сомнительная (*Jeffersonia Dubia* (Maxim.) Benth. Et Hook.)

Семейство подофилловые (барбарисовые).

Родовое научное название дано в память о Томасе Джефферсоне, борце за независимость и одного из президентов Соединенных Штатов Америки. При его участии в Нью-Йорке в 1801 г. был открыт первый в Соединенных Штатах ботанический сад.

Распространение и места обитания

Растет в тенистых лиственных и смешанных лесах, среди зарослей кустарников, на лугах. В природе встречается на Дальнем Востоке (Приамурье и Приморье).

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 30 см. Образует плотные дернинки диаметром до 40 см и более. Листья округлые, с сердцевидным основанием и выемкой на вершине на длинных черешках. Пластинки листьев сизо-зеленые, молодые фиолетово-красные, позже зеленеющие, красная окраска остается только по краям листовой пластинки, расположены пучками на коротком корневище. Цветки одиночные, сиренево-голубые, диаметром до 2 см, на длинных цветоножках, слегка возвышаются над листьями и контрастно выделяются на их фоне. Цветет с конца апреля около 30 дней. Плод –

кожистая удлинённая коробочка.

Действующие вещества

В корневищах с корнями найдены сапонины, алкалоиды. Листья содержат алкалоиды (берберин и другие).

Применение в медицине

Препараты из растения оказывают антибактериальное действие. Корневище и надземную часть используют для стимуляции аппетита, укрепления желудка и обмывания воспалённых глаз. Корневища применяются при ревматических болях, сифилисе, диарее, кровотечении, как мочегонное и потогонное средство.

Как использовать

Диарея, простуда. 2 ч. л. корневищ залить 300 мл кипятка, варить 30 мин, настоять 10 мин, процедить. Выпить в течение дня не спеша, маленькими глотками.

Как выращивать

Лучше всего расположить джефферсонию в полутенистом месте: под пологом деревьев или среди кустарников. Ее выращивают на суглинистой, рыхлой, влажной, достаточно плодородной почве.

Растение размножается вегетативно и семенами. Самый простой способ вегетативный – делением куста в августе – начале сентября, тогда же растение и пересаживают. Семена лучше высевать свежесобранными (середина лета), тогда всходы появятся весной будущего года. Почву на грядах с посевами поддерживают во влажном состоянии, устанавливают притенку. Зимуют сеянцы хорошо, зацветают на 2–3 год.

В подходящих тенистых местах джефферсония часто даёт самосев. Поэтому маленькие растения можно осторожно выкопать и пересадить.

Душица обыкновенная (*Origanum Vulgare L.*)

Семейство яснотковые (зубоцветные).

Научное родовое название имеет древнегреческие корни и переводится как «горная радость», и действительно, самые душистые ее разновидности растут на горных склонах Средиземноморья. Это название использовали еще Гиппократ и Диоскорид. Часто душицу называют диким майораном – из-за сходства листьев и их аромата.

Полезные свойства душицы нашли свое отражение в многочисленных народных названиях, которые чаще всего связаны с ароматичностью растения.

На Руси цветущие верхушки душицы собирали и высушивали, ими окуривались для защиты от колдовства и злых чар. Это объясняет одно старое название душицы – ладанка, фимиамник.

Распространение и места обитания

Часто встречается в европейской части РФ (кроме Арктики), на Кавказе и в южной Сибири. Растет в луговых степях и остепнённых лугах, на полянах и вырубках в широколиственных (дубовых, буковых и другие) и сосновых лесах.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение с ветвистым ползучим корневищем. Стебли многочисленные, прямые, четырехгранные, опушенные мягкими волосками, сверху разветвленные, у основания одревесневающие, красноватые, высотой до 100 см. Листья супротивные, черешковые, продолговато-яйцевидные, цельнокрайние, на верхушке заостренные, сверху темно-зеленые, снизу серовато-зеленые, опушенные. Цветки мелкие, двугубые, красновато-лиловые или розовато-лиловые, изредка белые. На концах ветвей собраны в многоцветковые, раскидистые щитковидно-метельчатые соцветия. Плод состоит из четырех небольших округло-яйцевидных, темно-бурых или коричнево-серых орешков. Цветет в июне-августе. Семена созревают в августе-сентябре.

Есть декоративные формы: желтоцветковая, пестролистная, компактная.

Действующие вещества

Надземная часть содержит до 1,5 % эфирного масла, в состав которого входят тимол, линалоол, терпинеол, камфора, линалилацетат, мирцен, камфен, лимонен, сабинен, гераниол, карвакрол, α -пинен и другие соединения; органические кислоты (до 5,28 %), дубильные вещества (4,4-14,3 %); витамины С (до 565 мг на 100 г), В1, В2, каротин; флавоноиды; антоцианы; дитерпеноиды, трирепеноиды; фенолкарбоновые кислоты; стерин; кумарины.

Применение в медицине

В древней восточной медицине отваром или настоем травы повышали аппетит, устраняли тошноту и плохое настроение. Также их использовали как сильное мочегонное, для растворения камней в почках и мочевом пузыре.

В народной медицине разных стран настоем надземной части широко употребляется при лечении различных заболеваний: острых респираторных, коклюша, туберкулеза легких, как возбуждающее аппетит, при желудочных коликах, диспепсии, диарее, инсульте, судорогах, астении, метеоризме. Ванны из душицы принимают при сильных бронхитах и коклюше, кожных сыпях, скрофулезе, диатезе, нейродермитах, гнойничковых заболеваниях кожи, экземах; отваром моют голову для усиленного роста волос.

Является популярным средством, особенно на Украине, от разных женских болезней, особенно маточных: аменореи, альгодисменореи, также применяется для стимуляции лактации.

Настоем травы пьют как успокаивающее средство при повышенной половой возбудимости, она не ослабляет мужскую потенцию, однако после регулярного приема прекращаются поллюции.

В научной медицине России и других стран настоем душицы используется как отхаркивающее средство при острых и хронических бронхитах. Она входит в состав грудного и потогонного чая и сбора для полоскания горла при лечении ангин, хронических тонзиллитов, гингивитов.

В гомеопатии эссенция применяется при истерии, эротомании и нимфомании.

Беременным душица противопоказана, так как нередко оказывает abortивный эффект.

Другие свойства

Употребляется как пряноароматическая добавка к овощным и мясным блюдам, рыбе, сырам. Листья используют при приготовлении колбасных изделий, пиццы и соления грибов. Душицу применяют при изготовлении горьких настоек и ароматизированных вин, домашнего кваса.

Надземная часть растения может окрашивать в различные цвета шерсть и шелк; цветы

окрашивают шерсть в оранжево-красный цвет. Хороший медонос.

Эфирное масло применяют для отдушки мыла, ароматизации одеколонов, туалетной воды, зубных паст и помад. Для отпугивания моли веточками душицы перекладывали одежду, при помещении ее в кровать она распугивает блох и клопов.

Как использовать

Простудные заболевания. Взять 2 ст. л. надземной части, залить стаканом кипятка, настоять 30 мин, процедить. Принимают в теплом виде до 1/2 стакана 2 раза в день через 1 час после еды.

Ревматические боли, кашель и высокая температура, боль в ушах. Взять 4 ст. л. листьев и цветков душицы, залить 0,5 л растительного масла, настоять 2 недели в теплом месте, регулярно перемешивая, процедить. Растирать больные места, грудь. Слегка подогретым маслом смачивают ватные тампоны, которые вкладывают в уши.

Жирная кожа, угри. Взять 4 ст. л. надземной части, залить 2 стаканами кипятка, нагреть на водяной бане 30 мин, процедить. Употребляют для умывания лица, примочек на пораженные и проблемные участки, для ароматических ванн.

Воспалительные уплотнения кожи. Измельченные свежие листья или размоченные сухие листья прикладывают к больным местам 2–3 раза в день.

Гипергидроз, повышенная потливость ног, головная боль и насморк. Листья и цветки измельчить в порошок, на ночь стопы ног обсыпать порошком. Нюхают при головной боли и насморке.

Как выращивать

Размещают на открытых солнечных участках. Выращивают на сухих, хорошо дренированных нейтральных почвах.

Уход прост: прополка, рыхление, удаление отцветших соцветий. Хорошо отзывается на внесение удобрений. Удобрять следует начиная со 2-го года жизни, рано весной в фазу отрастания.

Душицу размножают и семенами, и делением куста. Семена можно высевать под зиму или ранней весной на глубину 1–1,5 см без заделки, всходы появляются на 8–12 день. Деление куста производят у средневозрастных растений в апреле – мае или в августе – сентябре.

Живучка ползучая (*Ajuga Reptans* L.)

Семейство яснотковые (зубоцветные).

Распространение и места обитания.

Растет в лесах, на полянах, среди кустарников, на влажных лугах, поднимается до верхнего пояса. Встречается во всех районах европейской части России и на Кавказе.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение со стелющимися и укореняющимися побегами. Стебель высотой до 35 см, с мягкими спутанными волосками. Листья прикорневой розетки сужены в длинный черешок, стеблевые – сидячие или короткочерешковые, широко- или обратно-яйцевидные. Цветки синие или голубые, собраны в пазушных мутовки (по 6–8), образующие колосовидное, внизу прерывистое соцветие. Плоды-орешки округлые, морщинистые. Цветет в мае – июне, плоды созревают с конца июня.

Наиболее распространены в декоративном садоводстве пестролистные формы и сорта.

Действующие вещества

Надземная часть содержит дитерпеноиды (аюгарептанзин, аюга-рептанзоны А и В); иридоиды (аукубин, гарпагид, аюгол, аюгозид, рептозид); стероиды (клеростерол и др.). В листьях найдены фитозкдизоны (аюгалактон, β-эксдизон, циастерон, аюгастерон С).

Применение в медицине

Отвар надземной части в молоке употребляют при болезнях горла. В народной медицине надземная часть применяется как противовоспалительное, ранозаживляющее, антисептическое, кровоостанавливающее средство. Настой травы используют при лечении язвенной болезни желудка, ревматизма, как потогонное при простудных заболеваниях, малярии.

Настоем надземной части промывают раны, ожоги, с ним делают примочки, полости при стоматите, тонзиллите, ангинах его используют для полоскания рта. В Болгарии отвар и настой надземной части употребляя применяют при диарее, дизентерии, гепатите, желчнокаменной болезни, туберкулезе легких; наружно – при гнойных ранах.

Другие свойства

Молодые побеги и листья добавляют в супы и салаты. Медонос. Настоем надземной части моют голову, чтобы укрепить волосы и усилить их рост.

Как использовать

Диарея, дизентерия, язвенная болезнь желудка. 2 ч. л. надземной части живучки залить 1 стаканом кипятка, настоять 2 часа, процедить. Пить по 1–2 ст. л. 3–4 раза в день.

Порезы гнойные, раны, язвы. Свежие листья обмыть от пыли, измельчить, нанести на пораженные места.

Ожоги, раны, для укрепления волос и усиления их роста. 5 ст. л. травы живучки залить 1 л кипятка, настоять 4 часа, процедить. Промывать пораженные места, делать примочки, использовать для мытья головы.

Как выращивать

Живучка – крайне неприхотливое почвопокровное растение, способное переносить самые различные условия – яркое солнце и полную тень. Правда, видовую форму лучше выращивать в тени, а пестролистный сорта – в полутени. Может приживаться на разных почвах – и супесчаных, и глинистых.

В уходе нетребовательна: хорошо реагирует на прополки и рыхление почвы. Так как корни поверхностные, то в жаркую сухую погоду растение обильно поливают.

Размножается семенами и вегетативно (розетками и делением корневищ). Семена высевают весной и под зиму, однако сортовые живучки при этом не повторяют исходные материнские растения. Поэтому более популярно вегетативное размножение.

Деление корневища на столоны с 2–3 междоузлиями проводят рано весной. При посадке нельзя заглублять деленки – верхушечная почка должна находиться на 0,5–1 см выше поверхности почвы. Взрослые растения делят на розетки с ранней весны и до середины сентября.

Звербой большой (*Hypericum Ascyron L.*)

Семейство зверобойные.

Родовое научное название происходит от латинизации греческого «*hyrenkon*», от «*huro*» – «около», «под», «*ereike*» – «вереск», то есть растение, растущее около вереска.

В США этот вид зверобоя называют «большая трава святого Джонса».

Распространение и места обитания

Растет в березовых лесах, зарослях кустарников, на опушках, сырых лугах, по берегам рек и озер. Встречается в Западной Сибири, на юге Восточной Сибири и Дальнего Востока.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение с прямым четырехгранным стеблем высотой до 120 см. Листья супротивные, продолговато-яйцевидные, стеблеобъемлющие, длиной до 10 см, снизу сизые, цельно-крайние, с многочисленными просвечивающими железками. Цветки желтые, очень крупные, в диаметре до 8 см, одиночные или по 3–5 на концах ветвей. Плод – продолговато-яйцевидная, коричневая коробочка. Семена продолговатые, коричневого цвета. Цветет в июле-августе. Семена созревают в сентябре.

Действующие вещества

Надземная часть содержит эфирное масло (в его составе есть β -пинен, лимонен, монотерпеновые спирты, гумулен, п-нонан, п-ундекан и другие); алкалоиды; дубильные вещества – до 6,8 %; флавоноиды (кверцетин, кверцитрин, гиперин); фенолкарбоновые кислоты и их производные (кофейная, хлорогеновая). В листьях найдены дубильные вещества – до 7 %, флавоноиды (кверцетин, кемпферол); лейкоантоцианидины (лейкоцианидин).

Применение в медицине

Надземную часть в тибетской медицине используют при головных болях и головокружении. На Дальнем Востоке и в Забайкалье отваром надземной части лечат головную боль, сердцебиения и эклампсию, а в виде ванн применяют при ревматизме и радикулите.

Индейцы Северной Америки используют подземную часть при слабых легких и как специфическое средство при туберкулезе. Племя Мескваки прикладывают измельченные и отваренные корни к местам укусов мокасиновой змеи, чтобы вытянуть яд.

Другие свойства

Цветки окрашивают ткани в красный и оранжевый цвет.

Как использовать

Головная боль, головокружения. 1 ст. л. надземной части зверобоя большого залить стаканом кипятка, варить на слабом огне 15 мин, настоять 1 час, процедить. Пить по 1/3–1/2 стакана 3 раза в день.

Как выращивать

Зверобой лучше высаживать на открытые и солнечные места. Хотя к почвенным

условиям он нетребователен, но ему больше подходят не очень тяжелые и среднеувлажненные, слабокислые почвы.

Уход довольно прост: в жаркое сухое лето зверобой поливают, обрезая отцветшие стебли.

Размножается делением куста, черенками и семенным путем. Семена высевают поверхностно рано весной, а лучше – под зиму. Молодые растения зацветают на второй год. Куст делять в апреле – мае или в конце августа – начале сентября.

Змееголовник молдавский (*Dracoscephalum Moldavica* L.)

Семейство губоцветные (яснотковые).

Научное название рода происходит от двух греческих слов: «drakon» – «дракон», «змея», и «kephalos» – «голова», и дано за необычную форму цветка.

В народе змееголовник зовут мелисса турецкая, маточник, медовик, драконоголовик, синявка.

Ботаническое описание

Однолетнее травянистое растение, с хорошо разветвленным стержневым корнем. Стебель четырехгранный, прямостоячий, ветвистый, высотой 40–90 см, с красноватым оттенком. Листья супротивные, короткочерешковые, продолговато-ланцетные, по краю надрезано-городчатые и крупнопильчатые. Цветки крупные, до 3 см длиной, двугубые, сине-фиолетовые, собраны по 6 в ложные мутовки, образующие рыхлые кистевидные соцветия на концах побегов. Плод – сухой, распадающийся на четыре продолговатых трехгранных темно-бурых орешка. Цветет в июле – августе. Семена созревают в конце августа– сентябре.

Распространение и места обитания

В России в диком виде змееголовник молдавский встречается на юге Западной и Восточной Сибири, Приморье, как сорное растение распространен в Прибалтике, Белоруссии, на Украине, в Поволжье, Северном Кавказе. Произрастает по степным, каменистым и щебнистым склонам, у жилья в огородах, в парках.

Действующие вещества

Надземная часть содержит эфирное масло – до 0,9 %, в его составе есть цитраль (до 50 %), придающий лимонный аромат растению, гераниол, линалоол, линалилацетат, цитранеллаль, лимонен, нерол и другие вещества; дубильные вещества; кумарины; флавоноиды. В листьях обнаружен витамин С, а в семенах – до 25 % жирного масла.

Применение в медицине

В народной медицине настой травы применяется как противовоспалительное, спазмолитическое, успокаивающее, вяжущее, ранозаживляющее средство. В монгольской медицине змееголовником лечат при заболеваниях печени и желудка, в Забайкалье настой надземной части пьют при нефрите, гастроэнтерите, используют в виде полосканий при стоматите. В тибетской медицине надземная часть считается полезной при гепатите, гастрите, в индийской медицине трава и семена популярны как успокаивающее, вяжущее средство, а также при метеоризме.

Настой травы применяют при учащенном сердцебиении, различных невралгиях, мигрени, головной и зубной боли, ломоте при простуде, обмороках, нарушении деятельности

органов желудочно-кишечного тракта, женских болезнях. Наружно компрессы из распаренной травы прикладывают при ревматизме, ушибах, простуде; настой используют для полосканий при зубной боли. Свежие измельченные листья ускоряют заживление гноящихся ран.

Отвар травы змееголовника при клинических исследованиях показал положительный результат при пиелонефрите у детей; настойка в эксперименте повышала тонус и увеличивала амплитуду сокращений кишки, расширяла сосуды брыжейки и ускоряла кровоток. Экстракт проявляет антибактериальную активность.

Другие свойства

Надземная часть обладает нежным приятным запахом лимона, как у мяты, но более стойким. Листья и цветущие верхушки в сушеном и свежем виде добавляют в летние салаты, рыбные супы, рассольник, в консервированные овощи и фрукты. С ним готовят компоты, домашний квас, чай. Хороший медонос: 1 га его посевов дает до 200 кг светлого меда высокого качества.

Как использовать

Головная боль, невралгии, мигрень. Взять 1 ст. л. травы, залить стаканом кипятка, настоять 15 мин, процедить. Пить по 50 г 3–4 раза в день до еды.

Как выращивать

Размещают на открытых и солнечных местах. Лучше растет на плодородных, структурных, суглинистых и супесчаных почвах. Заболоченные участки для культивирования змееголовника не пригодны. Уход за растением заключается в рыхлении, прополке. В сухое жаркое время требует полива.

Размножается семенным способом. Сев проводят в начале мая, на глубину 2–3 см, всходы появляются на 7–12 день. Всходы змееголовника легко заметить по их фиолетовой окраске.

Золотарник канадский, или Солидаго канадское (Solidago Canadensis L.)

Семейство астровые (сложноцветные).

Научное родовое название происходит от латинского слова «solidare» – «укреплять, заживлять», так как многие виды применяются в народной медицине.

Распространение и места обитания

Родина золотарника канадского – Северная Америка, где он широко распространен в восточной части Канады и США. В России этот вид вполне натурализовался, его можно увидеть в Европейской части, Северном Кавказе, на юге Сибири и Дальнего Востока. Он растет как заносное растение на опушках лесов и в лесозащитных лесополосах, среди кустарников, в населенных пунктах, на пустырях, вдоль дорог, как сорняк в садах.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 2 м. Стебли прямостоячие, деревянистые у основания. Листья очередные, ланцетные или линейно-ланцетные, к обоим концам суженные, с оттянутым основанием, на верхушке длиннозаостренные.

Золотисто-желтые небольшие цветки собраны в мелкие корзинки, которые образуют

широкую густую метелку пирамидальной формы длиной до 60 см. Плод – маленькая, ребристая, узкоцилиндрическая, семянка с хохолком, напоминает плод одуванчика. Цветет в августе-сентябре. Семена созревают в августе-сентябре.

Сорта отличаются высотой растения (от 40–50 см до 200 см), сроком цветения (от июля до октября) и другими признаками.

Действующие вещества

Из надземной части растения выделяют флавоноиды – до 4,3 % (кверцетин, изорамнетин, кемпферол, изокверцитрин, рутин и другие); эфирное масло (состоящее из дипентена, борнеола, α -, β -пиненов, фелландрена, лимонена и другие), сахара, оксикоричные кислоты и тритерпеновые сапонины.

Применение в медицине

Индейцы США применяют настой надземной части при болях в разных частях тела, также они жуют измельченные цветки золотарника и затем проглатывают сок для облегчения боли в горле. Отваром надземной части полощут ротовую полость при зубной боли, язвах во рту.

Надземная часть обладает сильным противовоспалительным действием. Отвар надземной части положительно влияет на азотистый обмен и функции почек. Настойка этого растения оказывает гипозотемическое и мочегонное действие.

Экстракт травы входит в состав ряда фитопрепаратов, используемых в научной медицине многих стран и применяющихся при почечнокаменной и мочекаменной болезнях, при воспалительных заболеваниях мочевыводящих путей, а также для лечения заболеваний предстательной железы у мужчин.

Как использовать

Простатит, пиелонефрит . 1 ст. л. измельченной травы золотарника канадского залить 0,5 л кипятка, настоять до охлаждения, процедить. Пить по 1/3–1/2 стакана 3–4 раза в день за 30 мин до еды.

Как выращивать

Золотарник хорошо растет и на солнце, и в полутени. К почвам нетребователен, но лучше чувствует себя на тяжелых влажных слабокислых почвах.

Уход несложен: прополки в первый период роста, при размножении семенами, рыхления, регулярное деление – каждые 3–4 года, из-за сильного разрастания кустов. Очень важно срезать отцветающие соцветия, чтобы не допускать обсеменения, так как плоды с хохолками распространяются на большие расстояния, и золотарник может превратиться в довольно злостный сорняк.

Хорошо размножается вегетативно: делением куста (весной и в начале осени), зеленым черенкованием в июне (через 2 недели 92–98 % черенков укореняется в простой воде).

Семена высевают под зиму и рано весной поверхностно. Всходы появляются через 10–14 дней после посева. В первые недели очень медленно растут и сильно забиваются сорняками. Растения зацветают на второй год.

Ирис, или касатик (Iris)

Семейство ирисовые (касатиковые).

Родовое научное название дал Гиппократ, «iris» в переводе с древнегреческого означает

«радуга». В греческой мифологии так звали богиню, которая опускалась с Олимпа на Землю, чтобы возвестить людям волю богов.

Как выращивать

Ирис водяной – растение чисто береговое, хотя и способное при временном повышении уровня воды в водоеме выдерживать длительное затопление. При пересыхании грунта декоративность ириса снижается, особенно если понижение влажности приходится на период цветения. Можно высаживать и на открытых участках, и в полутени. Ирис выращивают по берегам водоемов, возможна посадка в водоем на глубину 30–40 см, а также вдали от берега. Лучше растет и обладает высокими декоративными качествами на плодородных почвах при обильном поливе.

Размножается семенами и вегетативно. Дикорастущие формы легко размножаются посевом семян под зиму на глубину 1,5–2 см. Сеянцы зацветают на 2–3 год. Культурные формы (сорта) легко размножаются частями корневищ, несущими почки с мая по август.

Ирис сибирский (*Iris Sibirica* L.)

Распространение и места обитания

Растет на лугах, лесных полянах, опушках, в кустарниках. Довольно часто встречается на территории России: почти по всей европейской части, на Кавказе, в Западной и Восточной Сибири.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 110 см. Корневище толстое, обильно ветвящееся, сверху с бурыми остатками листовых влагалищ, образующее плотную дерновину. Прикорневые листья линейные, длиной до 80 см. Цветки бледно- или темно-фиолетовые (редко белые), расположены по 2–3, на неравных цветоножках. Цветенос сверху разветвленный, полый, с 2–3 стеблеобъемлющими листьями. Плод – продолговато-овальная коробочка длиной 3–5 см. Семена светло-серые, плоско сдавленные. Цветет в конце мая – июне. Семена созревают в августе – сентябре.

Существует много сортов как отечественной так зарубежной селекции. Созданы многочисленные межвидовые гибриды.

Действующие вещества

Подземная часть содержит углеводы (сахароза – до 2,3 %, фруктаны – до 2,7 %, крахмал – до 2,5 %). В листьях найдены фенолкарбоновые кислоты (кофейная, синаповая, п-кумаровая, феруловая); флавоноиды (кверцетин, мирицетин); антоцианы (дельфинидин, цианидин). Семена содержат глюкоманнаны – до 18 %.

Применение в медицине

Отвар используют при болезнях сердца, а также как ранозаживляющее средство. Подземная часть применяется при водянке, сифилисе, цинге, как кровоостанавливающее, слабительное, антигельминтное средство. Отваром и настоем корневищ полоскают ротовую полость при абсцессах горла, зубной боли. Подземная часть, цветки, семена применяются в тибетской медицине при пневмониях, бронхитах, гепатитах, хронических гастритах, женских болезнях.

Другие свойства

Подземная часть пригодна в пищу. Из цветков получают зеленую краску.

Как использовать

Отеки, внутренние кровотечения. 1 ст. л. корневищ ириса залить 0,4 л кипятка, варить на слабом огне 15 мин, настоять 1 час, процедить. Пить по 1/3 стакана 3–4 раза в день.

Как выращивать

Высаживают в зависимости от зоны выращивания: в южных районах – в полутени, в северных – на открытых местах. Хотя сибирские ирисы влаголюбивы, они не выносят постоянного переувлажнения. Лучше растут на плодородных, тяжелых, достаточно увлажненных, слабокислых почвах.

Уход заключается в регулярной подкормке минеральными комплексными удобрениями: первая – ранней весной, после схода снега, вторая – в момент образования цветоносов или сразу после цветения.

Размножается семенами и вегетативно (делением куста). Делят через 1–1,5 месяца после цветения, начиная с середины августа и до конца октября (в зависимости от погодных условий), на деленки из 3–5 пучков листьев (вееров). Перед выкопкой листья укорачивают на 2/3. Пересушенные деленки необходимо замочить на несколько суток.

Ирис мечевидный, или Кемпфера (Iris Ensata Thunb.)

Распространение и места обитания

Растет на сухих песчаных участках и глинистых солонцевых почвах, солонцеватых лугах, в степи, около озер. Встречается на юге Западной Сибири (Алтае), юге Восточной Сибири, в Приморье, Приамурье, на Курильских островах.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение с корневищами в бурых волокнах, состоящее из приподнимающихся, плотно прижатых друг к другу коротких ответвлений. Листья мечевидные, к концу постепенно сужающиеся, длиной до 90 см и шириной до 18 см (у отдельных сортов до 25 см и более), с резко проступающей средней жилкой, к основанию (особенно к концу вегетации) красновато-фиолетовые. Цветонос длиной до 80 см (у сортов до 120 см), внутри полый, с 2–3 цветками. Цветки крупные, темно-пурпурные-фиолетовые. Плод – короткая трехгранная коробочка. Цветет в июне – июле. Семена созревают в августе – сентябре.

В Японии разнообразие его природных форм наиболее велико, чем чрезвычайно искусно сумели воспользоваться японские цветоводы. За пятисотлетний период освоения культуры ириса мечевидного они вывели многие тысячи сортов и называют этот вид хана-шобу. Есть многочисленные сорта с крупными цветками (у отдельных культиваров размером с тарелку), разнообразной окраски (от белой и нежно-розовой до интенсивно-бордовых и фиолетово-синих), в том числе двуцветные (с каймой, крапчатые, с ярко окрашенными жилками).

Действующие вещества

Подземная часть содержит углеводы (сахароза до 1 %, фруктаны до 6,2 %, крахмал до 5,3 %). В надземной части найдены фенолкарбоновые кислоты (феруловая, п-кумаровая, ванилиновая, п-гидроксibenзойная); флавоноиды (глюкозиды апигенина, ориентин, гомоориентин, изоориентин); ксантоны (мангиферин). Листья содержат фенолкарбоновые кислоты (п-кумаровая, синаповая, феруловая); антоцианы (дельфинидин, цианидин); ксантоны (мангиферин). В цветках найдены антоцианы (энсатин, петанин, глюкозиды дельфинидина, петунидина, мальвидина).

Применение в медицине

На Алтае настой используют как кровоостанавливающее средство при метrorрагиях. В китайской медицине подземная часть ценится как жаропонижающее, в индийской медицине – как общеукрепляющее и мочегонное средство при водянке, при болезнях печени, венерических заболеваниях; в народной медицине – как вяжущее средство.

В восточном Забайкалье подземной частью, цветками, плодами, семенами лечат при пневмонии, бронхиты, гепатиты, хронические гастриты, женские болезни. Семена также используются при злокачественных опухолях, карбункулах, как детоксикационное при укусах ядовитых насекомых и змей.

Другие свойства

Подземную часть употребляют в пищу. Из листьев делают веревки, грубые ткани. Плоды являются инсектицидом. Кормовое растение для крупного рогатого скота, лошадей и верблюдов.

Как использовать

Пневмонии, бронхиты . 1 ч. л. корневищ ириса залить 250 мл кипятка, варить на слабом огне 5 мин, настоять 1 час, процедить. Пить по 1/2–1/3 стакана 4 раза в день.

Как выращивать

Ирис мечевидный высаживают на открытых солнечных участках. Лучше всего растение чувствует себя на легких суглинках со слабокислой реакцией.

Размножается семенами и вегетативно. Семена высевают весной (стратифицированные) или под зиму на глубину 1–2 см. Сорты размножают только вегетативно – делением куста, деленками с 2–5 листовыми пучками. Деление лучше всего проводить в конце лета – начале осени. Листья и корни перед посадкой укорачивают. Корневища заглубляют на 5–7 см.

В период вегетации проводят 2–3 подкормки комплексными минеральными удобрениями. В октябре листья обрезают на высоте 10–15 см, после чего незимостойкие сорта слегка присыпают свежей питательной почвой и укрывают сухим дубовым листом или еловым лапником.

Ирис щетинистый (*Iris Setosa* Pall. Ex Link.)

Видовое научное название дано за то, что три верхних лепестка в цветках этого ириса в процессе приспособительной эволюции превратились в три едва заметные щетинки. Благодаря этому академик Петр Паллас, открывший его, назвал растение ирисом щетинистым. Вторым отличительным признаком, присущим только этому виду, является особое строение его семенных коробочек. При покачивании зрелая коробочка издает звук,

напоминающий звук детской погремушки.

Распространение и места обитания

Растет на влажных лугах, берегах озер, рек, морских террасах, в лесах. Встречается по всему Дальнему Востоку от Приморья на юге до Магадана (Чукотки) на севере.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение с корневищем из приподнимающихся, плотно прижатых друг к другу коротких ответвлений в густых бурых волокнах. Листья мечевидные, у основания пурпурно-фиолетовые, длиной до 50 см. Цветки красновато-фиолетовые, с крупными наружными долями околоцветника (до 4 см в поперечнике), и недоразвитыми внутренними, которые редуцированы до коротких щетинок. Цветонос ветвистый, внутри плотный, высотой до 80 см, несущей на каждом ответвлении по 2–3 цветка. Плод – вздутая, округло-трехгранная коробочка. Цветет в конце мая – июне. Семена созревают в августе – сентябре.

Есть многочисленные разновидности и формы, отличающиеся по размеру (карликовые и высокостебельные) и окраске цветка (фиолетово-синий с расширенным белым глазком, гиацинтово-синий с кремовым глазком, аметисто-фиолетовая окраска, лавандовая, голубая и фиолетово-синяя, чисто-белые, мраморовидные).

Действующие вещества

В надземной части найдены ксантоны (мангиферин). Цветки содержат антоцианы (энсатин, гликозид дельфинидина).

Применение в медицине

Порошками из подземной части в японской медицине лечат чесотку. Отвар подземной части в народной медицине используется при пневмонии, водянке, ангине. Им же обмывают и делаются примочки на раны, язвы, свищи.

Другие свойства

Отвар подземной части применяют наружно при веснушках. Подземная часть дает желтую краску, пригодна в пищу. Семена являются суррогатом кофе, идут на корм птице.

Раны, язвы, свищи . 2 ст. л. корневищ ириса залить 0,4 л кипятка, варить на слабом огне 15 мин, настоять 1 час, процедить. Делать промывания и примочки больных мест по несколько раз в день.

Как выращивать

Лучше развивается в легкой полутени. Хорошо растет на влажных, богатых перегноем и торфом почвах. В сухое жаркое лето необходимо проводить обильные поливы.

Легко размножается посевом семян под зиму или вегетативно (делением корневищ). Деление проводят в конце лета – начале осени.

Ирис водяной, или Ложноайровидный, или Желтый (*Iris Pseudacorus L.*)

Научное видовое название в переводе с латинского означает «ирис ложноайровый» («*acorus*» – «айр»), но в народе за ним закрепилось имя ириса водяного (болотного) – за его

приуроченность к водным участкам.

В народе называют лобстиком, ужачкой.

Распространение и места обитания

Растет на болотах, в поймах рек, по берегам водоемов (озер, прудов и других). Встречается по всей европейской части России, за исключением крайних северных районов, на Кавказе, западной части Сибири, в южных районах Дальнего Востока.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение с ползучим редковетвистым корневищем. Листья широколинейные, с остро-выпуклой средней жилкой, матово-зеленой до интенсивно-сизой (от обилия воскового налета), длиной до 120 см и шириной до 25 см. Цветонос облиственный, внутри плотный, слегка сплюснутый, высотой до 120 см, с 3–4 боковыми ответвлениями, несущими по 2–3 цветка. Цветки крупные, золотисто-желтые. Верхние лепестки недоразвиты. Нижние лепестки – золотисто-желтого цвета с крупным оранжевым пятном. Плод – крупная, продолговато-овальная коробочка длиной 5–7 см. Цветет в июне. Семена созревают в августе – сентябре.

Есть формы и сорта с другой окраской цветка (белые, бледно-желто-розоватые, бледнопалевые с розовым оттенком, лишенные желто-оранжевого пятна и другие) и его размера, махровыми цветками и пестрыми листьями.

Действующие вещества

Корневища и корни содержат углеводы и родственные соединения (фруктаны – до 4,7 %, сахарозу, иризин и другие); органические кислоты (шикимовая, хинная, яблочная, янтарная, лимонная, фумаровая, молочная); тритерпеноиды; кумарины; флавоноиды. В листьях найдены фенолкарбоновые кислоты (п-кумаровая, синаповая, феруловая); антоцианы (дельфинидин, цианидин); ксантоны (мангиферин), витамин С. В цветках обнаружены каротиноиды (β-каротин, виолаксантин, лютеин, зеаксантин); высшие жирные кислоты (пальмитиновая, стеариновая, линолевая, олеиновая). Семена содержат углеводы (глюкоза, фруктоза, сахароза, рафиноза, стахиоза); жирное масло.

Применение в медицине

В народной медицине корневища ириса водяного используют как вяжущее, тонизирующее средство. Отваром подземной части лечат респираторные инфекции, пневмонии, язву желудка, болезни мочевыводящих органов, водянку, цингу, скрофулез, его применяют как болеутоляющее при головной и зубной боли, как родовспомогательное, кровоостанавливающее при альгодисменорее, метроррагиях. Настой корневищ полезен при дисменорее; наружно – при дерматомикозах. Их сок пьют при эпилепсии; диатезе, зубной боли, стоматите. Под названием «фиалковый корень» корневища ириса водяного входят в грудной сбор. Подземная часть есть в составе сбора М.Н.Здренко, который прописывают при папилломатозе мочевого пузыря, анацидном гастрите, язве желудка.

Другие свойства

В парфюмерии подземная часть является сырьем для получения высших сортов парфюмерных изделий. Подземная часть и цветки пригодны как дубитель и краситель для кожи, шерсти, бумаги в желтый цвет. Семена нередко используются как суррогат кофе. Медонос.

Как использовать

Альгодисменорея, метроррагии. 1 ч. л. корневищ ириса залить 250 мл кипятка, варить на слабом огне 15 мин, настоять 1 час, процедить. Пить по 50 мл 4 раза в день.

Зубная боль, стоматит. Свежие корневища измельчить, выжать сок. Смазывать несколько раз в день десны больных зубов, полоскать ротовую полость и пить по 1 ч. л. сока 3–4 раза в день, разведя ее в 1/3 стакана воды.

Иссоп лекарственный (*Hyssopus Officinalis*)

Семейство яснотковые (зубоцветные).

Латинское родовое название образовано из двух греческих слов: «*hys*», что означает «свинья», и «*ops*» – «лицо». И действительно, его цветки напоминают по форме пороссячьи пятячки. Люди издревле применяют иссоп. Многократно повторяются в молитвах верующих строки 50-го псалма покаянного: «Окропиши мя иссопом, и очищуся...». Его неоднократно упоминали и хвалили за лечебные свойства известные античные врачи: Гиппократ, Dioscorid, Авиценна и другие.

Распространение и места обитания

Родина иссопа – Средиземноморье и Средняя Азия. В России в одичавшем состоянии встречается в лесостепной и степной зонах европейской части, на Кавказе, Алтае, где растет на сухих холмах и каменистых местах.

Ботаническое описание

Полукустарник высотой до 80 см, с деревянистым стержневым корнем. Стебли многочисленные, четырехгранные, ветвистые, у основания одревесневающие. Листья супротивные, ланцетные или линейно-ланцетные, длиной 2–4 см и шириной 0,5–1 см, цельнокрайние, со слегка завернутыми вниз краями, почти сидячие. Цветки мелкие, двугубые, темно-синие, синие, реже фиолетовые, розовые или белые, собраны по 3–7 штук в полумутовки и образуют колосовидные, часто однобокие соцветия в пазухах верхних листьев. Плоды распадаются на четыре черно-бурых, продолговато-яйцевидных, мелких орешка. Цветет в июне-августе, семена созревают в августе-сентябре.

Действующие вещества

Надземная часть содержит эфирное масло – до 1,5 %, в его составе определено более 50 соединений в том числе пинокамфон, камфен, β-пинен, 1,8-цинеол, линалоол, α-терпинилацетат, борнилацетат, мирцен, лимонен и другие; тритерпеноиды (урсоловая и олеаноловая кислоты); витамины В1, В2, С; флавоноиды; дубильные вещества.

Применение в медицине

В своем «Каноне врачебной науки» Авиценна рекомендовал применять иссоп при легочных заболеваниях, как слабительное средство, при отравлении разными ядами и укусах насекомых, в виде примочек и мазей для ускорения созревания чирьев и ушибах, как питье с медом для улучшения цвета лица, придания ему блеска и румянца.

В индийской медицине надземная часть иссопа применяется при истерии, коликах, кашле, астме, хронических бронхитах и воспалении горла, кроме того, при аменорее и

уплотнениях в селезенке и печени. Сок из листьев в смеси с сахаром или медом используют при изгнании круглых глистов.

В народной медицине разных стран водный настой иссопа популярен как отхаркивающее средство при кашле, хронических бронхитах, бронхиальной астме, чрезмерном потении, а также хронических воспалительных заболеваниях желудочно-кишечного тракта, также считается действенным антигельминтным средством.

Эфирное масло иссопа используют для ингаляций, в аромолампах, при респираторных заболеваниях и гриппозных инфекциях, сопровождаемых воспалительными процессами верхних дыхательных путей.

Другие свойства

Надземная часть является пряностью; его листья кладут в супы, разнообразные овощные соленья, добавляют в мясные блюда, особенно дичь. На Востоке из иссопа готовят легкие прохладительные напитки – щербеты. Является прекрасным медоносом.

Как использовать

Раны и язв, воспалительные процессы в полости рта и глотки, при охриплости голоса.
4 ст. л. надземной части иссопа залить 0,5 л кипятка, варить на слабом огне 5 мин, настоять 30 мин, процедить. Полоскать ротовую полость, промывать раны, накладывать примочки на пораженные места несколько раз в день.

Бронхит. 2 ч. л. травы иссопа залить 2 стаканами кипятка, настоять 2 часа, процедить. Принимать внутрь по 1/2 стакана в теплом виде 3–4 раза в день, добавлять 1/2 чайной ложки меда или сахара.

Болезни слизистой оболочки дыхательных путей и желудочно-кишечного тракта .
2 горсти травы залить 1 л холодной воды, довести до кипения, оставить при комнатной температуре на 15 мин, процедить. Пить теплым по 1/2 чашке 3 раза в день.

Ревматические боли . Делать компрессы из измельченных в кашу листьев.

Не применять во время беременности!

Как выращивать

Иссоп высаживают на освещенных открытых участках. Растение предпочитает легкие, рыхлые, среднеплодородные, богатые известью почвы. Плохо растет на заболоченных и кислых почвах.

Уход за посевами иссопа обычный: рыхления, прополки. Растение хорошо отзывается на внесение удобрений. Начиная со второго года вегетации проводят подкормки полным минеральным удобрением в начале весеннего отрастания и после уборки урожая. В засушливый период рекомендуется поливать.

Размножают иссоп посевом семян в грунт, реже – делением куста и стеблевыми черенками. Семена высевают весной в конце апреля, на глубину 1–1,5 см. Всходы появляются на 7–12 день. При возникновении у растений 4–5 настоящих листьев проводят прореживание, оставляя между растениями расстояние 25–30 см. Выкопанные в процессе прореживания растения можно использовать для посадки в другом месте. При благоприятных погодных условиях и хорошем уходе иссоп зацветает в первый год посева.

Кандык, или Эритрониум (Erythronium)

Семейство лилейные.

Латинское родовое название происходит от древнегреческого «erythros» – «красный», что указывает на окраску цветка у отдельных видов. Русское название рода «кандык» –

«собачий клык» – дано растению за форму и цвет луковицы.

Кандык сибирский (*Erythronium Sibiricum* (Fisch. Et Mey.) Kryl. = *E. Dens-Canis* Var. *Sibiricum* Fisch. Et Mey.)

Распространение и места обитания

Встречается в горах Алтая и Саян. Растет по опушкам хвойных и смешанных лесов, среди тающих снегов и на альпийских лугах.

Ботаническое описание

Луковица белая, яйцевидно-цилиндрическая, похожая на собачий клык, очень хрупкая, длиной 3–8 см и диаметром 1–1,5 см. Стебель высотой 12–35 см, с парой супротивных листьев посередине. Листья зеленые с красновато-коричневыми пятнами, эллиптические, заостренные, длиной до 15 см и шириной до 6 см, со стеблеобъемлющим черешком. Цветок поникший, диаметром до 8 см и более, лилово-розовый, реже белый, с отогнутыми в стороны и вверх листочками продолговатыми околоцветника; основание их светло-желтое, с мелкими темными крапинками. Плод – обратнояйцевидная, тупоребристая коробочка. Цветет в апреле – мае. Семена созревают в мае – июне.

Действующие вещества

Луковицы содержат фенолкарбоновые кислоты, флавоноиды, крахмал. В цветках найдены флавоноиды (кверцетин, кемпферол, изорамнетин, мирицетин и их гликозиды).

Применение в медицине

На Алтае луковицы применяют при анемии, астении, желудочных коликах, эпилепсии, как сердечное и противоглистное средство.

Другие свойства

Луковицы съедобны в сыром, вареном и маринованном виде, являются суррогатом муки. Медонос, перганос.

Как использовать

Анемия, общая слабость . 2 ст. л. луковиц кандыка залить 200 мл воды, варить на слабом огне 15 мин, настоять 30 мин. В смесь добавить 1 ст. л. меда, перемешать. Принимать по 1/3 стакана смеси 3 раза в день.

Как выращивать

Кандык высаживают в полутенистых уголках, под кронами деревьев и кустарников. Выращивают легких или средних, влажных, средне- и слабокислых почвах.

Растение размножают семенами и вегетативно – луковицами-детками. Кандык хорошо растет на одном месте – несколько лет, разрастаясь год от года. Посадки кандыка сильно не загущаются. Поэтому, а также из-за нелюбви растения к частым пересадкам, гнезда луковиц делят раз в 4–5 лет, не чаще. Лучший период для пересадки луковиц – конец лета, июль – август, когда после пожелтения листьев растения находятся в состоянии покоя.

Семена сеют свежесобранными на глубину около 3 см, присыпая листовой землей, и поливают. Весной следующего года в конце апреля появляются дружные всходы. Через месяц вегетационный период заканчивается, листья желтеют и засыхают. К этому времени формируются луковички диаметром около 4 мм. На вторую весну образуются мелкие настоящие листья, но без мраморного рисунка, а луковичка в конце июля достигает 7–8 мм в диаметре. Сеянцы зацветают на 4–6 год.

Ноготки аптечные, или Календула лекарственная (*Calendula Officinalis* L.)

Семейство астровые (сложноцветные).

Научное родовое название происходит от латинского слова «calendae» – «первый день каждого месяца», и объясняется тем, что на родине растение цветет почти весь год, в том числе и в первые числа каждого месяца.

Распространение и места обитания

В диком виде произрастает в странах Средиземноморья. Широко распространена в культуре, в том числе на территории России: на Северном Кавказе, в Поволжье, в Центральных районах Нечерноземной и Черноземной зоны европейской части РФ.

Ботаническое описание

Однолетнее травянистое растение с прямостоячим ветвистым стеблем, высотой до 80 см. Листья крупные, длиной до 15 см и шириной 3–4 см, покрытые волосками, очередные, удлинненно-обратнояйцевидные, нижние почти лопатовидные, черешковые, верхние продолговатые до ланцетных, сидячие. Цветки золотисто-желтые или оранжевые, собраны в крупные корзинки диаметром до 5–8 см. Корзинки расположены одиночно на концах стеблей и их разветвлений. Краевые цветки язычковые, пестичные, плодообразующие, с нижней изогнутой завязью, расположены в один или несколько рядов (до 15 у махровых форм). Срединные цветки бесплодные. Плоды – изогнутые зубчатые семянки без хохолка: наружные желтовато-бурые, длиной до 2–3 см, серповидно-изогнутые; срединные, дугообразные, светло-бурые, кольцевидные, со спинки сплошь бугорчатые или шиповатые. Цветет все лето с июля до поздней осени. Семена созревают в июле – августе.

Многочисленные сорта различаются высотой стебля, окраской цветков (желтые, золотисто-желтые, оранжевые и другие), формой соцветия (анемовидные, махровые, полумахровые и др.) и его размером.

Действующие вещества

Краевые цветки календулы (особенно яркоокрашенных форм, сортов) содержат около 3 % каротиноидов и флавоноидов (каротин, ликопин, виолаксантин, рубиксантин, флавоксантин, флавохром, неоликопин А). Кроме того, ситостерин, тритерпеновые гликозиды, органические кислоты (аскорбиновая, пентадециловая, салициловая, яблочная), до 0,02 % эфирного масла, 3,44 % смолы и около 4 % слизи. В надземных частях растений обнаружены до 10 % горького вещества календена, сапонины и дубильные вещества. Семена содержат жирное масло и алкалоиды.

Применение в медицине

Настойки, мази, эмульсии и свежий сок из цветков календулы используют как антисептическое, противовоспалительное и ранозаживляющее средства при наружном

лечении полости рта (гингивитах, пиорее, воспалительно-дистрофической форме парадонтоза, тонзиллитах, ангинах), эрозии шейки матки, трихомонадных кольпитов, мелких ран, порезов, ушибов, ожогов, фурункулезов, блефаритов и свищей.

При применении внутрь настои и спиртовые настойки календулы оказывают успокаивающее и мягкое гипотензивное действие, способствуют нормализации сердечной деятельности, уменьшают отеки.

Настои и препараты из цветков календулы «калефион» и «каферид» назначают внутрь для лечения хронических гастритов, язвы желудка и двенадцатиперстной кишки, при заболеваниях желчного пузыря и желчевыводящих путей.

Другие свойства

Календула заменяет шафран, отлично подкрашивает блюда в желто-оранжевый цвет, придавая им специфический терпкий привкус.

Как использовать

Хронические гастриты, заболевания желчного пузыря и желчевыводящих путей. 2 ст. л. соцветий залить 1 стаканом кипятка, варить на слабом огне 15 мин, настоять 30 мин, процедить. Пить в теплом виде по 3 ст. л. 2–3 раза в день.

Желчегонное средство. 50 г сухих соцветий залить 0,5 л 70 % спирта, настоять 2 недели, периодически перемешивая, процедить. Пить по 1 ч. л., разведенной в стакане воды, 2–3 раза в день.

Как выращивать

Календула любит открытые солнечные места. Посев календулы между плодовыми деревьями и ягодными кустарниками, а также на грядках огородных культур позволяет рационально использовать земельный участок, а также помогает в борьбе с вредителями и болезнями. Растение выращивают на любых окультуренных почвах, однако наибольшей декоративности календула достигает на плодородных, достаточно увлажненных, хорошо дренированных почвах.

Размножается семенным путем. Календулу высевают в начале мая на глубину 2–3 см. Всходы появляются через 6–12 дней после посева. Цветение наступает через 55–70 дней. Уход состоит в регулярной прополке. Хорошо отзывается на подкормку комплексными минеральными удобрениями 2 раза за лето. Для продления цветения до глубокой осени, необходимо сразу при распускании соцветий-корзинок (как только краевые цветки примут горизонтальное положение) проводить их уборку. Чем больше их соберут, тем больше их распустится вновь. За сезон проводят 8–10 сборов. Очень легко размножается самосевом.

Кислица рожковая (*Oxalis Corniculata* L. (*Xanthoxalis Corniculata* (L.) Small)

Семейство кисличные.

Научное родовое название отражает кислый вкус растения (лат. «охус» – «острый»).

Любопытной особенностью кислицы являются ее красивые розовые жилки на лепестках и «взрывающиеся» плодики, которые в созревшем виде в состоянии выстреливать мелкими рыжеватыми семенами. Сами семена способны буквально «отлететь» в сторону, если на них аккуратно подышать. Дело в том, что при изменении влажности их оболочка лопается, резко меняя форму.

В народе кислицу называют индийским щавелем.

Распространение и места обитания

Растет на мусорных местах. Около дорог, в садах, на чайных плантациях, по берегам рек, в дубовых лесах, у родников, в кустарниках. Встречается в западных районах европейской части России, на Кавказе, Дальнем Востоке-Приморье и на Курилах.

Ботаническое описание

Одно-двулетнее травянистое растение высотой до 50 см. Листья тройчатые, вишнево-коричневые. Цветки мелкие желтые. Многочисленные надземные побеги агрессивно расползаются в разные стороны.

Действующие вещества

Надземная часть содержит органические кислоты (гликолевая, щавелевая, глиоксиловая, яблочная, лимонная, изолимонная), витамин С. В листьях найдена органические кислоты (винная, лимонная).

Применение в медицине

В китайской медицине листья используются как противоглистное, антисептическое средство, при дисменореях, дизентерии, диспепсии, выпадении прямой кишки. Измельченные свежие листья применяют как раздражающее средство, кашицу наносят на фурункулы; соком или кашицей свежего растения смазывают участки кожи, пораженные чесоткой и укусы ядовитых насекомых. В Таджикистане едят свежую траву для укрепления десен. На Кавказе листья ценят как мочегонное и вяжущее средство, используют при лихорадках, болезнях печени и желчного пузыря. В Индии с помощью надземной части возбуждают аппетит, лечат цингу, лихорадку, свежий сок пьют при дизентерии. Свежий сок листьев втирают в бородавки, мозоли для их удаления.

Измельченные листья с водой или без, в виде примочек накладывают на разные воспаленные части, листья уменьшают боль и другие симптомы воспаления. Свежие листья используют в пищу для улучшения аппетита и пищеварения у больных с расстройством пищеварения. Из выжатого сока листьев, добавляя к нему мед или немного сахара, делают щербет – его часто прописывают при дизентерии, выпадении прямой кишки, а также применяют как жаждоутоляющее средство. Листья, сваренные в молоке, дают 2–3 раза в день при хронической дизентерии и энтеритах. Супом из кислицы лечат больных диареей. При раздражающих болях из кислицы делают микстуры: растение растирают с водой, варят, к нему добавляют сок белого лука. Полученную смесь наносят на голову.

Кислицу нельзя есть больным подагрой, базедовой болезнью!

Другие свойства

Надземную часть используют в пищу как щавель, для супов, салатов. Медонос.

Как использовать

Фурункулы, чесотка, опухоли, укусы насекомых. Свежие листья измельчить в пасту, нанести на пораженные места несколько раз в день.

Диспепсия, желтуха. 1 ч. л. листьев кислицы залить стаканом кипятка, настоять 2 часа, процедить. Пить по 1–2 столовой ложке 3–4 раза в день.

Как выращивать

Кислица предпочитает открытые солнечные места, но также хорошо относится и к тени и полутени. Ее выращивают на слабокислых, дренированных, плодородных почвах.

В жаркую погоду по утрам и вечерам растение обильно поливают. Изредка подкармливают слабым настоем коровяка или минеральными удобрениями. В связи с тем, что кислица способна сильно засорить место, где она растет, необходимо внимательно приглядывать за ней, не давая бесконтрольно разрастаться.

Размножается делением корневищ или семенами. Семена высевают весной (апрель) в рассадник на глубину 0,5 см. Корневища делят в конце августа, делёнки высаживают в грунт на глубину 8 см на расстоянии 10 см друг от друга.

Клещевина обыкновенная (*Ricinus Communis* L.)

Семейство Молочайные

Научное родовое название: произошло от латинского слова «*ricinus*» – клещ, что связано с формой и окраской семян, напоминающей клеща.

Выращивается в культуре с глубокой древности, в Египте – более 4000 лет. По свидетельству Геродота и Диодора, древнегреческое название клещевины пришло в Элладу из Древнего Египта.

Распространение и места обитания

Родина – тропическая Африка.

Ботаническое описание

Многолетнее растение с древовидным стеблем высотой до 10 м. Однако, часто выращивается как однолетнее – высотой до 200 см. Стебли прямостоячие, разветвленные, голые, зеленые, красные, коричневые с голубоватым налетом. Листья крупные, на длинных полых черешках, пальчато-раздельные, с 5–10 лопастями. Цветки невзрачные, декоративной ценности не имеют, собраны в кистевидные, довольно густые соцветия. Плод – овально-шаровидная коробочка, покрытая шипами, до 3 см в диаметре. Семена овальные, крупные, со спинной стороны выпуклые, с брюшной – более плоские, с продольным швом посередине.

Для озеленения чаще используют декоративные формы с окрашенными листьями, плодами и низкорослые разновидности.

Действующие вещества

Семена содержат жирное масло – от 40 до 60 %, белки – до 17 % (в том числе токсальбумин рицин – до 5 % – очень ядовитое вещество), алкалоиды (рицинин – до 1 % и другие).

Применение в медицине

Индейцы Северной Америки лечат пастой из измельченных семян язвы, угри, прыщи; примочку из семян наносят на фурункулы. Считают растения и семена ядовитыми. Едят семена и пьют их настой как слабительное и очистительное средство. Гавайцы используют листья при резких сильных головных болях, как обезболивающее средство. Припарку из листьев накладывают на голову и тело взрослым и детям при сильном жаре – как жаропонижающее.

В Индии отвар корней входит в состав различных рецептов для лечения нервных заболеваний и ревматических страданий – таких как люмбаго, ишиас, боли в боках. Семена

растирают в пасту, варят в молоке и воде, и отвар дают при люмбаго и ишиасе. Припарка из измельченных семян способствует нагноению и созреванию фурункулов, лечит подагру и уменьшает в размерах ревматические шишки. Листья нагревают на огне и прикладывают к груди кормящие женщины для стимуляции лактации. Для этих целей также пьют жидкий экстракт или сок листьев. Припарками измельченных листьев лечат больные суставы.

При поражении глаз их промывают отваром коры, листьев или корней в козьем молоке и воде.

В научной медицине многих стран мира используется масло из семян клещевины – касторовое масло, которое получают горячим прессованием. При обработке масла горячим паром ядовитый рицин разрушается. Касторовое масло является классическим слабительным средством. Также оно входит в состав разных мазей, бальзамов, обладающих антисептическими и ранозаживляющими свойствами.

Семена клещевины ядовиты!

Прием внутрь 3-х семян вызывает сильнейший энтерит, рвоту и колики. Смертельная доза составляет от 1 до 20 мг рицина на кг массы тела (примерно 8 семян), но количество поглощенного из семян рицина будет зависеть от массы и размера семян, их влажности, от региона, сезона и степени зрелости семян, а также степени жевания, возраста и сопутствующих болезней человека.

Другие свойства

В Африке маслом из семян натирали тело – это придавало коже свежесть и блеск, а в прохладное время защищало от холода. Масло применяли также при выделке шкур и кож, для освещения жилищ и даже для жаренья овощей. Крупный рогатый скот кормят листьями для увеличения выработки молока.

Из клещевины производят невысыхающее и незамерзающее техническое масло, которым смазывают трущиеся части станков, машин. Оно нашло широкое применение в текстильном, кожевенном, лакокрасочном, мыловаренном и парфюмерном производстве.

Как использовать

Нехватка молока у кормящих женщин. Взять 20 г листьев, залить 400–600 мл кипятка, варить 10 мин на слабом огне, настоять 30 мин, процедит. Отваром омывают груди в течение 15 мин, а затем вареные листья прикладываются на груди.

Как выращивать

Клещевину высаживают на солнечных, открытых местах. Выращивают на рыхлых, богатых почвах с глубоким плодородным слоем. Растение не выносит заморозков и длительного похолодания.

Хорошо отзывается на подкормку комплексными минеральными удобрениями перед началом формирования соцветий. Необходим регулярный полив.

Размножается семенами, которые высевают в марте в горшочки, а затем, после весенних заморозков, рассаду высаживают в открытый грунт. Можно также сеять семена непосредственно в грунт, в конце апреля – мае, когда почва прогреется до +15 °С, по 2–3 семени на лунку на глубину 3–4 см. Всходы появляются через 14–18 дней.

Колхикум великолепный, или Безвременник великолепный (Colchicum Speciosum Stev.)

Семейство мелантиевые (лилейные).

Научное родовое название происходит от греческого названия области в Западной

Грузии (Колхида), где обитают некоторые виды этого рода. Русское название – безвременник – дано за необычный ритм развития. В отличие от большинства луковичных, весной у многих безвременников отрастают только листья, а цветки появляются осенью, причем некоторые – буквально перед первым снегом.

А в средние века по-латыни его называли «*filius ante patrem*», что в переводе означает «сын раньше отца».

Распространение и места обитания

Встречается на Кавказе. Растет в нижне– и среднегорном поясе, в лесах, на вырубках, в парковых редколесьях у верхней границы леса, на субальпийских лугах.

Ботаническое описание

Клубнелуковичный многолетник в вегетативном состоянии высотой до 30 см. Клубнелуковица коническая, покрытая темно-коричневыми, перепончатыми чешуями. Листья крупные, длиной до 30 см и 6 см шириной, ярко-зеленые, со слегка волнистым краем, отмирающие к началу лета. Цветки очень крупные – длиной до 7 см – с длинной белой трубкой и сиреневыми или лилово-розовыми долями венчика. Одна клубнелуковица образует до 4 цветков. Цветет в сентябре-октябре. Семена созревают в конце мая-июне. После обсеменения надземная часть растения отмирает.

Имеет много садовых форм и сортов, различающиеся окраской цветка (белые, темно-красные, красные и др.), формой цветка и степенью его махровости.

Действующие вещества

Клубнелуковицы безвременника содержат алкалоиды, главным образом колхицин и колхамин, а также производные колхицина.

Применение в медицине

Алкалоид колхамин используют в онкологической практике для лечения эндо– и экзофитных форм рака кожи 1-й и 2-й стадии, а также при некоторых формах рака пищевода и рака желудка.

В фармацевтической промышленности нашли применение свежие клубнелуковицы безвременника великолепного – из них производят препарат колхамин. Для лечения рака кожи используют омаиновую мазь с содержанием алкалоида колхамин. При раке пищевода и раке желудка назначают таблетки колхамин внутрь.

Все части безвременников ядовиты и могут вызвать тяжелые отравления!

Как использовать

Атероматоз, отложение липидов на стенке артерий . Взять 10 г семян безвременника осеннего, залить 100 г водки, настоять 2 недели в темном месте, периодически перемешивая, процедить. Пить по 20 капель 3 раза в день. Курс лечения 3–4 недели. Для предупреждения диареи (которая иногда сопутствует колхикотерапии) следует принимать по 10 капель настойки горечавки желтой.

Рак легкого . Взять 10 г семян безвременника осеннего, залить 100 г водки, настоять 2 недели в темном месте, периодически перемешивая, процедить. Пить по 15–20 капель 3 раза в день. После 3–4 дней приема сделать перерыв на 2–3 дня.

Как выращивать

Чаще всего колхикум высаживают на открытых солнечных местах, но он хорошо выносит и частичное затенение. Его выращивают на рыхлых, плодородных, умеренно влажных, легких почвах.

Листья удаляют с клумб только после полного их пожелтения. Летом (в июле-августе) растение целиком скрывается в почве, а его клубнелуковицы находятся в состоянии покоя.

Поскольку все части растения, и даже вода, в которой стояли цветы, ядовиты, обращаться с колхикумом следует аккуратно и работать необходимо в перчатках!

Размножается вегетативно (делением гнезд клубнелуковиц) и семенами. У безвременника формируются клоны-гнезда, заключающие по 3–10 (иногда даже 35) клубнелуковиц, тесно прижатых друг к другу. Дочерние клубнелуковицы сажают в августе на глубину от 8 до 20 см в зависимости от её величины. При семенном размножении свежие семена высевают в июне – июле. Сеянцы появятся следующей весной, а растения зацветут через 5–9 лет.

Колючник бесстебельный (*Carlina Acaulis* L.)

Семейство астровые (сложноцветные).

Научное родовое название образовано от имени императора франков – Карла Великого. Согласно преданию, во время чумы, поразившей его войска, к нему явился ангел и указал на это растение как на средство, способное отвлечь бедствие.

В народе называют колюкой, свиным корнем, волчьим ситом, крючочником и так далее.

Распространение и места обитания

Растет на суходольных лугах, полянах, до верхнегорного пояса. Встречается на западе европейской части России.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 50 см. Имеет стержневой корень и сильно укороченный морщинистый стебель, ветвящийся в основании и несущий несколько розеток листьев. Листья длиной до 30 см, перисторассеченные и игловидно-зубчатые, с красивыми, четко проступающими жилками, плотные, серовато-сизые, сплошь покрыты шерстистыми волосками, а снизу паутинистоопушенные. Из середины отдельной розетки вырастает одно, достаточно крупное, до 12 см в диаметре, полушаровидное соцветие – корзинка, окруженное венцом грубых серебристо-серых листьев обертки. Цветение продолжается с июля по сентябрь. Семена созревают в августе – октябре.

Действующие вещества

Корни колючника содержат углеводы (инулин – до 22 %); эфирное масло – до 2,1 %; дубильные вещества. В листьях найдены флавоноиды (глюкозид апигенина, ориентин, гомоориентин, витексин, изошафтозид).

Применение в медицине

Отвар корней используют при отеках почечного происхождения, заболеваниях мочеполовых органов, аменорее, обладает сильным потогонным и мочегонным действием. Корни являются эффективным антигельминтным средством, особенно против круглых и ленточных глистов. Наружно отвар корней применяют при дерматозах и как

ранозаживляющее средство. Растение входит в состав капель, которые употребляют при холецистопатии и гипосекреции желудка.

Другие свойства

Пригодно для дубления кож. Корни колючника использовали для откорма коров и для усиления у них течки.

Как использовать

Отеки, затрудненное мочеиспускание. 1 ст. л. корней колючника залить 250 мл кипятка, варить 5 мин, настоять 2 часа. Пить по 50 мл 3–4 раза в день.

Раны, язвы, лишай, экземы. 1 ст. л. корней колючника залить 250 мл кипятка, варить 15 мин, настоять 1 час. Использовать для промываний и примочек больных мест.

Потогонное при простуде. 50 г корней колючника залить 1 л красного вина, варить 10 мин, процедить. Выпить перед сном стакан теплого отвара и лечь в постель.

Как выращивать

Размещают на солнечных открытых или чуть затененных местах. Выращивают на каменистых горках, хорошо дренированных нейтральных почвах. Не переносит переувлажнения, особенно осенью или зимой. К уходу малотребовательна: достаточно прополки и рыхления почвы.

Размножается семенами и розетками. Семена высевают под зиму и весной стратифицированными в течение 1–1,5 месяцев. Молодые растения зацветают на 2–3-й год. Вегетативное размножение розетками лучше проводить в парничке с середины мая до середины июня. Растение укореняется за 20–30 дней, после чего его высаживают на постоянное место.

Консолида, или Дельфиниум (Consolida)

Семейство лютиковые.

Как выращивать

Участок должен быть хорошо освещен. Семена, которые характеризуются высокой всхожестью, сеют сразу на постоянное место на глубину 1–2 см, так как всходы не выносят пересадки.

Посев можно проводить в сентябре, октябре, марте и апреле. При более поздних весенних сроках посева консолида не успевает зацвести. Это растение хорошо возобновляется каждый год, распространяясь самосевом. Растения, жизненный цикл которых начинается осенью, развиваются в крепкие компактные кустики. Они зацветают в следующем сезоне с июня по август. При весеннем посеве период цветения начинается позже и длится с июля по сентябрь.

Консолида великолепная, или Полевая, Живокость посевная (Consolida Regalis S.F.Gray.= Consolida Arvensis Opiz. = Delphinium Consolida L.)

Народные названия: шпорник посевной, рогатые васильки, бородаки, голубец, топорики, жаворонкины ножки, комаровы носики.

Распространение и места обитания

Растет по сухим склонам, вырубкам, изредка по лесным полянам, как сорняк на полях, у дорог, в посевах, садах и виноградниках. Встречается в европейской части России, Предкавказье, на юге Западной Сибири.

Ботаническое описание

Однолетнее травянистое растение высотой до 90 см. Листья дважды или трижды рассеченные на линейно-заостренные сегменты. Одновременно бутонизирует, цветет и плодоносит. Ярко-синие цветки собраны в рыхлые соцветия длиной до 30 см. От дельфиниума Аякса отличается голыми плодиками. Семена треугольные с поперечными, волнообразными оборками, темно-коричневые.

Многочисленные культурные сорта различаются по окраске цветков (малиновой, светло-голубой, нежно-розовой, сиреневой и белой окраски и другие), длине цветоносов. Сорта используют для срезки и в цветниках.

Действующие вещества

Во всех частях растения содержатся алкалоиды. Максимальное их количество найдено в семенах – до 1,22 % (дельсолин, делькозин, дельсонин, консолидин, ликтоктонин и другие); в корнях – до 0,51 %; в листьях – до 0,14 %, в стеблях – до 0,1 %, а также в цветках. Надземная часть содержит углеводы и родственные соединения (в т. ч. маннит – до 1,35 %); алкалоиды до 0,11 %; дубильные вещества – до 1,33 %; флавоноиды (кемпферол, кверцетин). В листьях найдены витамин С, дубильные вещества – до 1,95 %. В цветках, кроме алкалоидов, обнаружены углеводы и родственные соединения (манит и другие); флавоноиды (кемпферол); антоцианы. В семенах – жирное масло (до 30,2 %).

Применение в медицине

Применяется для облегчения родов и регулирования менструального цикла, при водянке. Отвар надземной части используют при желудочно-кишечных заболеваниях, болезнях печени и мочеполовых органов как мочегонное и желчегонное средство, при воспалении легких, при коклюше. В Болгарии надземную часть применяют в лечении головных болей; наружно – при конъюнктивите. Свежевыжатый сок листьев очищает раны и ускоряет их заживление. Надземная часть оказывает курареподобное действие. Листья и семена принимают при астме, судорожном кашле и как вяжущее и возбуждающее. Чай из цветков на Кавказе пьют, чтобы отрегулировать менструального цикла. В Болгарии отвар цветков употребляют при головных болях. Мазь из семян используют при чесотке.

Другие свойства

Инсектицид против капустной тли. Цветки – инсектицид против вредителей сада и огорода. Семена используют против вшей.

Цветки окрашивают шерсть и шелк в синий и фиолетовый цвет, кондитерские изделия – в зеленый цвет.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Медонос и пергонос.

По старому обычаю букеты из живокости вешают в рабочих кабинетах, так как считается, что они повышают остроту зрения.

Как использовать

Запоры, глисты . Взять 2 ч. л. измельченной цветущей надземной части, залить 1 стаканом кипятка, довести до кипения, снять с огня, настоять 30 мин, процедить. Пить 3 раза в день.

Раны. Собрать свежие листья, выдавить сок, наносить несколько раз в день на поврежденные участки.

Консолида Аяксова (*Delphinium Ajacis* L. = *Consolida Ajacis* (L.) Schur)

Распространение и места обитания

Растет на лугах, у дорог, жилищ, по огородам и посевам. Встречается на Кавказе.

Ботаническое описание

Однолетнее травянистое растение с прямым малоразветвленным стеблем высотой до 100 см и стержневой корневой системой. Листья сильно рассечены на узкие доли, на коротких черешках или почти сидячие. Цветки крупные, до 5 см в диаметре, простые или махровые, неправильные, с длинным шпорцем. Окраска цветка белая, розовая, кирпично-красная, голубая, синяя, сиреневая, фиолетовая. Цветение продолжительное, с июня до осени. Плодики опушенные. Семена треугольные, темно-коричневые.

Выведены многочисленные сорта – высокие, до 1 м, и карликовые – до 30 см, с самой разнообразной окраской цветка (белые, вишнево-красные, розовые и фиолетовые) и степенью его махровости. Также есть весьма эффектная густомахровая гиацинтовая форма (*f. hyacinthiflora hort.*) с цветками различных расцветок, до 3 см в диаметре, в плотных кистях до 30 см длиной.

Действующие вещества

В надземной части содержатся алкалоиды, они также есть в семенах – до 1,06 %, плодах – до 0,4 % (аяконин, аяцин, делькозин и другие). В цветках найдены антоцианы (диглюкозид дельфинидина). В семенах обнаружено жирное масло – до 32,5 %.

Применение в медицине

Настойка семян в индийской медицине применяется при педикулезе (вшах).

Другие свойства

Надземная часть – инсектицид против вредителей огорода и сада.

Копытень европейский (*Asarum Europaeum* L.)

Семейство кирказоновые.

Научное родовое название происходит от греческого слова «asarum» – так Диоскорид называл копытень европейский, значение слова неясно.

В народе называют его бякотник, грыжник, заячий корень, лошадиное копыто, ладанка, земляной ладан, скипидарная трава, рвотный корень и так далее.

Распространение и места обитания

Встречается в лесной и лесостепной зонах европейской части России, Западной Сибири, на Кавказе. Растет в широколиственных и хвойно-широколиственных, реже темнохвойных лесах, мелколесьях и среди кустарников.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое, вечнозеленое растение до 30 см высотой со шнуroidным, ползучим корневищем и ползучими, укореняющимися, разветвленными стеблями. Стебель несет два округло-почковидных, темно-зеленых, кожистых листа. Цветок мясистый, коричнево-бурый, одиночный, верхушечный, поникающий, с приятным ароматом, располагается на подстилке или под ней. Плоды – шестигранная коробочка с многочисленными семенами, снабженными мясистым придатком.

Цветет в апреле – мае. Семена созревают в конце июня.

Стебли и корневища при растирании издают запах, напоминающий запах душистого перца и камфоры.

Действующие вещества

Корневища содержат 1 % эфирного масла, в его составе (в %) представлены: азарон 30–50, азароновый альдегид 2–3, транс-изоазарон, транс-метилизоэвгенол, диазарон, 1-борнилацетат 12–13, метилэвгенол (или метилизоэвгенол) 15–20, азароновая кислота; фенольные соединения, тритерпеноиды (метилхолестенол, этилхолестенол и другие); высшие алифатические спирты: n-додеканол, n-тетрадеканол, n-гексадеканол, n-докозанол и прочие.

В листьях найдены стероиды (ситостерин), фенолкарбоновые кислоты (n-кумаровая, кофейная, феруловая), флавоноиды (кемпферол, кверцетин и другие), тритерпеноиды (холестенол, метилхолестенол, этилхолестадиенол и другие), высшие алифатические спирты (n-октадеканол, n-эйкозанол, n-тетракозанол и другие), высшие жирные кислоты (n-гексадекановая, n-октадекановая, n-октадеценная и другие).

Применение в медицине

В народной медицине из корневищ копытня делают настой и отвар, которые используют как мочегонное средство при заболеваниях почек. Особенно эффективен отвар корневищ на молоке.

Для усиления полового влечения и потенции употребляют настой корневищ на виноградном сиропе. Водный настой растения пьют при болезнях желудка, печени, почек, отвар – при заболеваниях сердца, алкоголизме и отравлении ядовитыми грибами (как рвотное средство), нервном возбуждении, мигрени, как мочегонное при водянке, а также при желтухе, малярии, экземах, эпилепсии.

Настои и отвары корневищ копытня полезны при лихорадке, эпилепсии, артритах, заболеваниях почек и печени, их применяют от силикоза, воспалений верхних дыхательных путей, стоматитов, гастритов, глистных инвазий, кровотечения, опухолей различной этиологии, астмы, истерии, мигрени, импотенции, олигоменореи. Порошком корневищ с молоком лечат диарею.

В Сибири отвар подземных органов в виде примочек используют при головной боли, а также принимают внутрь при диспепсии, энтеритах, желтухе и для улучшения пищеварения. Настоем обмывают застарелые раны и язвы, смазывают лишай. Высушенные корневища нюхают при насморке, головной боли, глухоте. Свежие и истолченные листья копытня прикладывают к нарывам, а их настойкой на уксусе смазывают пораженные участки кожи при чесотке.

Водный настой листьев пьют при головной боли, глухоте, параличах с потерей речи,

эпилепсии, подагре и ревматизме, нервных и сердечных заболеваниях. В Венгрии с его помощью лечат спастические бронхиты.

Копытень входит в состав комплексных фитопрепаратов, применяемых для условнорефлекторной терапии алкоголизма. Он включен в фармакопеи Нидерландов, Германии, Швейцарии, Польши и Швеции, а также в Гомеопатические фармакопеи США и Индии.

Растение ядовито, применять с осторожностью, строго соблюдать дозировку препаратов на его основе!

Как использовать

Импотенция. Взять 1/2 ч. л. измельченных корневищ, залить 200 мл кипятка, нагревать на водяной бане 30 мин, настоять до охлаждения, процедить. Принимать по 1 ст. л. 5–6 раз в день.

Гипоменорея, олигоменорея. Высушенные листья копытня измельчить в порошок. Принимать в дозе «на кончике ножа» в рюмке молока натошак 1 раз в день.

Диарея. Взять 3–5 г измельченных корневищ, залить 1 стаканом кипящего молока, нагревать на водяной бане 30 мин, настоять до охлаждения, процедить. Принимать по 1 ст. л. через каждые 2 часа.

Импотенция. Взять 15 г измельченных корневищ, залить 1 стаканом виноградного сиропа, настоять 2 недели, ежедневно перемешивая, процедить. Принимать по 1 ч. л. утром натошак.

Как выращивать

Копытень хорошо растет в тени или полутени. Является одним из лучших теневыносливых видов. Любит увлажненные, нейтральные или слабокислые, рыхлые и плодородные почвы.

Уход довольно прост: регулярные прополки. Если на участке есть тепличка с овощными культурами, то надо почаще заглядывать под листья копытня, так как на нижней их поверхности очень любит селиться белокрылка.

Размножается семенами и делением растений. Семена высевают под зиму на глубину 0,5 см. Однако вегетативный способ размножения более оптимален. Растения делят на отрезки корневищ с 2–3 парами листьев в апреле или в августе.

Котовник, или Кошачья мята (*Nepeta*)

Семейство яснотковые (губоцветные).

Латинское родовое название произошло от города Непета, расположенного в Италии. Русский вариант яэтот род получил из-за запаха, привлекающего кошек.

Как выращивать

Котовник кошачий высаживают на открытых солнечных местах, котовник сибирский хорошо переносит и легкую полутень. Лучше растут на структурных, супесчаных и суглинистых почвах с достаточным увлажнением.

Уход за посевами заключается в рыхлении, удалении сорняков и поливах по мере надобности. Начиная со второго года проводят подкормки комплексными минеральными удобрениями весной, когда отрастает надземная часть, и летом, после уборки сырья.

Размножают семенами и черенкованием. Семена высевают весной, в начале мая или под зиму (конец октября – ноябрь), на глубину 1–2 см. Всходы при подзимнем посеве появляются в конце апреля – начале мая, при весеннем – через 12–20 дней после посева.

Часто котовники дают довольно обильный самосев. В июне молодые побеги котовников с 3–4 парами листьев, режут на черенки, нижние листья отрезают, оставляя только верхнюю пару. Растение укореняется довольно легко и быстро в песке, перлите. Через 4 недели можно переносить на постоянное место.

В первый год жизни растения от подзимнего посева или выращенные через рассадку зацветают, но семена у них вызревают не всегда. Начиная со второго года котовник кошачий регулярно обильно цветет и плодоносит.

Котовник сибирский (*Nepeta Sibirica* L. (*Nepeta Macrantha* Fisch. Ex Benth.)

Распространение и места обитания

Растет по берегам рек, ручьев, на залежах, луговых, каменистых склонах, в лиственных лесах, вдоль дорог, у жилья, поднимается до среднегорного пояса. Встречается в горах на юге Западной и Восточной Сибири, как заносное в европейской части России.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 120 см. Стебли прямые, опушенные короткими железистыми волосками. Листья длиной до 15 см, продолговато-ланцетные, по краям городчато-зубчатые или пильчатые, снизу с многочисленными точечными железками; черешки короче пластинки в 4–7 раз. Фиолетовые мелкие двугубые цветки собраны в ложные мутовку, которые образуют соцветие – рыхлую кисть, состоящую из 3–8 ложных мутовок. Плод – сухой, распадающийся на четыре овальных, коричневых орешка. Цветет в июле. Семена созревают в сентябре.

Действующие вещества

Надземная часть содержит органические кислоты (муравьиная, п-валериановая); эфирное масло – до 0,2 % (в его составе присутствует гидроксидигидронепеталактон); флавоноиды (апигенин, лютеолин).

Применение в медицине

В тибетской медицине надземная часть считается полезной при инфекционных заболеваниях. Настоем надземной части полоскают горло при ларингите, зубной боли.

Как использовать

Ларингит, зубная боль . 2 ст. л. травы котовника сибирского залить 0,4 л кипятка, варить 1 мин, настоять 1 час, полоскать ротовую полость и горло несколько раз в день.

Другие свойства

Эфирное масло используют в парфюмерии.

Котовник кошачий (*Nepeta Cataria* L.)

Видовое и ряд народных названий растения также связаны с реакцией кошек на его аромат.

Чаще всего выращивают лимонную форму – с приятным цитрусовым запахом (*Nepeta*

cataria L. f.citriodora Dam.), также ее называют лимонный котовник. Встречаются популяции котовника и с резким неприятным запахом.

Распространение и места обитания

Растет в центральных и южных районах европейской части России, Западной Сибири, на Кавказе, Средней Азии; как заносное встречается в Приморье на Дальнем Востоке. Растет на лугах, по опушкам, берегам рек, среди кустарников, на сорных местах, вдоль дорог.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение с деревянистым корнем. Стебли прямостоячие, четырехгранные, опушенные, ветвистые, высотой до 100 см. Листья супротивные, сердцевидно-яйцевидные, черешковые, крупнопильчатые, с обеих сторон опушенные. Цветки мелкие, двугубые, грязно-белые с мелкими пурпурными пятнами, собраны в густые ложные мутовки, образующие кистевидно-метельчатые соцветия на концах стеблей и боковых побегов. Плод – сухой, распадающийся на четыре овальных, коричневых или черных орешка. Цветет июль – август. Семена созревают в конце августа– сентябре.

Действующие вещества

Надземная часть содержит эфирное масло – до 2%, в его составе присутствуют цитронеллаль, цитронеллол, гераниол, нерол, цитраль, лимонен, пинен, непеталактон и другие вещества; флавоноиды – до 4%; стероиды; сапонины; дубильные вещества – 5,8–11%; кумарины. В листьях найдены каротин, витамин С, гликозиды. Семена содержат до 25% жирного высыхающего масла.

Применение в медицине

Котовник кошачий часто упоминается под названием «кошачья мята» в трудах великих врачей античности и раннего Средневековья – у Цельса, Серена Самоника и других.

Надземная часть применяется в научной медицине США. В народной медицине настоей травы считается полезным при гастрите, метеоризме, используется для возбуждения аппетита, как желчегонное и противоглистное средство. Настоей надземной части пьют в качестве отхаркивающего, спазмолитического и жаропонижающего, при бронхите и бронхиальной астме, пневмонии, респираторных инфекциях. Также настоей употребляют как успокаивающее средство при головной боли, анемии, аменорее, водянке. На основе настоя надземной части делают примочки и ванны при гнойных ранах и чесотке.

На Украине в XIX в. котовник кошачий пили в виде теплого настоя, с ним делали ванны при маточных припадках, задержании месячных, детских конвульсиях («родимец»), упорном кашле нервного происхождения.

Настоей корней используют как жаропонижающее средство, при гипоксии; примочки накладывают на гнойные раны. Настоей листьев применяют аналогично корням, кроме того, его пьют при сердечной недостаточности, при гипертонии, метеоризме. Свежие листья жуют при зубной боли.

Эфирное масло обладает высокой фунгицидной активностью в отношении патогенного грибка кандиды в дозе 100 мкг/мл. Действует на плесневые грибки, сарцины, гнойный стрептококк. Оно также повышает показатели неспецифической резистентности организма (увеличение бактерицидности кожи человека сочетается со снижением микробной обсемененности и их патогенности).

Как использовать

Острые респираторные заболевания, анемия, нервные расстройства, головная боль .
Взять 1 ст. л. травы котовника, залить стаканом кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить по 1/3 стакана 3–4 раза в день.

Аменорея, отсутствие менструаций . Выжать сок из свежих листьев котовника кошачьего, пить по 1 ч. л. 2–3 раза в день.

Другие свойства

Надземную часть лимонной формы в свежем виде добавляют в легкие овощные салатов, соусы, овощные супы, компоты, кисели, коктейли. Порошок высушенной травы хорошо сочетается с творожной массой, блюдами из птицы и рыбы.

Кохия веничная (*Kochia Scoraria (L.) Schrad.*)

Семейство маревые.

Родовое научное название дано в честь немецкого ботаника Вильгельма Даниеля Жозефа Коха.

В народе называют ленок дикий, ленок большой, веничье огородное, что указывает на схожесть со льном и одно из популярных применений – из кохии изготавливали веники.

Распространение и места обитания

Растет на солончаках, песках, вдоль дорог, как сорное в садах и огородах, по мусорным местам. Встречается в южных районах европейской части России, на Кавказе, юге Сибири и Дальнего Востока.

Ботаническое описание

Однолетнее декоративно-лиственное растение. Кустики правильные, удлинненно-овальной формы, высотой до 100 см высотой. Листья мелкие, линейно-ланцетные, при основании суженные в черешок, изумрудно-зеленые, с наступлением осенних заморозков краснеющие. Все растение опушено. Цветки невзрачные. Плод – орешек.

В декоративном садоводстве наибольшее распространение получила волосистая разновидность (*var. trichophylla (Voss) Boom*), ее также часто называют «летний кипарис».

Действующие вещества

В корнях найдены органические кислоты – до 2,3 %; кумарины – 0,1 %; флавоноиды – 0,4 %. Надземная часть содержит органические кислоты – до 8,21 %; стероиды (ситостерин – 3 %, стигматерин, кампестерин); алкалоиды (гармен, гармин); кумарины – 0,15 %; флавоноиды – 0,19 %; сапонины; дубильные вещества. Цветущие верхушки содержат азотосодержащие соединения (бетаин 2,2 %). В плодах обнаружены сапонины, дубильные вещества, жирное масло.

Применение в медицине

Настой надземной части пьют как кардиотоническое, тонизирующее средство, при водянке, ревматизме, мочекаменной болезни, как слабительное, потогонное и при укусах бешеной собаки. Отвар и порошок травы – при гонорее, циститах, как средство,

стимулирующее сердечную деятельность. Отвар плодов в китайской и русской народной медицинах используют как мочегонное, при гонорее, заболеваниях мочевого пузыря и мочевыводящих путей. В китайской медицине семена входят в состав мазей для лечения некоторых заболеваний кожи и ногтей. Отвар и порошок семян применяют как тонизирующее, диуретическое и стимулирующее сердечную деятельность средство.

Другие свойства

Надземную часть используют для получения соды, пускают на корм для скота и гусениц шелкопряда. Стебли идут на щетки и веники. Свежие листья добавляют в супы.

Как использовать

Опушение почки . 2 ст. л. надземной части кохии залить 0,3 л кипятка, настоять 8–10 часов, процедить. Пить по 100 г через 2 часа после еды.

Отложение солей . Измельченную траву кохии насыпать в банку, слегка утрамбовав, сверху залить водкой – на 2–3 см выше сырья, настоять в теплом месте неделю, периодически перемешивая, процедить. Пить по 1 ст. л. утром натощак, разбавив в 1/2 стакана воды. На время лечения ограничить употребление мяса, особенно свинины.

Болезни мочевого пузыря и мочевыводящих путей . 1 ст. л. надземной части кохии залить 250 мл кипятка, варить на слабом огне 5 мин, настоять 30 мин, процедить. Пить по 50–75 г 3–4 раза в день.

Цистит, гонорея . Плоды кохии измельчить в порошок. Принимать по 4–5 г 2 раза в день запивая 1/3 стаканом воды.

Как выращивать

Лучше размещать на открытых и солнечных местах, но может выдерживать легкое затенение. Выращивают на рыхлых, плодородных, дренированных почвах.

Уход очень прост: прополки, рыхления почвы, к поливу малотребовательна. В связи с тем, что хорошо переносит стрижку, одному растению или даже всей группе можно придавать любую форму.

Размножается только семенным путем. В открытый грунт семена высеивают сразу. Перед посадкой в парники рассаду вначале пикируют в горшки, а затем переваливают в открытый грунт.

Кровохлебка лекарственная (*Sanguisorba Officinalis* L.)

Семейство розоцветные.

Научное родовое название происходит от двух латинских слов, означающих «кровь» и «всасывать», и указывает на тот факт, что растение применяют при различных видах кровотечений. Большинство народных названий (красноголовник, черноголовник, шишечки) связано с формой или цветом своеобразных соцветий кровохлебки. Ряд названий подчеркивает сходство ее листьев с рябиновыми и на их серебристый цвет снизу (серебряный лист, рябинник).

Распространение и места обитания

Встречается в европейской части России, Западной и Восточной Сибири, на Урале и Дальнем Востоке, Кавказе. Растет на суходольных и заливных лугах, в луговых степях, в березовых, смешанных и разреженных хвойных лесах, по опушкам и полянам, берегам водоемов и болот.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение с горизонтальным, толстым и древеснеющим корневищем, с многочисленными длинными тонкими корнями. Стебли одиночные, но иногда их бывает несколько, высотой до 170 см, в верхней части ветвистые. Листья непарноперистые, голые; прикорневые и нижние стеблевые – на длинных черешках, верхние стеблевые – сидячие. Листочки продолговато-яйцевидные, пиловидно-зубчатые. Цветки в овальных или овальноцилиндрических головках, темно-красные, почти черно-пурпуровые. Плод – орешек, заключенный в затвердевшее четырехгранное цветоложе. Цветет с июня по август; плодоносит в августе – сентябре.

Действующие вещества

Корневища с корнями содержат дубильные вещества – до 40 %, сапонины – до 4 %, тритерпеноиды (потерин, сангвисорбин и другие), органические кислоты и их производные (оксалат кальция – до 5 %), витамин С, эфирное масло – 1,8 %, фенолкарбоновые кислоты и их производные (галловая, эллаговая и другие), проантоцианидины, катехины, стероиды (ситостерин, стигмастерин) и крахмал (до 29 %). В листьях найдена аскорбиновая кислота – до 900 мг/%, дубильные вещества до 10 %, флавоноиды – до 5,9 % (кемпферол, кверцетин, кверцитрин, рутин), тритерпеноиды (урсоловая кислота – до 0,6 %, гидроксиурсоловая кислота), фенолкарбоновые кислоты (производные гидроксикоричных кислот), углеводы – до 7 %, органические кислоты – до 1 %.

Применение в медицине

Кровохлебка с давних пор популярна в медицине разных народов как хорошее вяжущее и кровоостанавливающее средство – при разных видах кровотечений (маточных, желудочно-кишечных, легочных, геморроидальных и другие). Кроме того, она пользуется известностью как средство от болей в животе и головы, болезней горла, туберкулезе легких, иногда при некоторых формах рака. Настой травы или отвар корневищ с корнями добавляют в сидячие ванны при наружном геморрое, в спринцевания при трихомонадном кольпите. Наружно отвар корневищ прикладывают в виде влажных компрессов при различных воспалительных процессах кожи, им полощут рот и горло. Траву используют при воспалении вен и варикозе.

В китайской и монгольской медицине кровохлебка является общеизвестным средством с вяжущим, кровоостанавливающим и болеутоляющим действием. Ее принимают при различных видах кровотечений, а также ожогах, ранах, кровавой рвоте, полименорее. Корни растения (обугленные до черноты и растертые в порошок) оказывают лечебный эффект при ожогах II и III степени, угнетая рост патологической микрофлоры на месте ожога.

Надземная часть кровохлебки в странах Западной Европы используется как ранозаживляющее, мочегонное средство, при воспалениях вен, тромбозах и при злокачественных опухолях.

В научной медицине РФ корневища и корни кровохлебки применяют в виде отвара и жидкого экстракта как вяжущее средство при желудочно-кишечных заболеваниях: энтероколитах, интоксикационных и других диареях. Как кровоостанавливающее средство кровохлебку используют при кровохаркании, маточных и геморроидальных кровотечениях; как противовоспалительное – в виде полосканий – применяют при лечении гингивитов и стоматитов.

Другие свойства

Молодые листья добавляют в салаты, сушеные – в салаты и ароматные чаи. Кровохлебка идет на корм для всех видов скота.

Как использовать

Диарея, внутренние кровотечения . Взять 2 ст. л. корневищ с корнями, поместить в эмалированную посуду, залить 200 мл (1 стакан) горячей кипяченой воды, закрыть крышкой и нагревать в кипящей воде (на водяной бане) 30 минут, охладить 10 минут, процедить, оставшуюся массу отжать, объем полученного отвара долить кипяченой водой до 200 мл. Пить по 1 ст. л. 5–6 раз в день после еды как вяжущее и кровоостанавливающее средство.

Обезболивающее средство . Взять 2–3 ст. л. травы кровохлебки лекарственной, обварить кипятком, измельчить, завернуть в марлю. Подушечки прикладывать к больным местам.

Диарея, внутренние кровотечения . Взять свежую траву кровохлебки, выжать сок. Пить по 2 ст. л. 3 раза в день.

Как выращивать

Кровохлебку высаживают на открытых солнечных участках и в полутени. Она переносит различные почвы, но лучше растет на плодородных, слабокислых, средних по механическому составу, с достаточным увлажнением.

Уход довольно прост: прополки, полив в сухое и жаркое время, обрезание отцветших соцветий.

Размножается семенным путем и вегетативно (делением корневищ.). Семена высевают под зиму на глубину 0,5 см, весной появляются всходы, которые зацветают уже на 2–3 год. Можно использовать растения, выросшие из самосева, если не срезать отцветшие соцветия. Из корневищ делают деленки весной (апрель – начало мая) или в конце лета.

Купальница (Trollius)

Семейство лютиковые.

Родовое научное название происходит от немецкого слова «Trollblume» – цветок тролля. По народному поверью, эти растения были любимыми у сказочных лесных существ – троллей. По другой версии, название происходит от древнегерманского слова «troll» – «шар», и дано по форме цветка.

Как выращивать

Рекомендуется выращивать на открытых, освещенных местах. Для культивирования купальниц наиболее благоприятны легко– или среднесуглинистые, структурные, слабокислые, с повышенным содержанием гумуса почвы.

Уход включает прополки и рыхление почвы. Во время роста и цветения, в период жаркой и сухой погоды нужен полив. Для хорошего развития необходимо систематически подсыпать к основанию кустов плодородную землю. Чтобы добиться вторичного цветения, необходимо срезать отцветшие цветоносы.

Размножаются семенами, делением куста и черенками. Семена лучше высевать сразу после сбора или под зиму. При посеве весной необходима стратификация семян в течение 3–4 месяцев при температуре +2–4 °С. Сеянцы появляются весной (семена прорастают трудно), дружные всходы – в середине мая. Всходы купальниц нуждаются в поливе при пересыхании почвы и в притенении. После появления второго настоящего листа сеянцы пикируют. Высаживать растения на постоянное место можно с весны 2 года или на 3–4 год. Сеянцы зацветают на 2–3 год.

Сильно разросший куст (куртину) можно делить на несколько частей, имеющих 2–3 побега с корнями и почками в августе-начале сентября. При посадке корневую шейку заглубляют на 2 см, листья обрезают. Для черенков берут молодые приземные побеги, появляющиеся весной, и летние розетки с частью подземного стебля.

Купальница европейская (Trollius Europaeus L.)

В народе называют куриная слепота, горлянка.

Распространение и места обитания

Растет в лесах, на сырых лесных полянах, лугах, зарослях кустарников, в тундре, по берегам рек, ручьев и стариц. Встречается от тундровой до степной зоны европейской части России, в Западной Сибири.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 1 м. Прикорневые листья черешковые, пальчато-пятираздельные, собранные в розетку. Стеблевые листья расположены лишь в верхней трети цветоносного побега. В пазухах стеблевых листьев могут развиваться боковые побеги с более мелкими, чем верхушечный цветок, цветами. Цветки шаровидные, крупные, в диаметре достигают 5 см, слабо душистые, от бледно-желтых до золотисто-желтых. Лепестки-нектарники не превышают размера чашелистиков и отличаются более интенсивной оранжевой окраской. Плод – листовка с носиком, круто завернутым внутрь. Цветет в конце мая-июне. Семена созревают в конце июня – июле.

Действующие вещества

Подземная часть содержит алкалоиды (магнофлорин). Надземная часть – алкалоиды (магнофлорин); азотосодержащие соединения (холин); флавоноиды (витексин, ориентин). В листьях найдены алкалоиды; фенолкарбоновые кислоты (п-кумаровая, феруловая, синаповая); флавоноиды (кемферол и др). Цветки содержат флавоноиды (ориентин); каротиноиды (каротин, ксантофилл, тролликсантин и другие). В семенах обнаружены алкалоиды, фермент липаза, жирное масло – до 32,0 %.

Применение в медицине

Надземная часть используется при отеках, заболеваниях желудка, печени; наружно – при фурункулах и опухолях. Оказывает антибактериальное, мочегонное и желчегонное действие. Настой корней применяют при водянке, остановке менструаций, эпилепсии и чесотке. Цветками лечат цингу и болезни печени. После приема настоя купальницы пьют овсяный настой с медом.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Другие свойства

В народной ветеринарии надземной частью лечат заболевания вымени у коров. Медонос.

Как использовать

Чесотка. 1 ст. л. подземной части купальницы залить 200 мл кипятка, варить 15 мин

на слабом огне, настоять 1 час, процедить. Делать примочки на пораженные места.

Купальница азиатская (*Trollius Asiaticus L.*)

В Сибири эту купальницу называют жарками, огоньками.

Распространение и места обитания

Растет в светлых лесах, на лесных полянах, на сырых лугах, в тундре, на субальпийских и альпийских лугах, в высокогорьях до высоты 2500 м над уровнем моря. Встречается на северо-востоке европейской части России, Западной и Восточной Сибири.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 80 см. Прикорневые листья черешковые, высотой 20–30 см, пальчато-пятираздельные. Цветоносный побег облиствен лишь в верхней своей трети, хотя изредка имеет боковые ветви, и заканчивается единичным верхушечным цветком, размер которого уменьшается по мере приближения к центральному цветку. Цветки крупные, шаровидные, диаметром до 5 см, чашелистики оранжево-красные. Лепестки-нектарники, постепенно расширенные кверху, оранжевые, одинаковой длины с чашелистиками или слегка их превышающие. Цветет с конца мая до конца июля – в зависимости от местообитания.

Действующие вещества

Подземная часть содержит алкалоиды (магнофлорин). Надземная часть содержит алкалоиды; флавоноиды. В листьях найдены флавоноиды; витамин С. Цветки содержат алкалоиды, витамин С, кумарины, флавоноиды, пигмент желтого цвета – до 1 %. В семенах обнаружено жирное масло – до 28,7 %.

Применение в медицине

В тибетской медицине надземной частью и цветками восстанавливают зрение. Отвар листьев и цветков пьют при болях в желудке. В монгольской медицине цветки применяют при расстройствах желудочно-кишечного тракта, заболеваниях крови и как общеукрепляющее средство для выздоравливающих истощенных больных. Обладает антибактериальным действием.

Растение ядовито, применять с осторожностью.

Другие свойства

Медонос. Кормовое для сельскохозяйственных животных.

Как использовать

Диарея. 1 ч. л. цветков купальницы залить 250 мл кипятка, настоять 1 час, процедить. Пить по 50 мл 3–4 раза в день.

Купена многоцветковая (*Polygonatum Multiflorum (L.) All.*)

Семейство ландышевые (лилейные).

Родовое научное название образовано от двух греческих слов: «polys» – «много» и «gonu» – «узел», «колени», и указывает на многоколенчатость корневища.

В народе называют вороньими ягодами, волчьими ягодами, волчьей травой.

Распространение и места обитания

Растет в тенистых смешанных лесах, среди кустарников. Встречается в европейской части России и на Кавказе.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение, с четковидным, утолщенным корневищем. Стебли зеленые, дуговидно наклонные или поникающие, цилиндрические, голые, до 70 см высотой. Листья широкоэллиптические, сидячие, с вытянутым основанием. Цветки колокольчатые, белые, расположены группами по 3–5 в пазухах листьев, свешиваются на цветоносах. Плод – шаровидная, темно-синяя ягода.

Действующие вещества

Подземная часть содержит стероиды (диосгенин – до 0,52 %); стероидные сапонины – до 2,5 %; азотосодержащие соединения (α , γ -диаминомасляная и ацетидин-2-карбоновые кислоты). В надземной части найдены сапонины. Листья содержат стероиды (диосгенин – до 0,09 %); флавоноиды (ксилозид витексина, кверцетин, глюкозиды апигенина и другие).

Применение в медицине

Мочегонное средство. Корневищами лечат гидрофобию, ревматизм, подагру, диарею и кожные болезни. Подземная часть применяется как вяжущее, успокаивающее, ранозаживляющее средство. Плоды оказывают рвотное и слабительное действие.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Другие свойства

Сок и отвар корневищ используют как косметическое средство (заменитель румян).

Как использовать

Ушибы, кровоточащие ссадины, ревматические и подагрические боли. 40 г свежих корневищ (или 2 ст. л. сушеных) залить 0,5 л кипятка, настоять 2 часа, процедить. Делать примочки, компрессы и обмывания.

Как выращивать

Купене лучше всего подходят затененные места. Она предпочитает плодородные, влажные почвы, но не выносит застоя весенних вод. В сухую и жаркую погоду необходим полив. Из мероприятий при уходе следует отметить борьбу со слизнями, которые могут значительно снизить декоративные свойства, сильно повредив листья.

Размножается вегетативно (отрезками корневищ) и семенами. Семена высевают под зиму, при весеннем посеве необходима поэтапная стратификация: 3–4 месяца при +2–5 °С, 3 месяца при +18–20 °С и снова 3–4 месяца при +2–5 °С. Семена прорастают на 3-м этапе, после чего их переносят в светлое помещение с температурой +20–22 °С. Сеянцы развиваются медленно. Купена цветет на 3–5 год. Проще размножается отрезками корневищ

с 1–3 почками – их заготавливают в конце лета и высаживают на глубину 3–5 см.

Лабазник, или Таволга (*Filipendula*)

Семейство розоцветные.

Родовое научное название произошло от двух латинских слов, означающих «нить» и «висеть»: у одного из видов рода (лабазника обыкновенного) есть похожие на подвешенные на тонких корешках клубневидные корни, богатые крахмалом и применявшиеся раньше в пищу.

Как выращивать

Хорошо растут и на солнечных открытых участках, и в полутени, но требовательны к влажности. Шеломайник выращивают на легких суглинистых или супесчаных перегнойных слабокислых почвах с достаточным постоянным увлажнением в течение всего вегетационного сезона.

Уход включает обильный полив в сухое и жаркое время (особенно лабазника камчатского, растущего на открытом участке). Также необходимо проводить вырезку отцветших стеблей: плодики в махровых цветках не завязываются, и соцветие после цветения полностью теряет всякую декоративность.

Шеломайник размножают вегетативно (делением корневищ) и семенами. Корневища делят в апреле-начале мая или в конце августа-начале сентября на части с 2–3 почками и корнями и высаживают в открытый грунт на глубину 5–7 см. Семена высевают под зиму или рано весной на глубину 0,5 см. Весной перед посевом проводят их стратификацию в течение 1 месяца при температуре +3–5 °С. Так как сеянцы растут очень медленно, необходимо регулярно их пропалывать, рыхлить почву и поливать, не допуская пересыхания. Сеянцы зацветают на 2 год.

Лабазник вязолистный – *Filipendula Ulmaria* (L.) MAXIM

В народе называют медунка, медовник, медуничник, вязовая трава, таволга болотная, белоголовка, белоголовник, лабазка, огуречник, благовоновый огуречник, таволжник, царица лугов, королева лугов гордость лугов.

Народные названия даны за белый цвет цветков, схожесть его листьев с листьями вяза. Некоторые названия указывают на приятный медовый запах цветков и на специфический огуречный запах молодых листьев.

Распространение и места обитания

Встречается почти по всей территории России, кроме Крайнего Севера, Нижней Волги и Дальнего Востока. Растет по сырым приречным и приозерным лугам, болотам, сырым лесам и кустарникам, полянам, вырубкам, гарям, по канавам вдоль дорог.

Ботаническое описание

Многолетнее, травянистое растение с темно-коричневым или почти черным горизонтальным, ползучим корневищем, длиной 15–20 см, с многочисленными тонкими корнями. Стебли прямостоячие, ребристые, густооблиственные, полые, высотой до 2 м. Листья крупные, длиной до 30 см и шириной до 20 см, прерывисто-непарноперистые, с 2–5 парами крупных яйцевидных или яйцевидно-ланцетных боковых листочков и крупной с трех- или пятилопастной концевой долькой, снизу белые, тонковолочные. Цветки кремовые, розоватые или белые с желтоватым оттенком, многочисленные, мелкие, с

сильным своеобразным сладковатым запахом, собраны в верхушечное, густое, щитковидно-метельчатое соцветие длиной до 30 см. Плоды – сборные многолистовки, состоящие из спирально закрученных листовок, бурого или желтовато-бурого цвета. Цветет в июне-июле. Плоды созревают в августе-сентябре.

Выведены садовые формы с золотистыми желто-зелеными листьями, с розовыми цветками, с махровыми белыми, очень многочисленными цветками, с золотисто-желтыми разводами на листьях и другие.

Действующие вещества

Цветки содержат до 0,2 % эфирного масла, главным компонентом – до 70 % – является салициловый альдегид, в его составе также есть этилацетат, метилсалицилат, фенилэтилфенилацетат и другие); флавоноиды – до 9,7 % (кверцетин, спиреозид, кемпферол); высшие жирные кислоты (стеариновая, линоленовая), стероиды, витамин С, фенолкарбоновые кислоты (галловая, салициловая), фенолгликозиды (изосалицин, спиреин); дубильные вещества – до 19 %.

Подземные органы содержат дубильные вещества – до 21,8 %, фенольные соединения (салициловый альдегид), фенолгликозиды (спиреин, монотропин), флавоноиды – до 1,11 %, витамин С, халконы, лейкоантоцианидины. Листья содержат дубильные вещества – до 16,8 %, фенолкарбоновые кислоты (кофейная, эллаговая), катехины, флавоноиды – до 10 % (гиперозид, авикулярин, дипентозид кверцетина, лютеолин, кемпферол и другие).

Применение в медицине

В странах Западной Европы подземная часть используется как общеукрепляющее, мочегонное и противогеморроидальное средство. В народной медицине все растение ценится за антиспастический и вяжущий эффект, им лечат желудочно-кишечные заболевания, эпилепсию, ревматизм, подагру, болезни почек и мочевыводящих путей, в виде клизм – бели; его применяют для заживления ран, восстановления крови, как потогонное средство.

В тибетской и монгольской медицине надземную часть используют при заболеваниях легких и органов пищеварения. В народной медицине отвар травы пьют как желчегонное, при бронхиальной астме, болезнях органов дыхания и сердца, удушье, головной боли, диареях и дизентерии, как мочегонное и глистогонное средство. Отваром травы промывают гнойные раны, примочки для язв и фурункулов, делают спринцевания при белях, его добавляют в клизмы при упорных диареях. Также им моют голову, чтобы укрепить волосы и ускорить их рост. Примочки на основе измельченных свежих листьев и цветков оказывают обезболивающее и противовоспалительное действие.

Настои из цветков и листьев назначают при простудных заболеваниях, туберкулезе, анемии, бронхиальной астме, грыже, дизентерии, хроническом холецистите и заболеваниях верхних дыхательных путей. Настой цветков применяют как успокаивающее, вяжущее, ранозаживляющее и кровоостанавливающее средство при язве желудка и 12-перстной кишки, дизентерии, эпилепсии, ревматизме, подагре, геморрое, воспалительных заболеваниях почек и мочевыводящих путей. В виде спринцеваний используется при белях, им полощут ротовую полость при гингивите, стоматите, пародонтозе.

Отвар цветков и корней пьют при нервных расстройствах, истерических припадках, эпилепсии, бессоннице, удушье, гипертонической болезни, тахикардии, как антигельминтное средство и для снятия спазма внутренних органов, при атонии кишечника.

В научной медицине России цветки лабазника разрешены к применению в качестве противовоспалительного и ранозаживляющего средства для лечения длительно не заживающих ран, язв и кожных болезней.

Другие свойства

Лабазник – суррогат чая («таволжный чай»), из него готовят компоты и напитки. Свежие и сушеные молодые листья добавляют в салаты и супы.

В ветеринарии используется как витаминное, вяжущее, кровоостанавливающее и жаропонижающее средство, как антисептическое и противовоспалительное при воспалении копыт у лошадей.

Как использовать

Язве желудка и 12-перстной кишки, простудные заболевания . 1 ст. л. цветков залить 0,5 л кипятка и настаивать 3 часа, процедить. Пить по 1/4 стакана 4 раза в день до еды.

Раны, угревая сыпь . 5 ст. л. травы с цветками лабазника вязолистного залить 0.5 литра кипятка, настоять 3 часа, процедить. Употребляют для обмывания пораженных мест и в качестве примочек.

Кожные заболевания, воспаления глаз . 2 ст. л. корневищ лабазника вязолистного залить 200 г холодной воды, настоять 6 часов, кипятить 2 мин, процедить. Применять для обмываний пораженных участков.

Порошок сухих цветков нюхают при насморке, им присыпают язвы, внутрь принимают по 1/4–1/2 чайной ложки 3 раза в день.

Лабазник камчатский, или Шеломайник (*Filipendula Camtschatica*)

Распространение и места обитания

В природе встречается в Приамурье, на Камчатке, Сахалине, Курильских островах. Растет на лугах, по берегам ручьев, рек.

Ботаническое описание

Многолетнее высокорослое травянистое растение, высотой до 3 м с мощным корневищем. На Камчатке заросли шеломайника скрывают всадника на лошади. Листья очень крупные, длиной более 35 см и шириной до 30 см, широко-почковидные, 3–5 лопастные, с острыми, удвоенно-зубчатыми лопастями... Цветки снежно-белые или слегка кремовые, собраны в крупные метельчатые соцветия на верхушках стеблей. Плоды – продолговато-ланцетные, плоские, по краю длинно-реснитчатые. Цветет в июне, плодоносит в августе.

Действующие вещества

В подземной части найдены фенольные соединения (метилсалицилат, салициловый альдегид); фенолгликозиды (гаултерин, спиреин). Надземная часть содержит флавоноиды – до 3,7 %, дубильные вещества – до 3,2 %, аскорбиновую кислоту.

Применение в медицине

Отваренные корневища кладут на больной зуб как болеутоляющее. Настой корневищ пьют при диарее. На Камчатке отвар листьев считается хорошим антицинготным и ранозаживляющим средством. Толченые листья прикладывают к ожогам, укусам волка или собаки.

Другие свойства

Молодые побеги употребляются в пищу в сыром виде; листья используются как зелень для супов и шей, как суррогат чая; корневища также съедобны в сыром, сушеном и вареном виде.

Как использовать

Зубная боль . 2 ст. л. корневища шеломайника залить стаканом кипятка, варить 30 мин, настоять 15 мин, процедить. Полоскать ротовую полость, задерживая над больным местом, затем положить корневища на больной зуб (дупло).

Лаконос, или Фитолакка (Phytolacca)

Семейство лаконосные.

Сок плодов окрашен в темно-красный цвет – отсюда и название растения: в переводе с латинского «лака» означает «красный сок». В винодельческих районах Южной Европы этот сок используют для окрашивания светлых вин. Следует помнить, что все части растения, в том числе и недозрелые ягоды ядовиты.

Как выращивать

Лучше высаживать на открытых солнечных или полутенистых, но защищенных от холодных ветров местах. Хорошо растет на легких и среднетяжелых, слабокислых почвах. Довольно влаголюбивая культура, в сухое и жаркое лето требует обильного полива.

Уход очень прост: прополки, рыхление почвы. С наступлением заморозков стебли срезают у основания и укрывают на зиму торфом, перегноем или слоем листьев до 10 см.

Размножаются делением корневища и семенным путем. Корневища делят рано весной. Семена высевают в питомник под зиму свежесобранными или рано весной, на глубину 1–1,5 см. Всходы появляются, когда достаточно прогреется земля. Некоторые сеянцы зацветают в том же году в августе – сентябре. На следующий год рано весной их рассаживают на постоянное место.

Лаконос американский, или десятичичковый (Phytolacca Americana L.= Ph. Decandra L.)

Распространение и места обитания

Родом из восточных районов США и Бермудских островов. На Кавказе его можно встретить как заносное, сорное растение у дорог и жилищ.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 3 м. Корневище очень мощное, мясистое, сильно разрастается и проникает в почву на глубину более полуметра. Стебли крепкие, ветвятся вверх. Листья крупные, очередные, черешковые, цельные, эллиптические, светло-зеленые. Цветки мелкие, зеленовато-белые, собраны в плотные прямостоячие соцветия кисти, похожие на початки, высотой 15–25 см и диаметром до 5 см. Плоды сочные, округлые, мясистые, темно-красные. Цветки и плоды направлены вертикально вверх, напоминая свечи на новогодней елке. Цветение начинается в июле и длится до конца августа. Плоды созревают в сентябре-октябре.

Действующие вещества

В корнях содержатся углеводы (сахароза, крахмал); эфирное масло; тритерпеноиды (олеаноловая и ялигоновая кислоты и др.); стероиды (α -спинастерин, Δ -стигмастенон и др.); тритерпеновые сапонины (фитолаккозиды А, D, E), алкалоиды (фитолакцин – до 0,16%), лектины. В листьях найдены сапонины, флавоноиды (астрагалин, изо-кверцитрин, кемпферол и другие); фенолкарбоновые кислоты (ванильная, р-гидроксibenзойная, синаповая, р-кумаровая, феруловая, кофейная. Плоды содержат углеводы и родственные соединения (пинит); сапонины; алкалоиды, антоцианы. В семенах найдены тритерпеноиды (β -ацетилолеаноловая кислота), сапонины, неолигнаны (изоамериканол, американол).

Применение в медицине

В медицине США применяется в качестве слабительного средства и при кожных болезнях. На Кавказе – еще и при лихорадке. В народной медицине Мексики, Северной Америки и на Кубе и в некоторых странах Европы им лечат различные опухоли. В гомеопатии препараты из свежих корней используются при ларингите, ангине, для лечения голосовых связок, при ревматизме, ишиасе, дифтерии.

Индейцы США пьют настой плодов при артритах. Корни и плоды или вино из плодов употребляют при ревматизме, плод используют как обезболивающее средство. Крепким настоем корней или надземной части делают обмывания при ревматизме. Для усиления кроветворения едят молодые побеги или пьют настой корней. Растение едят в качестве гарнира со слабительной целью, а также используют как рвотное и отхаркивающее средство. Мазью из поджаренных и измельченных корней или порошком высушенных, измельченных корней лечат хронические язвы кожи, воспаленные железы, настоем корней – экземы.

Примочки из измельченных корней прикладывают на синяки. Сырыми плодами натирают кожные опухоли (шишки). С отваром корней делают примочки при вывихах, ушибах, распухших суставах.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Другие свойства

Молодые побеги, стебли, листья, отваренные в соленой воде, употребляют в пищу. Сок плодов используют как красный пищевой краситель. Отвар плодов применяют для окраски шелка и шерсти в цвет бордо. Корни и семена считаются ядовитыми.

Как использовать

Запоры . 1 ст. л. корней залить 0,5 л воды, варить 5 мин, настоять 30 мин, процедить. Пить по 1 ч. л. 2–3 раза в день.

Ревматизм, артрит, чесотка . 4 ст. л. корней залить 1 л воды, варить 5 мин, настоять 30 мин, процедить. Использовать для обмываний.

Карбункулы, кожные язвы . Свежие корни измельчить в пасту, сушеные – в порошок, нанести на пораженные участки тела.

Лаконос виноградный, или многокостянковый (*Phytolacca Acinosa Roxb.*)

Распространение и места обитания

Встречается в Китае и Японии. Растет по сорным местам, у дорог, у заборов.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 1 м. Все растение голое, имеет толстый мясистый корень. Плод округлый, темно- или черно-красный, сочный, ягодообразный. Плоды, в отличие от предыдущего вида, не цельные, а как будто состоят из нескольких сегментов. Семена блестящие черные. Цветет в июле – августе. Плоды созревают в сентябре – октябре.

Действующие вещества

В корнях содержится бетацианин. Растение содержит до 4 % фитолактатоксина, сапонины, ацетат калия, смолы.

Применение в медицине

Культивируется в Китае как лекарственное растение с целью получения корня. Китайские медики используются только те растения, корень у которых белый внутри.

Применяют как слабительное и мочегонное средство; используют при сердечных и почечных отеках, при плевритах, асците и перикардите, а также при склерозе вен печени. Наружно в виде мази наносят на пораженные места при некоторых заболеваниях кожи, фурункулах, нарывах.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Как использовать

Запоры . 1 ст. л. корней залить 0,5 л воды, варить 5 мин, настоять 30 мин, процедить. Пить по 1 ч. л. 2–3 раза в день.

Фурункулы, нарывы . Свежие корни измельчить в пасту, сушеные – в порошок, нанести на пораженные участки тела.

Ландыш майский (*Convallaria Majalis L.*)

Семейство ландышевые (лилейные).

Научное родовое название происходит от латинского слова, переводимого как «долина» и греческого, означающего «лилия», то есть «лилия долин» – по схожести цветков с лилией. Видовое научное название переводится как «цветущий в мае» и дано по сроку цветения.

В народе называют его полевая лилия, заячьи ушки, заячья капуста, лапушник, язык лесной, майские колокольчики.

По христианскому сказанию, цветы выросли из слез Богоматери, когда она оплакивала распятого сына; в Древней Греции считали, что это капли пота богини охоты Артемиды, спасавшейся от преследования фавнов.

Распространение и места обитания

Встречается в европейской части России и на Кавказе. Растет в мелколиственных, широколиственных, сосновых, смешанных и пойменных лесах, по дну балок и на склонах.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение со шнуровидным, ветвистым, ползучим корневищем. Листьев обычно 2, реже 1–3, приземные, широколанцетные. Влагалища зелёных листьев охватывают друг друга и вместе с низовыми листьями образуют ложный стебель. Цветонос безлистный до 30 см высотой. Соцветие – односторонняя, редкая кисть, состоящая из 6–20 цветков. Цветки белые или светло-розовые округлоколокольчатые, поникающие, на длинных изогнутых цветоножках, с сильным приятным ароматом. Плод – округлая оранжево-красная ягода. Цветет с в конце мая – начале июня. Плоды созревают в конце августа – сентябре.

Есть несколько садовых форм с розовыми, махровыми цветками, с полосатыми и окаймленными листьями.

Действующие вещества

Все части растения содержат сердечные гликозиды (кардиостероидов), основные из которых – конваллотоксин, конваллозид, конваллотоксол, конваллотоксоллозид, локундъезид и другие. Больше всего гликозидов накапливается в цветках. Кроме того, надземная часть содержит эфирное масло, аспарагин, крахмал, сахар, яблочную и лимонную кислоты; флавоноиды: кемпферол, кверцетин, изорамнетин, лютеолин, апигенин, хризозеиол и другие; кумарины; каротиноиды; витамин С.

Применение в медицине

В народной медицине разных стран ландыш является популярным лечебным средством от различных сердечных заболеваний.

В России настойка ландыша очень ценится, ее рекомендуют пить при всех болезнях. Употребляют при водянке, болезнях сердца, эпилепсии, коликах и тому подобном. В деревнях девушки натирали соком растения щеки, чтобы быть румяными.

В русскую научную медицину ландыш был введен известным врачом С. П. Боткиным в 1881 г. Ландыш входит в фармакопеи ряда зарубежных стран для лечения сердечно-сосудистых заболеваний. В научной медицине России препараты ландыша (настойка, коргликон) назначают при острой и хронической недостаточности кровообращения II и III стадий, при сердечной недостаточности, осложненной тахисистолической формой мерцания предсердий, для купирования приступов пароксизмальной тахикардии. Настойку ландыша применяют также как средство, успокаивающее центральную нервную систему, при нарушениях сердечной деятельности (при компенсированных пороках), в том числе в комбинации с настойкой валерианы, настойкой пустырника, препаратами брома.

Растение ядовито, применять с осторожностью! Препараты ландыша противопоказаны при резких органических изменениях сердца и сосудов, остром миокардите, эндокардите и резко выраженном кардиосклерозе.

Другие свойства

Во Франции эссенция цветков ландыша часто присутствует в составе духов.

Как использовать

Асистолия, сердечная недостаточность с застойными явлениями . 3–5 г листьев ландыша майского, залить стаканом кипятка, настоять 10 мин, процедить. Пить глотками в течение дня.

Асистолия, сердечная недостаточность с застойными явлениями . 1–2 щепотки цветков ландыша майского, залить 150 г кипятка, настоять 10 мин, процедить. Пить по 150 г

2 раза в день, утром сразу после пробуждения и вечером перед сном.

Болезни сердца, особенно порок сердца. Насыпать в бутылку свежих цветков ландыша майского до 3/4 ее объема, залить почти доверху 90° спиртом, закрыть, настоять 2 недели, профильтровать. Пить по 10–15 капель 3 раза в день.

Как выращивать

Ландыши высаживают в полутени, среди кустарников, на полянах при слабом затенении, так как сильная тень ослабляет цветение. Выращивают на хорошо окультуренной, плодородной, умеренно влажной, слабокислой, дренированной, легко- или среднесуглинистой почве.

Растение хорошо отзывается на мульчирование перепревшим навозом или компостом, регулярные подкормки жидкими органическими и минеральными удобрениями (в июле). В сухую жаркую погоду требует полива.

Размножают делением корневищ, реже семенами. Корневища делят в апреле – начале мая и в конце августа – начале сентября. Деленки из 1–2-х почек с кусочком корневища и мочкой корней высаживают в бороздки на такую глубину, чтобы корни не загибались, а ростки (почки) были засыпаны землей на 1–2 см. Семена высевают под зиму. Цвете через 2 года после высадки.

Леонтица Смирнова, или Гимноспермиум Смирнова (Leontice Smirnowii Trautv. (Gymnospermium Smirnowii (Trautv.) Takht)

Семейство леонтицевые (барбарисовые).

Распространение и места обитания

Растет в лиственных лесах, по опушкам и лугам в нижнегорном поясе. Встречается в Западном Закавказье.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 50 см и клубневидным корневищем. Прикорневой лист одиночный, трехраздельный, на длинном черешке. Стеблевой лист тройчато-рассеченный, сидячий. Цветки желтые, собраны в верхушечную малоцветковую кисть.

Действующие вещества

Клубни содержат тритерпеновые сапонины, алкалоиды – до 4,36 % (гаспин, d-аргемонин, софокарпин, леонтисмин, леонтамин и другие). В надземной части найдены алкалоиды – 0,01–1,78 %. (гаспин, l-лупанин, леонтидин, d-аргемонин, изолеонталбин). Семена содержат алкалоиды – до 2,3 % (N-метилцитизин, d-аргемонин, l-лупанин, леонтидин).

Применение в медицине

Сухой экстракт клубней в медицинской практике используют как горечь для повышения аппетита и стимуляции пищеварения, особенно при пониженной секреции желудочного сока; аналогично применяется и сумма алкалоидов из клубней. В Грузии клубнями (их называют «круглое лекарство») лечат туберкулез и другие легочные заболевания.

Растение ядовито. Применять с осторожностью!

Как использовать

Язвы. Клубень измельчить в порошок, посыпать пораженное место. Или смешать с медом в соотношении 1:1, нанести на пораженное место.

Как выращивать

Хорошо растет как в полутени, так и на открытом месте. Лучше, однако, размещать гимноспермиум под кронами листопадных деревьев, так как он успевает отцвести до появления и полного раскрытия листьев деревьев. Выращивают на любых окультуренных дренированных, рыхлых, слабокислых садовых почвах.

Размножается семенами и дочерними клубнями. Дочерние клубни высаживают в августе-сентябре на глубину 5–7 см с расстоянием между растениями 20–25 см.

Лесной мак весенний, или Чистотел весенний (*Nylomecon Vernalis Maxim.*)

Семейство маковые.

Распространение и места обитания

Растет в тенистых хвойно-широколиственных лесах. Встречается на Дальнем Востоке – в Приморье и Приамурье.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 40 см с длинным ветвящимся корневищем. Листья нежно-зеленые, перисто-рассеченные, прикорневые на длинных черешках. Цветки ярко-желтые, расположены по 1–3 на верхушке облиственных стеблей. Цветет очень обильно и довольно долго (с начала до конца мая). Семена созревают в июне.

Действующие вещества

Содержит алкалоиды (берберин, коптизин, хелеритрин, хелилутин, хелирубин, сангвинарин, аллокриптопин, хелидонин, протопин, стилопин и др.). В корнях найдены сапонины, алкалоиды – до 0,1 %. Надземная часть содержит сапонины, алкалоиды – до 0,35 % (протопин, аллокриптопин, хелеритрин, сангвинарин, хелилутин, хелирубин); флавоноиды. В цветках найдены карденолиды и алкалоиды.

Применение в медицине

Водно-спиртовая настойка и настой надземной части обладают гипотензивными, спазмолитическими, противовоспалительными свойствами. Также их применяют как успокаивающее и снижающее мочеотделение средство.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Как выращивать

Размещают в полутени, под пологом деревьев. Лесной мак предпочитает рыхлые, плодородные, достаточно увлажненные почвы.

Размножается вегетативно (отрезками корневищ) и семенами. Семена высевают свежесобранными, то есть в июне – июле, на глубину 0,5 см. Сеянцы зацветают на 2–3-й год. Корневища делят после цветения, в июле – августе, на деленки с 3–5 почками.

ЛИАТРИС КОЛОСКОВАЯ (*Liatris Spicata* (L.) Wild.)

Семейство астровые (сложноцветные).

Родовое научное название получено от двух греческих слов: «laios», что означает «гладкий», и «iatros» – «врач».

Распространение и места обитания

Родина – юго-восточные районы Северной Америки.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 50 см с сильно облиственными стеблями. Листья линейные. Цветки только трубчатые, пурпурово-красные, реже белые, собраны в небольшие 8–13-цветковые корзинки, образующие колосовидное соцветие длиной до 35 см. Цветет в июне – июле.

Имеются сорта различной высоты (от 40 до 90 см), с белыми, фиолетово-розовыми и фиолетовыми соцветиями.

Действующие вещества

Надземная часть содержит флавоноиды.

Применение в медицине

Индейцы племени Чероки используют растение как болеутоляющее средство: отвар или настойку пьют при болях в спине и конечностях, при коликах в желудочно-кишечном тракте, как ветрогонное средство. Корни ценят за их потогонное, мочегонное и отхаркивающее свойства. Подземной частью лечат водянку, также ее применяют как тонизирующее и стимулирующее средство.

Как использовать

Отеки, простуда . 1 ст. л. корней лиатриса залить 250 мл кипятка, варить 5 мин на слабом огне, настоять 1 час, процедить. Пить по 50–75 мл 3–4 раза в день.

Как выращивать

ЛИАТРИС любит солнечные, открытые участки. Хорошо растет на свежих, среднесуглинистых, рыхлых, плодородных почвах. На тяжелых, сырых почвах растение гниет.

Хорошо отзывается на подкормку комплексными минеральными удобрениями (1–2 раза за сезон): весной при отрастании листьев, перед цветением. После цветения необходимо срезать соцветия.

Размножается вегетативно (делением куста) и семенным путем. Семена высевают под зиму или рано весной на глубину 0,5–1 см. Сеянцы зацветают на третий год. Деление куста проводят весной или в конце августа – начале сентября на деленки с 2–3 почками. При благоприятных погодных условиях и хорошем уходе посаженные весной деленки зацветают

в первый же год.

Лилейник, или Красноднев (*Heimerocallis*)

Семейство лилейные.

Родовое научное название происходит от греческих слов «hemera» – «день» и «kallos» – «красота», что указывает на непродолжительность цветения у большинства видов: отдельный цветок обычно цветет не дольше дня.

Как выращивать

Лилейник можно высаживать в тени и полутени, но растение массово и обильно цветет только на хорошо освещенных участках. Лучше растет на плодородных суглинистых и легкоглинистых слабокислых почвах.

Уход включает полив при продолжительной жаркой и сухой погоде (воду льют под корень). Нельзя, чтобы капли воды попадали на цветок – они повреждают нежные лепестки. Цветочные побеги срезают после окончания цветения. Под зиму обрезают всю надземную часть, оставляя только молодые листья (озимь). Лилейники хорошо отзываются на мульчирование почвы между растениями.

Размножается семенами и вегетативно (деление куста). При выращивании растений из семян сортовые характеристики не сохраняются. Семена высевают свежесобранными под зиму или весной следующего года на глубину 1,5–2 см. При весеннем посеве семена стратифицируют при температуре +2–4 °С в течение 1,5–2 месяцев. Растения, выращенные из семян, зацветают на 2–3 год.

Деление проводят весной (конец апреля-начало мая – чем раньше, тем лучше для растения) руками или отделяя дочерние розетки, которые образовались на длинных столонах, но не выкапывая основной куст – у рыхлокустовых сортов. Плотнокустовые формы делят лопатой или большим ножом.

Лилейник желтый (*Heimerocallis Lilio-Asphodelus L. = H. Flava L.*)

Распространение и места обитания

Растет на лесных, пойменных лугах, луговых склонах, берегам рек, озер, по окраинам лесов. Встречается в Западной и Восточной Сибири, на юге Дальнего Востока.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение с безлистными цветоносами до 100 см высотой. Листья ярко-зеленые, широколинейные, собраны в прикорневой розетке. В соцветии по 5-10 блестящих, лимонно-желтых, ароматных цветков диаметром до 10 см, с отогнутыми назад долями околоцветника. Цветет в конце мая-июне.

Действующие вещества

В подземной части найдены многоядерные ароматические соединения (хемерокаллин). Листья содержат витамин С; флавоноиды (кверцетин, кемпферол). Цветки – эфирное масло (до 0,16 %).

Применение в медицине

Подземной частью лечат лихорадки и женские болезни. В Сибири настой надземной части пьют при гепатите, ревматизме. Настой листьев и стеблей обладают желчегонными свойствами. В тибетской медицине цветки применяются как кардиотоническое, при болезнях печени. В монгольской медицине – при болезнях органов пищеварения, как кровоостанавливающее и жаропонижающее.

В народной медицине цветки используют при болезнях сердца, как стимулирующее центральную нервную систему, болеутоляющее и ранозаживляющее. Для снижения боли корневища прикладывают на нарывы и опухоли, а также к проблемным зонам при грыже, болях в пояснице и перенапряжении. Настой травы с цветками пьют при ревматизме и лихорадке. Отвар цветков считают тонизирующим, укрепляющим сердце и возбуждающим средством.

Другие свойства

Цветки употребляют в пищу в вареном и жареном виде, в качестве приправы к мясу, заготавливают на зиму. Стебли пригодны для плетения циновок и потников под седло.

Как использовать

Боли в области сердца, стенокардия. 1 ст. л. цветков лилейника залить 250 мл кипятка, варить на слабом огне 1 мин, настоять 30 мин, процедить. Пить по 75 мл 3 раза в день.

Лилейник Миддендорфа (Nemerocallis Middendorffii Trautv. Et Mey.)

Видовое название дано в честь русского ботаника XIX в. А.Ф. Миддендорфа.

Распространение и места обитания

Растет на лугах, в лиственных лесах, среди кустарников, на склонах, скалистых обрывах морского побережья. Встречается на большей части территории Дальнего Востока, кроме Камчатки.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение с толстым косым корневищем и хрупкими цилиндрическими корнями. Листья очень узкие (1–1,8 см) крайние – несколько шире (2–2,5 см), все сильно обвислые. У основания листьев видны волокнистые остатки прошлогодних отмерших листьев. Цветоносы высотой до 80 см, несколько возвышаются над листьями. Цветки имеют специфический аромат, ярко-оранжевые, диаметром до 11 см в диаметре и длиной до 9 см, собраны в плотное малоцветковое верхушечное соцветие, Цветет в середине мая – июне. Семена созревают в июле. Осенью иногда цветет повторно.

Действующие вещества

В корнях и листьях найдены сердечные гликозиды. Цветки содержат флавоноиды.

Применение в медицине

Лилейник Миддендорфа используется при лихорадках и как ранозаживляющее средство. Настоем стеблей и листьев лечат гепатит. Настой стеблей, листьев, цветков пьют при ревматизме. В тибетской медицине цветки применяют при болезнях печени, добавляют в

состав сердечных и тонизирующих средств.

Другие свойства

Молодые листья, цветки употребляют в пищу в жареном, вареном виде.

Как использовать

Печени болезни. 1 ст. л. смеси цветков и листьев лилейника залить 250 мл кипятка, настоять 1 час, процедить. Пить по 75 мл 3 раза в день.

Лилейник малый (Nemeroscallis Minor Mill.)

Распространение и места обитания

Растет на заливных лугах, лесных полянах, сухих песчаных холмах, склонах, среди кустарников. Встречается в Западной и Восточной Сибири, на Дальнем Востоке (Приамурье, Приморье).

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение, образующее некрупные изящные кусты высотой до 60 см. Листья узкие (0,7–1 см), каскадом поникают к земле. Цветоносы ветвистые, возвышаются над листьями. Бутоны красно-коричневые. Цветки мелкие (7–9 см в диаметре), широко открытые, однотонные, светло-желтые, с приятным сильным ароматом. Цветки образуют малоцветковые соцветия (до 5, реже до 10–15 цветков. Зацветает в конце мая – начале июня, массово цветет в июне.

Действующие вещества

Подземная часть содержит стероиды (β - и γ -ситостерины); алкалоиды; многоядерные ароматические соединения (хризофанол, хемерокаллон, реин и др.); высшие алифатические углеводороды. В цветках найдено эфирное масло до 0,39 %; алкалоидов до 0,7 %; витамин С; каротин; фенолкарбоновые кислоты и их производные (хлорогеновая); флавоноиды до 0,75 % (кверцетин, рутин).

Применение в медицине

Подземная часть в китайской медицине используется при раке молочной железы, дизурии, асците, гепатите, геморрое. В народной медицине корневище с корнями применяется при опухолях, гастритах; настой пьют при ревматизме. Надземная часть употребляется как седативное средство, а также при гепатитах, артритах. Настоем листьев лечат диатез, острые респираторные инфекции с осложнениями на уши. Цветки полезны при болезнях печени и желчного пузыря (подтверждено экспериментально), их применяют в составе сердечных и тонизирующих средств, как ранозаживляющее и болеутоляющее средство. Настоем листьев и цветков наружно лечат раны. В тибетской медицине незрелые плоды применяются в медицине при пищевых интоксикациях.

Другие свойства

Цветки добавляют в мясные блюда в качестве приправы.

Как использовать

Болезни печени и желчного пузыря. 1 ст. л. цветков лилейника залить 250 мл кипятка, настоять 1 час, процедить. Пить по 75 мл 3 раза в день.

Раны, диатез. 2 ст. ложки смеси цветков и листьев лилейника залить 250 мл кипятка, варить 1 мин, настоять 1 час, процедить. Использовать для промываний и примочек.

Лобулярия Морская (*Lobularia Maritima* (L.) Desv.), Она Же Алиссум морской (*Alyssum Maritimum* Lam.)

Семейство капустные (крестоцветные).

Родовое научное название происходит от латинского слова «lobulus» – «стручочек», дано за форму плода.

Ботаническое описание

Однолетнее растение, образующее густоветвистые, компактные или раскидистые кустики до 30 см высотой. Листья мелкие, линейно-ланцетные, серовато-зеленые, опушены белыми волосками. Цветки мелкие, белые или светло-фиолетовые с сильным медовым ароматом, собраны в кистевидные соцветия. Цветет с мая по октябрь. Хорошо и быстро отрастает после стрижки и снова цветет. Плод – овальный стручок с острой верхушкой. Семена желтые или оранжево-коричневые.

Многочисленные сорта отличаются окраской цветков (белые, пурпурово-фиолетовые, темно-розовые, лососево-розовый и другие), высотой растения (от 8 до 40 см).

Действующие вещества

Листья содержат флавоноиды (кемпферол и его гликозиды). В цветках найдены антоцианы (цианидин и его производные).

Применение в медицине

Надземную часть употребляют при болях в желудке, простуде, кашле.

Другие свойства

Прекрасный медонос, привлекает пчел-опылителей. Обладает чудесным сладким ароматом.

Как использовать

Простудные заболевания, кашель. 1 ст. л. надземной части лобулярии залить 250 мл кипятка, настоять 1 час, процедить. Пить по 75–100 мл 3 раза в день.

Как выращивать

Лучше размещать на открытых солнечных местах. Не выносит избытка влаги и длительной засухи. Может расти на легких, средних и тяжелых, плодородных и не очень почвах.

Размножается семенами – их сеют сразу в открытый грунт на постоянное место в конце

апреля или в ноябре или в парники, для получения рассады. Всходы появляются на 4–10 день, на место их пересаживают, когда минует угроза последних заморозков – в средней полосе в середине мае – начале июня. Очень важно следить, чтобы посадки были разреженными, иначе растения будут плохо цвести и на них может развиваться мучнистая роса. Зацветает на 40–50 день после посева.

Люпин многолистный (Lupinus Polyphyllus Lindl.)

Семейство бобовые.

Родовое научное название происходит от латинского слова «lupus» – «волк» и объясняется способностью этих растений выживать даже в самых малоподходящих условиях.

В США этот вид люпина называют большелистный люпин.

Распространение и места обитания

Встречается в западных и северо-западных районах Северной Америки. Растет на берегах рек, на лугах и обочинах и других нарушенных местообитаниях. В России натурализовался и встречается в таежной зоне европейской части.

Ботаническое описание

Короткоживущее многолетнее или двулетнее травянистое растение высотой до 1,5 м. Листья пальчатосложные, на длинных черешках, с 9–15 узколанцетными листочками. Стебель и листовые черешки покрыты редкими, короткими волосками. Чашечка и молодые листья – серебристым опушением. Цветки синие, реже розовые и белые, собраны в многоцветковые верхушечные прямостоячие соцветия длиной до 35 см. Плод – опушенный боб. Семена овальные, сплюснутые, почти черные.

Есть многочисленные садовые формы и сорта гибридного происхождения с цветками однотонной (темно-красные, оранжевые, красные, белые, рубиново-фиолетовые, бело-розовые и другие) и двуцветной окраски.

Действующие вещества

В семенах содержатся белок (42,1 %) и жир (8,6 %). Во всех частях растения найдены алкалоиды. В семенах содержатся алкалоиды (люпанин – до 3,5 %, а также лупинин, люранин, гидросилупанин, ангустифолин). В листьях найдено до 2 % алкалоида люпанина, флавоноиды.

Применение в медицине

Алкалоид люпанин используется в медицине при слабой сердечной аритмии и как местный анестетик. Индейцы Северной Америки пьют отвар растения как тонизирующее средство. Однако ряд племен считает растение ядовитым.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Другие свойства

Во многих странах этот вид люпина высаживается как «зеленое удобрение» (промежуточная культура) на культурных полях и используется как фураж. Почвы, где он растет, обогащаются азотом и могут использоваться другими растениями. Алкалоид люпанин, который содержится во всех органах люпина, вреден для овец и крупного рогатого

скота. Некоторые племена индейцев Северной Америки скормливают растение лошадям в лечебных целях.

Как выращивать

Многолистный люпин лучше высаживать на открытых солнечных местах. Может расти на любой садовой земле, даже бедной песчаной, но успешнее всего развивается на суглинистых слабокислых почвах.

В связи с тем, что у старых экземпляров корневая шейка поднимается над поверхностью почвы на несколько сантиметров, средняя часть куста постепенно отмирает, а боковые розетки обособляются. Поэтому для сохранения декоративности и продления жизни, растения окучивают. Чтобы люпин цвел до глубокой осени, засохшие соцветия надо регулярно срезать, пока не образовались семена. У растений отрастают новые побеги и формируются соцветия, которые распускаются в конце лета. Высокие растения, расположенные на открытых ветропродуваемых участках, надо подвязывать к опоре.

Размножается семенным путем и вегетативно (боковыми розетками и черенками). Семена высевают прямо в грунт весной, как только сойдет снег. Растения зацветают на следующий год в начале мая. Можно также сеять под зиму в конце октября – начале ноября, после первого заморозка – тогда растения зацветают в августе следующего года. Глубина заделки семян составляет 1,5–2,5 см.

Чтобы гарантированно сохранить окраску понравившихся экземпляров, проводят вегетативное размножение. Лучше размножать с помощью боковых розеток, образующихся у взрослых, но не старых растений. На черенки весной нарезают прикорневые розетки, которые развиваются из почек в основании стебля; а летом – боковые побеги, образующиеся в пазухах листьев.

Мак (Papaver)

Семейство маковые.

Родовое научное название «papaver» было известно еще римлянам, они знали и об опиуме, получаемом из мака. Корень «papa» – «отец» – в названии указывает на тот факт, что семя мака в старину добавляли в пищу маленьких детей, чтобы успокоить их.

Как выращивать

Мак высаживают на хорошо освещенных открытых участках, выращивают на любых окультуренных дренированных садовых почвах. Плохо переносит застой воды. Хорошо отзываются на внесение минеральных и органических удобрений – листья приобретают насыщенный темно-зеленый цвет, цветы становятся крупнее, их окраска – ярче.

Мак-самосейка, размножается семенами, которые можно сеять весной в самые ранние сроки, а можно и под зиму. Всходы появляются на 7–12 день, их прореживают, оставляя между растениями 15–20 см. Если оставить часть коробочек, дает обильный самосев. Уход необременителен: прополки, рыхления, поливы в засуху, отщипывание отцветших цветков.

Восточный мак размножают семенами, корневыми и зелеными черенками. Также образует обильный самосев, если оставить зрелые коробочки. Семена высевают рано весной, они прорастают через две недели. С появлением 1–2 настоящих листочков сеянцы пикируют на постоянное место. Отрастающие весной или в конце лета боковые побеги в виде небольших розеток берут на черенки, которые высаживают на увлажненные гряды и пригоняют. Саженцы укореняются через 2–3 недели, еще 1–2 года их доращивают.

Все маки болезненно переносят пересадку, их лучше сразу высаживать на постоянное место.

Мак-самосейка (Papaver Rhoeas L.)

В народе называют мак полевой, мачок, мачина.

Распространение и места обитания

Растет на каменистых склонах до среднегорного пояса, чаще на мусорных местах, в посевах, огородах, садах, на залежах. Встречается на западе и юге европейской части России, на Кавказе.

Ботаническое описание

Однолетнее травянистое растение. Стебли прямостоячие, сильно ветвящиеся, раскидистые, высотой до 80 см. Прикорневые листья перисто-раздельные, крупные, зубчатые; стеблевые – трехраздельные с перисто-рассеченными долями. Листья и стебли грубоволосистые. Цветки простые или махровые, 5–7 см в диаметре, красные, розовые, пурпуровые, лососевые или белые с темным пятном у основания лепестков, с темным или белым краем. Обильно цветет с июня до осени. Плод – шаровидная коробочка.

В озеленении чаще используют многочисленные садовые формы и сорта. Например, форма Ширли (f. schirley) с простыми изящными и светло окрашенными цветками с белыми тычинками.

Действующие вещества

Надземная часть содержит стероиды (ситостерин); алкалоиды – до 1,5 % (папаверрубины А, В, D, E, протопин, стилопин, коптизин, сангвинарин и другие); флавоноиды (гликозиды лютеолина, кемпферола, кверцетина). В листьях, кроме алкалоидов, найден витамин С. В цветках обнаружены алкалоиды (коптизин, реадин, реогенин и др.); витамин С; антоцианы (производные пеларгонидина и цианидина, нудикаулин и др.); высшие алифатические углеводороды (n-гептакозан.) В плодах содержатся алкалоиды (сангвинарин, реадин, папаверрубины). В семенах найдены алкалоиды (коптизин, сангвинарин); витамин E, жирное масло.

Применение в медицине

В Индии листья ценят за их тонизирующее и противохолерическое действие. На Средиземноморском побережье Египта, в Югославии и Болгарии цветки используют в лечении органов дыхания. Лепестки цветков официнальны в 12 странах мира, входили в I–III издания отечественной фармакопеи. Их применяют как потогонное и легкое успокаивающее средство, добавляют в отхаркивающие сборы. В ряде стран плодами лечат онкологические заболевания органов брюшной полости, саркому, кондилому, наружные формы рака. В Индии млечный сок пьют как легкое успокаивающее, наносят сверху на бородавки. Семена используют как тонизирующее и противохолерическое средство.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Другие свойства

Цветки окрашивают ткани в красный цвет. Лепестки окрашивают ткани в розовый и фиолетовый цвета, ими также подкрашивают вина. Вызывает поражения центральной нервной системы.

Как использовать

Кашель, простуда, боли в груди. 1 ст. л. лепестков цветков мака-самосейки залить стаканом кипятка, настоять 10 мин, процедить. Пить теплым по 1 стакану 3 раза в день, подсластив медом.

Бородавки . Выжать из свежих плодов млечный сок. Наносить несколько раз в день на пораженные места.

Мак восточный (Papaver Orientale L.)

Распространение и места обитания

Растет на каменистых, травянистых склонах и в кустарниках в средне- и высокогорном поясе. Встречается на Кавказе.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение с прямыми, прочными, толстыми щетинистыми стеблями высотой до 100 см. Прикорневые листья крупные, перисто-рассеченные, до 30 см длиной, стеблевые – меньшего размера. Цветки одиночные до 18 см в диаметре, огненно-красные с черным пятном в основании лепестков. Цветет в конце мая – середине июня. Плоды созревают в июле – августе.

Выведены многочисленные сорта с цветками самой разнообразной расцветки (белые, сиреневые, розовые, разных оттенков красного и оранжевого), отличающиеся размером и степенью махровости цветка, длиной цветоноса (от 40 до 110 см) и другими признаками.

Действующие вещества

Все части растения содержат алкалоиды. Надземная часть содержит алкалоиды (тебаин – 0,5 %, орипанин, изотебаин, протопин, брактеолин, алпинигенин, папаверрубины В, D – до 0,48 %, морфин, наркотин); высшие алифатические спирты. В листьях найдены алкалоиды (папаверрубины); витамины С и Е; флавоноиды (производные изорамнетина). Плоды содержат алкалоиды (коптисин, орипавин до 0,2 %); витамин Е, каротин. Семена – жирное масло.

Применение в медицине

Может использоваться как источник алкалоида орипавина, который, наряду с изотебаином, является природным основанием для полусинтеза анальгезирующих веществ. Лепестки – действенное потогонное средство. Поврежденными долгоносиком и с натеком плодами лечат болезни пищеварительных органов.

Другие свойства

Незрелые плоды употребляются в пищу в сыром виде.

Как использовать

Простуда . 1 ст. л. лепестков цветков мака восточного залить стаканом кипятка, настоять 10 мин, процедить. Пить теплым по 1 стакану 3 раза в день, подсластив медом.

Маклейя, или Боккония (*Macleaya* или *Bocconia*)

Семейство маковые.

Вначале этот род называли бокконией (*Bocconia*) – по имени сицилийского ботаника доктора Боккони. В 1826 г. растение отнесли к роду маклейя (*Macleaya*), названному в честь английского энтомолога Александра Маклейя, который в течение некоторого времени был секретарем Линнеевского общества. С тех пор это растение называют и бокконией, и маклейей.

В Англии это растение зовут «plume poppy», т. е. «мак с плюмажем», такое название дано за то, что многочисленные мелкие цветки в высоких больших ажурных соцветиях над листьями образуют как бы кружевное облако, напоминающее плюмаж.

Как выращивать

Маклейю высаживают на открытых солнечных участках или в легкой тени. Растение может расти на любых почвах, но предпочитают плодородные слабокислые дренированные суглинки.

Хорошо отзывается на подкормки минеральными, а особенно органическими удобрениями, которые проводят начиная со 2-го года каждую весну.

Основным способом размножения является вегетативный (отрезками корневищ и корневыми отпрысками). Отрезки корневищ (длиной 5–10 см) высаживают непосредственно в грунт на глубину до 10 см. Посадочный материал заготавливают накануне высадки, так как хранение более 2–3 дней может существенно снизить его приживаемость.

В средней полосе России отрезки и отпрыски высаживают весной, в южных районах – весной или осенью. Корневые отпрыски («рассада») заготавливаются после весеннего отрастания растений, когда поросль достигает высоты 10–15 см и имеет 4–5 листьев на побеге. Чтобы ускорить образование корней и оздоровление посадочного материала, заготовленную рассаду обрабатывают регуляторами роста и корнеобразования.

Маклейя сердцевидная (*Macleaya Cordata* (Mild.) R. Br. (*Bocconia Cordata* Willd.) Маклейя мелкоплодная (*Macleaya Microcarpa* (Maxim.) Fedde)

Родиной маклейи сердцевидной считают Восточный Китай и Японию, маклейи мелкоплодной – Центральный Китай и Центральную Азию.

Маклейя сердцевидная и маклейя мелкоплодная – многолетние травянистые растения, близкие виды по морфологической характеристике, биологическим особенностям и химическому составу накапливающих в них алкалоидов.

Все части растений содержат желто-оранжевый млечный сок. Стебель мощный, неветвящийся, прямостоячий, цилиндрический, полый внутри, от желтовато-серого до коричневатого-серого цвета, высотой 1,5–3,0 м. Зелёные части растения покрыты сизым налётом. Листья сердцевидной формы, черешковые, 5–7 лопастные, очередные; нижние – крупные (до 25 см длины), верхние значительно мельче. Верхняя сторона листовой пластинки голая, от буровато-зелёного до серовато-зелёного цвета; нижняя – опушенная, серого или желтовато-серого цвета. Цветки мелкие, серовато-жёлтые с кремовым или оранжевым оттенками, собраны в прямостоячие ажурные метёлки длиной до 40 см, расположенные на верхушках побегов. Плод – плоская обратнояйцевидная коробочка.

Цветёт в августе, плоды созревают в сентябре – октябре. В средней полосе России плоды завязываются очень плохо и сильно осыпаются при созревании.

Во многих ботанических учреждениях, однако, выращивают не эти виды маклейи, а их гибрид – маклейю кьоскую (*macleaya x kewensis turrill.*). Хотя эти виды и гибрид различаются между собой по формам бутонов, количеству тычинок, форме плода, числу семян в коробочке и ряду других признаков, для неспециалистов они очень схожи.

Действующие вещества

В надземной части маклей накапливается до 2 % изохинолиновых алкалоидов (сангвинарин, хелеритрин, протопин, аллокриптонин, берберин и другие), которые и являются основными действующими веществами. В надземной части растения среди макроэлементов преобладают калий и кальций, из микроэлементов – селен, молибден, медь, цинк, стронций. В подземных органах растения содержание алкалоидов достигает 4 %.

Применение в медицине

Из надземной части маклей производят фитопрепарат сангвиритрин, используемый в качестве антимикробного средства в научной медицине России. Препарат обладает широким спектром антимикробного действия на грамположительные, а также на грамотрицательные бактерии, дрожжеподобные и мицелиальные грибы. Активен в отношении антибиотикоустойчивых штаммов микроорганизмов. В медицинской практике сангвиритрин используют для лечения инфекционно-воспалительных заболеваний кожи и слизистых оболочек бактериальной и грибковой этиологии у детей и взрослых. В гинекологии его назначают при эндоцервиците, кольпите, вагините, эрозиях шейки матки; в хирургической практике с успехом лечат инфицированные ожоги, длительно незаживающие раны и язвы. В стоматологии применяют при пародонтите, афтозном стоматите, язвенно-некротическом гингиво-стоматите и других поражениях слизистой оболочки рта. В оториноларингологии сангвиритрин эффективен при заболеваниях среднего уха и наружного слухового прохода; в дерматологии используется при дерматозах, пиодермиях, поверхностных бластомикозах, дерматомикозах, онихимикозах и других поражениях кожи.

В качестве антихолинэстеразного средства сангвиритрин назначают для лечения детей и взрослых при миопатии и различных нарушениях, связанных с заболеваниями нервной системы (полиомиелит, детские церебральные параличи и другие).

При наружном применении противопоказано употребление препарата при грибковых поражениях с экзематизацией! При внутреннем применении противопоказаниями являются эпилепсия, гиперкинезы, бронхиальная астма, стенокардия, заболевания печени и почек – если есть функциональные нарушения этих органов.

Другие свойства

Сангвиритрин входит в состав лечебно-профилактической зубной пасты; зубного эликсира для ухода за полостью рта; гигиенического лосьона для ухода за кожей лица и других косметических и лекарственных средств.

Как использовать

Дерматозы, дерматомикозы, пиодермия, бородавки . Взять свежую надземную часть маклей, выжать сок. Наносить сок несколько раз в день на пораженные места.

Пародонтит, стоматит, гингивит . 1 ст. л. травы маклей залить стаканом кипятка, варить 5 мин, настоять 1 час, процедить. Полоскать ротовую полость несколько раз в день.

Маргаритка многолетняя (*Bellis Perennis L.*)

Семейство астровые (сложноцветные).

Научное родовое название произошло от греческого слова «bellus», что означает «прекрасный» и дано за очаровательные соцветия.

В народе зовут марточка, бархатный цвет, скороспелки-цветы, стокротка.

Это нежное растение является символом чистоты и невинности. В Средние века душевнобольных лечили настойкой маргариток, при этом считалось, что если больной не исцелится через 15 дней, то Господь призовет несчастного к себе.

Распространение и места обитания

Преобладает на сырых лугах, в лесу, лесных лужайках, часто как одичавшее растение. Встречается в западных районах европейской части России, на Кавказе.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение, культивируемое как двулетнее, высотой до 30 см. Листья лопатчатые или продолговато-яйцевидные с тупой верхушкой и крылатым черешком, собраны в прикорневую розетку, которая развивается в первый год после посева. Цветоносы многочисленные, безлистные, щетинисто-опушенные, вырастают на второй год. Соцветия – корзинки, белые, розовые или красные, 3–8 см в диаметре, с крупными язычковыми или трубчатыми цветками, расположенными по периферии, и мелкими трубчатыми, золотисто-желтыми – в центре. Семена мелкие, плоские, овальные, желтые. Цветет в конце мая – июле. Семена созревают в августе – сентябре.

Сорта отличаются окраской цветка (белые, розовые, красные, оранжевые, желтые и др.), степенью махровости соцветия (махровые, полумахровые и простые), величиной соцветия (от мелких – 2–4 см в диаметре, до крупных – более 6 см в диаметре).

Действующие вещества

Все части растения содержат тритерпеноиды (байогенин, хедерагенин, полигаловая (виргауреагенин G), эхиноцистовая, олеаноловая (виргауреагенин B) кислоты): в корневищах – до 7 %, стеблях – 3,1 %, листья – 4,3 %, соцветия – 5,98 %. Корневища содержат полиацетиленовые соединения (ацетат матрикарианола, матрикариаэфир, лахнофилумэфир и другие). В цветках найдены флавоноиды (космосин, апиин).

Применение в медицине

На Украине порошком соцветий лечат туберкулез легких, болезни почек, мочевого пузыря; наружно мазь наносят при костном туберкулезе; напаром соцветий делают подмывания при белях. При злокачественных опухолях пьют отвар маргаритки, одновременно смазывая опухоли наружно отваром или мазью из её соцветий. В Болгарии настой надземной части используют как отхаркивающее при бронхитах, слабительное – при запорах, при болезнях печени, подагре, ревматизме; наружно настой наносят при травмах, мастите, геморрое, фурункулезе.

В странах Западной Европы настой соцветий используют как отхаркивающее и противовоспалительное при кашле, бронхите и других болезнях дыхательных органов, как кровоостанавливающее средство – при легочных, маточных и почечных кровотечениях, болезнях мочевого пузыря, подагре, ревматизме, запорах. Наружно настой травы, соцветий и измельченные листья наносят при воспалении грудных желез, долго не заживающих ранах и язвах, фурункулах, воспалительных процессах кожи, при ревматизме и подагре.

Другие свойства

Экстракт соцветий – действенный инсектицид. Молодые листья съедобны, их добавляют в салаты и супы.

Как использовать

Раны, порезы . Взять свежие соцветия и листья, выдавить сок, наносить на пораженные участки 2–3 раза в день.

Кашель, бронхит, легочные, маточные кровотечения, подагра, ревматизм . 2 ч. л. надземной части маргаритки залить 1,5 стакана кипяченой холодной воды, настоять 2–3 часа, процедить. Пить по 1/2 стакана 3 раза в день.

Язвы, экземы, повреждения кожи . 2 ст. л. надземной части маргаритки залить 1 стаканом кипятка, настоять 1 час, процедить. Промывать пораженные места, делать примочки.

Переутомление, «весенняя усталость». Собрать свежие листья или всю надземную часть маргаритки многолетней, выдавить сок. Принимать по 1–3 ст. л. (разведя в 1/3 стакана воды) в течение 2 недель.

Как выращивать

Маргаритка любит открытые солнечные места, но может расти и при частичном затенении, особенно в полуденное жаркое время. Можно выращивать на любой садовой почве, но лучше растет и обильнее цветет на плодородных легких хорошо дренированных суглинках.

Необходимо проводить регулярный полив, особенно в жаркое и сухое лето, так как при недостатке влаги соцветия мельчают и теряют махровость. Чтобы продлить цветение обязательно нужно удалять отцветающие корзинки.

Размножается семенами, делением куста и черенкованием. Семена высевают в конце июня – начале июля на глубину 0,5 см. Всходы появляются через 7–10 дней, после пикировки их высаживают в августе на постоянное место. Всходы от самосева тоже можно пикировать и высаживать в цветники. Однако если для размножения использовать только самосев, то сортовые качества с годами исчезают – соцветия мельчают и из махровых становятся простыми.

Делением куста размножают обычно в августе – начале сентября, а также в апреле. Кустики делят на 4–6 частей, при этом у наиболее декоративных и здоровых экземпляров обрезают почти все листья, оставляя черешки, и до 5–8 см укорачивают корни (это способствует омоложению и лучшей приживаемости растений). Уже сформировавшиеся бутоны и цветки прищипывают.

Черенкование проводят в мае – июне, отделяя ножом мелкие боковые побеги с несколькими листьями, затем высаживают черенки на грядки с притенением. Растения укореняются через 2 недели и цветут на следующий год.

Мискантус (Веерник) китайский, или Китайский камыш (M. Sinensis Anderss. = M. Purpurascens Anderss.)

Семейство мятликовые (злаковые).

Научное родовое название происходит от греческих слов «mischos» – «ножка», и «anthos» – «цветок», и связано со способом прикрепления колосков.

Распространение и места обитания

Растет в зарослях кустарников, на лесных полянах, каменистых склонах, у дорог. В природе распространен на юге Дальнего Востока (Приморье, Сахалин, Курилы).

Ботаническое описание

Мощный, короткокорневищный, рыхлокустовый многолетний злак с прямостоячими, облиственными в нижней части стеблями высотой до 200 см. Листья линейные, до 1,5 см шириной, с толстым ребром посередине, жесткие, шершавые. Колоски одноцветковые, до 0,7 см длиной, собраны в рыхлых метелках с укороченной главной осью. У основания колосковой чешуи – длинные шелковистые волоски. Цветет в августе.

Выведено более 100 сортов, отличающихся формой и окраской соцветий – от чисто-белой и розовой до коричневато-бордовой, а также формой, размером и окраской листьев – от тонких, изящно изогнутых, до прочных, вертикальных, имеющих зеленую, желтоватую, розоватую, коричневатую окраску либо продольные или поперечные полосы белого, кремового или желтого цвета. Сорта также могут различаться по форме и размеру куста, приспособленности к разным условиям возделывания, устойчивости к неблагоприятным условиям среды и прочему.

Действующие вещества

Содержит азотосодержащие соединения. В подземной части найдены углеводы.

Применение в медицине

Описаны ещё в древнекитайской фармакопее «Бэнь-цао-ган-му». В китайской медицине подземная часть применяется как мочегонное и утоляющее жажду средство.

Другие свойства

Подземная часть пригодна для изготовления щеток. Стебли используют как сырье для технической целлюлозы. Стеблями и листьями покрывают крыши, набивают маты.

Как использовать

Цистит. 1 ст. л. корневищ мискантуса залить 300 мл кипятка, варить 30 мин, настоять 1 час, процедить. Пить по 50 мл 3–4 раза в день.

Как выращивать

Мискантус высаживают на открытых солнечных местах, так как при затенении он не цветет и соответственно менее декоративен. Можно выращивать и на переувлажненных участках, и на относительно сухих, правда в последнем случае растение не так сильно разрастается. Хорошо растет на различных типах почв, кроме песчаных и тяжелых глинистых.

Дикие видовые формы довольно морозоустойчивы, а некоторые очень декоративные сорта, в том числе большинство пестролистных, теплолюбивы и не выдерживают холодных зим.

Из-за агрессивности диких видовых форм необходимо контролировать разрастание корней в разные стороны, для этого в землю по периметру на глубину 10–15 см вкапывают ограничитель.

Размножают семенным и вегетативным (делением кустов) способом. Семена высевают под зиму на глубину 0,5 см. В этом случае растения зацветают на 3–4 год. Сортные признаки при семенном размножении не сохраняются, поэтому нужные сорта лучше всего размножать делением куста весной или в конце лета.

Мордовник (Echinops)

Семейство астровые (сложноцветные).

Родовое научное название: происходит от греческих слов «echinos» – «еж», и «opsis» – «похожий», и дано за колючие листочки оберток соцветий.

Как выращивать

Мордовник любит открытые солнечные места. Его выращивают на любых окультуренных почвах, но лучше всего подходят сухая, свежая, проницаемая, нейтральная или слабощелочная. Плохо реагируют на влажные, тяжелые почвы.

Уход очень прост: прополки, высокорослые экземпляры подвязывают, отцветшие соцветия необходимо срезать. Засухоустойчив.

Чаще всего размножают семенами. Сеют весной или под зиму на глубину 3–4 см после прогревания почвы в верхнем слое до температуры +12–14 °С. При весеннем посеве в грунт всходы появляются на 12–23 день. К концу 1-го года растение образует розетку листьев диаметром до 28 см. Сеянцы зацветают и дают плоды на 2-й год.

При уборке и очистке плодов мордовника необходимо работать в марлевой повязке, надевать защитные очки, а на руки – перчатки: чтобы предотвратить попадание мелких волосков от семян мордовника на кожу, в глаза, нос и рот. Волоски вызывают очень неприятные ощущения: зуд, жжение, постоянное желание чесаться, аналогичное состояние наблюдается у большинства людей при соприкосновении со стекловатой.

Мордовник обыкновенный, или русский (*Echinops Ritro L. (Echinops Ruthenicus Bieb.)*)

Распространение и места обитания

Встречается преимущественно в степной зоне южных районов европейской части России, на Кавказе, в южных районах Западной и Восточной Сибири. Растет на остепненных лугах, щебнистых склонах.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение с толстым, стержневым, маловетвистым корнем. Стебли в верхней части ветвистые, беловойлочные, достигают высоты 60-110 см. Листья дважды глубоко перистораздельные на ланцетные колючие доли, длиной до 20 см, сверху темно-зеленые, снизу беловойлочные. Цветки синие, собраны в крупные, шаровидные, многоцветковые (до 200 цветков) соцветия – головки. Плоды – продолговатая густоопушенная волосками семянка. Цветет в июле-августе, плодоносит в сентябре-октябре.

Есть сорта с разной окраской цветков (темно-голубой, ярко- и темно- синей и другой).

Действующие вещества

В плодах содержатся алкалоиды – до 2,3 % (эхинорин, эхинорамин, эхинопсин, α- и β-эхинопсин, эхинопсеин); жирное масло – до 28 %. В надземной части найдены флавоноиды (кверцетин, лютеолин, рутин и другие); алкалоиды; тритерпеноиды (β-амирин, ацетат лупеола), стероиды (стигмастерин, кампестерин, β-ситостерин), витамин С.

Применение в медицине

Народы горного Алтая лечат надземной частью эпилепсию и невроты.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Как использовать

Истощение, мышечная атрофия, неврит, парез, паралич, ослабление зрения, плохая слабость. 1 ч. л. измельченных семян мордовника залить 300 мл воды, варить 15 мин, настоять 2 часа, процедить. Пить по 2 ст. л. 4 раза в день.

Другой вариант: 1 ч. л. измельченных семян мордовника залить 100 мл водки, настоять 2 недели в темном месте, периодически перемешивая. Пить по 10–20 капель на прием за 15–20 мин до еды 2 раза в день.

Мордовник шароголовый (Echinops Sphaerocephalus L.)

В народе этот мордовник называют ежовником, синеголовником, травой колючей, чертополохом и чертогоном.

Распространение и места обитания

Встречается в центральных и южных районах европейской части России, на Кавказе, юге Западной Сибири. Растет по степям, оврагам, по лесным опушкам, зарослям кустарников на сухих местообитаниях, по обочинам дорог.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 2 м. Листья перисто-лопастные или раздельные на широкие крупнозубчатые или лопастные доли с колючками по краям, сверху зеленые и шероховатые от многочисленных волосков, снизу сероваточерные. Цветки – мелкие, светло-голубые (венчик цветков белый, а пыльники темно-голубые), собраны в шаровидные, до 5 см в диаметре соцветия. Плоды – густо опушенные, с хохолком из пленчатых щетинок семянки. Цветет в июле – августе, плодоносит в сентябре.

Есть сорта с белой окраской соцветий и красными стеблям.

Действующие вещества

Надземная часть – цветки, листья и стебли – содержат алкалоиды, витамин С. В плодах найдены алкалоиды – до 2,0 % (эхинопсин, эхинорин и другие); жирное масло – до 28 %.

Применение в медицине

Мордовник шароголовый ценят за мочегонные и потогонные свойства, считают полезным при заболевании кожи. В русской народной медицине отвар корней употребляют при перемежающейся лихорадке.

В научной медицине алкалоид эхинопсин используют при различных состояниях, сопровождающихся гипотоническим синдромом, при мышечной атрофии, периферических параличах, астенических состояниях, при атрофии зрительного нерва. Лечение эхинопсином эффективно при периферических параличах, в том числе при частичном перерождении мышц и параличе лицевого нерва (при давности заболеваний не более 2-х лет).

При клиническом изучении был выявлен стимулирующий эффект эхинопсина как у больных с астеническими состояниями, так и у практически здоровых людей при физической и умственной усталости.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Другие свойства

В Закавказье цветоложе соцветий используют в пищу.

Как использовать

Истощение, мышечная атрофия, неврит, парез, паралич, ослабление зрения, плохая слабость. 1 ч. л. измельченных семян мордовника залить 300 мл воды, варить 15 мин, настоять 2 часа, процедить. Пить по 2 ст. л. 4 раза в день.

Или 1 ч. л. измельченных семян мордовника залить 100 мл водки, настоять 2 недели в темном месте, периодически перемешивая. Пить по 10–20 капель за 15–20 мин до еды 2 раза в день.

Морозник, или Геллеборус (Helleborus)

Семейство лютиковые.

Происхождение родового названия неясно. Эти растения давно известны человеку и окружены многочисленными преданиями. Легенда гласит, что они были найдены около хлева, где родился Христос, и с тех пор как бы в память об этом событии морозники на юге цветут зимой; иногда их называют «розой Христа». Немецкое название морозника «nieswurz» происходит от «nies» – «чих» и «wurz» или «wurzel» – «корень». Действительно, высушенный и стертый в порошок корень возбуждает сильное чихание.

Род включает около 20 видов многолетних травянистых растений, растущих от центральной и южной Европы до Кавказа.

Как выращивать

Хотя морозники предпочитают полутененные места, прячась среди деревьев и кустарников, но хорошо чувствуют себя и на открытом солнце при регулярном поливе.

К почвам нетребовательны, но лучше растут на тяжелой суглинистой, слабокислой или нейтральной, умеренно влажной, богатой перегноем почве, с большим плодородным слоем.

Размножаются делением куста и семенами. Старые растения лучше делить и пересаживать рано весной или осенью. Однако после пересадки год болеют, плохо растут и часто не цветут. Семена высевают сразу же после созревания – в конце июня – июле. Следующей весной появляются многочисленные дружные всходы, и еще некоторое количество прорастает через год. Сеянцы пикируют в полутененные места в стадии одного – двух настоящих листочков, выдерживая дистанцию 20 см. На постоянное место высаживают через 3–4 года, в августе–сентябре. Сеянцы зацветают на 3–5 год, а некоторые сортовые формы могут начать цвести уже на 2-й год.

При ранневесеннем посеве семенам проводят двухэтапную стратификацию, сначала теплый, затем холодный период.

Морозник кавказский (Helleborus Caucasicus A. Br.)

В народе называют зимовник кавказский, черная чемерица, морозник.

Распространение и места обитания

В диком виде встречается на Кавказе. Растет в лиственных и хвойных лесах, на опушках.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 50 см. Прикорневые листья кожистые, зимующие, по 1–2 на длинных черешках, рассечены на 5–11 эллиптических, пильчатых сегментов до 15 см длиной. Цветки диаметром до 8 см, желтовато-зеленой или зеленовато-белой окраски с коричневатым оттенком расположены по 1–3 на цветоносах высотой до 50 см. Плод – листовка с прямым длинным носиком. Цветет в конце апреля – мае. Плоды созревают в июне – июле.

Действующие вещества

Подземная часть содержит буфадииенолиды (корельборин К – до 0,05 %, геллебрин-корельборин П); стероидные сапонины. В листьях найдены стероидные сапонины (смилагенин – до 0,1 %); витамин С.

Применение в медицине

На Кавказе отваром подземной части растирают больные места при ревматизме; в отваре купают детей, больных оспой. Корневище с корнями служило источником сырья для получения препаратов, разрешенных для применения в научной медицине СССР для лечения сердечно-сосудистой недостаточности I и II степени. Надземная часть оказывает антибактериальное действие. Корельборин П обладает кумулятивным действием, то есть при длительном приеме он накапливается в организме, возможен токсический эффект.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Другие свойства

Все растение используется в ветеринарии при простуде и вздутии живота.

Как использовать

Ревматизм. 1 ст. л. корневищ залить 0,5 л кипятка, варить 30 мин, настоять 1 час, процедить. Применять для растираний больных мест.

Морозник абхазский (Helleborus Abchasicusa. Br.)

Распространение и места обитания

Растет в лесах, на опушках, в нижнегорном поясе. В диком виде растет в Западном Закавказье.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 50 см. Прикорневые листья кожистые, голые, темно– или фиолетово-зеленые, на длинных черешках. Цветки темно-красные до 8 см в диаметре, иногда с темными крапинками расположены на пурпурно-красных цветоносах высотой до 40 см. Цветет в апреле-мае, плодоносит в июне-июле. Есть садовые формы.

Действующие вещества

Подземная часть содержит стероиды – до 2,9 % (ситостерин, эфиры стерина);

буфадииенолиды (корельборин К – до 0,65 %, геллебрин-корельборин П – до 0,16 %); жирное масло – до 18 %. В листьях найдены стероидные сапонины (смилагенин – до 0,1 %); γ -лактоны (ранункулин – более 0,1 %, витамин С. Цветки содержат стероидные сапонины (смилагенин), флавоноиды.

Применение в медицине

На Кавказе в отваре купают детей, больных оспой. Жирное масло из подземной части подавляет рост клеток некоторых злокачественных опухолей.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Мускари, или Мышиный гиацинт, или Гадючий лук (Muscari)

Семейство гиацинтовые.

Родовое научное название дано за запах цветков, напоминающий запах мускуса.

Как выращивать

Прекрасно растет на солнечных местах и в полутени. Выращивают на дренированных слабокислых окультуренных почвах. Нельзя высаживать в низинах, так как растение не выносит продолжительного застоя воды.

Неприхотлив в уходе. Очень хорошо отзывается на органические удобрения. В период цветения требует довольно много влаги и, наоборот, в период покоя любит сухую среду.

Размножаются многочисленными дочерними луковичками, которые высаживают на глубину 6–8 см на расстоянии 4–5 см друг от друга. Растения пересаживают через 5–7 лет. Собранные семена высевают сразу после сбора, потому что они быстро теряют всхожесть, но мускари прекрасно размножается и самосевом. Сеянцы зацветают на 3-й год.

Мускари армянский, или Колхидский (Muscari Armeniacum Leichtl. Ex Baker = M. Colchicum Grossh. = M. Sinlenisil Freyn.)

Распространение и места обитания

Растет в кустарниках, на скалах, лугах. Встречается на Кавказе.

Ботаническое описание

Многолетнее луковичное растение. Длина луковички – 2,5–3 см, диаметром – до 2,2 см. От 3 до 7 листьев длиной 15–20 см и шириной 0,5–0,8 см у основания, кверху постепенно суживаются. Цветонос до 20 см длиной, с многоцветковым, почти шаровидным соцветием. Цветок бочонковидной формы, с заметной перетяжкой у зева, ярко-голубой, с белыми зубцами. Верхние цветки в соцветии стерильные, более светлые. Цветет в мае.

Сорта отличаются сроками цветения, высотой, степенью махровости и окраской цветка.

Действующие вещества

Подземная часть содержит флавоноиды (гомоизофлаваноны). В надземной части найдены флавоноиды (апигенин и его гликозиды, лютеолин). Семена содержат сапонины.

Мускари гроздевидный (Muscari Botryoides (L.) Mill.)

Распространение и места обитания

Растет в дубовых лесах, на травянистых, каменистых склонах. Встречается на Карпатах.

Ботаническое описание

Многолетнее луковичное растение высотой до 30 см. Луковица длиной 1,5–3,5 см и диаметром 0,8–2,5 см. От 2 до 6 листьев, длиной 10–12 см и шириной 0,4–0,6 см. Цветок бочонковидный, синий, с легким фиолетовым оттенком, с белыми зубцами. Цветонос длиной 10–12 см, несет многоцветковое соцветие. Мелкие цветки собраны в кисти, которые меньше и уже, чем у мускари армянского (*M. armeniacum*). Цветет в мае.

Есть садовые разновидности с белыми и розовыми цветками.

Действующие вещества

Надземная часть содержит флавоноиды.

Применение в медицине

Подземная часть используется как мочегонное, рвотное средство. Листья проявляют антибактериальную активность.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Мыльнянка лекарственная (*Saponaria Officinalis* L.)

Семейство гвоздичные.

Научное родовое название происходит от латинского слова «sapo» – мыло, по способности корней этих растений образовывать пену.

В народе называют белой гвоздикой, мыльником, мыльницей, мыльным корнем, кукушкиным мылом, татарским мылом, собачьим мыло.

Распространение и места обитания

Растет в лесах, зарослях кустарников, в долинах рек. Встречается в центральных районах европейской части России, на Кавказе, юге Западной Сибири.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 90 см, растущее в виде рыхлого, расплзающегося куста. Листья острые, овально-ланцетные или эллиптические, 5–12 см длиной, с тремя жилками. Цветки крупные, на коротких цветоножках, белые или розовые, лепестки с цельным или выемчатым отгибом до 3 см в диаметре, душистые. Соцветие – рыхлая щитковидная метелка, плод – коробочка. Цветет в июне – августе, плодоносит в августе-сентябре.

Есть махровая разновидность (*var. flore plena hort.*).

Действующие вещества

Корни содержат углеводы (генциобиоза, сапонароза, олигосахарид В); тритерпеновые

сапонины – до 20 % (гликозид гипсогеновой кислоты, сапонарозид, сапоназиды А и D, сапорубин, сапониновая кислота). В надземной части найдены сапонины тритерпеновые (гипсогенин). Листья содержат алкалоиды, витамин С, флавоноиды (витексин, сапонарин, сапонаретин). В семенах и цветках присутствуют сапонины.

Применение в медицине

Прекрасное средство против сухого кашля. Отвар корневищ используют как отхаркивающее при легочных заболеваниях, а также как потогонное, противоревматическое средство. Настой корневищ пьют при болезнях желудка и кишечника, особенно при метеоризме (вздутии живота), тошноте, болезнях печени, селезенки, а также при ревматизме, подагре и заболевании суставов. Часто настой корневищ и корней пьют при кожных заболеваниях, связанных с нарушением обмена веществ: различные сыпи, чешуйчатый лишай, фурункулез, диатез.

Примочки из отвара корневищ делают при чесотке, язвах, фурункулах; им полощат ротовую полость при зубной боли. Корневища были включены в I–IV издания отечественной фармакопеи и официнальны в ряде зарубежных стран. Надземная часть используется как мочегонное средство и при кожных заболеваниях.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Другие свойства

Корневища применяются в ветеринарии при лечении болезней кишечника и как противоглистное средство. На Кавказе ими для обезжиривают пряжу при окраске шерсти и шелка. Надземная часть используется во Франции как инсектицид.

Как использовать

Кашель сухой, метеоризм, фурункулез, диатез . 1 ч. л. корней залить 1 стаканом холодной кипяченой воды, настоять 5–6 часов, процедить. Пить по 1/4 стакана 4 раза в день.

Грибок на ногах, чешуйчатый лишай . 1 ч. л. корней залить 1 стаканом кипятка, варить на слабом огне 3 мин, настоять 6 часов, процедить. Обмывать пораженные места, делать примочки.

Импетиго заразное (болезнь кожи). 30 г листьев мыльнянки залить 1 л кипятка, варить 3 мин, отвар слить в другой сосуд. Взять свежий лист лопуха, измельчить, залить горячим отваром мыльнянки, довести до кипения, процедить. Делать теплые компрессы несколько раз в день.

Подагра, дерматит, фурункулез . 2 ст. л. корней мыльнянки залить 200 мл кипятка, варить 10 мин, настоять 2 часа, процедить. Использовать для примочек и компрессов на больные места.

Как выращивать

Мыльнянку высаживают на открытых солнечных местах, можно с легким затенением. Выращивают на дренированных, умеренно плодородных, нейтральных почвах. Растение не переносит переувлажненных и тяжелых почв. Уход заключается в рыхлении, удалении сорняков, обрезке отцветших цветоносов.

Размножается семенами и вегетативно (делением куста и зелеными черенками). Семена высевают весной на глубину 0,5–1 см. Всходы появляются через 14–20 дней. Растения зацветают чаще всего на 2-й год. Деление куста проводят в апреле и в конце августа – в сентябре. Верхушки молодых побегов весной и летом можно черенковать.

Настурция большая (Tropaeolum Majus L.)

Семейство настурциевые.

Научное родовое название происходит от латинского слова «trophae» – «маленький трофей», связано со шлемовидной формой некоторых частей цветка и щитовидным листьям, так как шлемы и щиты побежденных врагов в Древнем Риме вывешивались на колоннах – «tropaeolum», которые в ознаменование победы устанавливали римские воины на поле брани.

Настурция имеет и еще одно имя – капуцин, которое прижилось в основном в Германии. Своеобразная форма шпорца цветка послужила отправной точкой для этого названия – «салат капуцинов» (kapuzinerkresse). Капуцин и капюшон – слова-братья, и католический орден капуцинов получил свое название от саррисио – остроконечного капюшона, неизменного атрибута одеяния монахов.

Распространение и места обитания

Происходит из западных районов Южной Америки (от Колумбии до Перу).

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение, культивируемое как однолетнее. Стебли стелющиеся, сильно разветвленные, сочные, хрупкие, голые, до 250 см длиной или прямостоячие (слегка стелющиеся) высотой до 70 см. Листья округлые, неравнобокие, щитовидные, довольно крупные, до 8 см в поперечнике, сверху светло-зеленые, снизу сизые, на длинных черешках. Цветки простые или махровые, с приятным ароматом, желтые, оранжевые, ярко-красные, коричнево-красные, розовые, бархатистые, с желтой или оранжевой чашечкой. Шпорцы длинные, чуть изогнутые. Цветет обильно с июня до заморозков. Семена созревают в августе – сентябре.

Многочисленные сорта отличаются окраской и степенью махровости цветка, есть пестролистные разновидности.

Действующие вещества

Надземная часть – один из лучших источников эруковой кислоты, бензилизотиацианатов (глюкотропеолин и другие). Содержит также витамин С, флавоноиды (изокверцетин, кемпферол и прочие).

Применение в медицине

Европейцы используют настой надземной части как сильное антимикробное средство – для дезинфекции мочевых путей свойства, а также при кандидозе, дисменорее, туберкулезе. Боливийцы принимают ванны с отваром листьев при миалгии и ревматизме. Народы Америки употребляют настой надземной части и цветков при бронхитах и кашле, при круглых глистах, как хорошее мочегонное средство. Отвар надземной части используют для промываний и примочек при алопеции, афтах (язвочки во рту), гингивите, подагре, головной боли, геморрое, ангине, стоматите.

Большие дозы могут вызвать покраснение слизистых оболочек и кожи.

Другие свойства

Цветки, листья, семена часто употребляют в пищу; соленые незрелые семена считаются хорошей альтернативой каперсам. На цветках настурции настаивают уксус, их фаршируют

различными начинками, а также используют как съедобное украшение в салатах, супах и напитках. Высушенные, очищенные и размолотые семена обладают пряным перечным вкусом и используются в качестве приправы к самым разнообразным блюдам. Жители Перу кормят своих цыплят надземной частью для профилактики.

Как использовать

Запоры. Взять сушеный плод настурции, измельчить. Принять половину плода после еды.

Афты (язвочки во рту), гингивит, ангина, стоматит . Взять 30 г свежих листьев, залить 1 л кипятка, настоять 30 мин, процедить, добавить 30 г свежесжатого сока из надземной части настурции. Полоскать 4–5 раз в день.

Чирьи, нарывы . Измельчить свежую надземную часть растения, кашицу положить на больное место, сверху закрыть бинтом.

Остеопороз. 30 г листьев настурции залить 1 л кипятка, настоять 10 мин, процедить. Пить по 150 мл 3–4 раза в день.

Инфекция мочевых путей у детей . 10–20 свежих листьев настурции большой измельчить, смешать с 1 ч. л. лимонного сока и 1 ч. л. оливкового масла, сразу дать ребенку. Так делать ежедневно в промежутке между обедом и ужином в течение двух недель.

Как выращивать

Предпочитают солнечные, открытые места. Растения теплолюбивы. Их выращивают на слабокислых, среднесуглинистых, умеренно плодородных и влажных почвах.

Необходимо подкармливать до цветения фосфорно-калийными удобрениями. Однако при избытке удобрений, особенно органических и азотных минеральных, растения образуют крупные темно-зеленые листья и плохо цветут. До цветения необходим регулярный полив, но после начала цветения поливают только при пересыхании почвы.

Размножается семенным путем и вегетативно. Семена для более раннего цветения высевают в конце апреля – начале мая в горшки по 3 штуки. Всходы появляются через две недели. Посадку в грунт проводят только с земляным комом в конце мая – начале июня. В середине мая семена можно высевать прямо в грунт по 3 шт, на глубину 0,5–1 см. Вегетативным путем (черенками) размножают новые, особенно махровые сорта. Черенки срезают в июне – августе. Они хорошо укореняются в воде и во влажном песке.

Нивяник обыкновенный (*Leucanthemum Vulgare (Vaill.) Lam.*)

Семейство астровые (сложноцветные).

Научное родовое название происходит от греческих слов «leukos» – «белый» и «anthemon» – «цветок», дано по окраске краевых язычковых цветков в соцветии.

Всем известная белая садовая ромашка, ее называют еще ромашка луговая, поповник, ромашка большая, зубная трава, а в США – ромашка воловий (бычий) глаз.

Распространение и места обитания

Растет на лугах, лесных полянах, среди кустарников, до среднегорного пояса. Встречается в европейской части России, на Кавказе, на юге Сибири.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 90 см. Нижние стеблевые листья продолговатые, обратнояйцевидные, цельные; верхние – продолговатые. Соцветия –

одиночные корзинки 6–7 см в диаметре. Краевые цветки однорядные, язычковые, белые; срединные – трубчатые, мелкие, желтые. Цветет в конце мая – июле. Семена созревают в августе – сентябре.

Имеет садовые формы и сорта, различающиеся по высоте растения (от 40 см до 100 см), степени махровости и размеру соцветий.

Действующие вещества

Растение содержит каучук. В цветках найдены углеводы (сахароза, глюкоза, фруктоза); стероиды (этилиденфенол); кумарины (умбеллиферон, скополетин); флавоноиды (апигенин и его глюкозиды).

Применение в медицине

Настой и отвар надземной части ценят за противовоспалительное, спазмолитическое, седативное и слабительное свойства. Их пьют при колитах, болях в желудке, желудочных и кишечных коликах, хроническом запоре, геморрое, гельминтозах. Отвар и настой травы используют при диатезе, туберкулезе легких, респираторных инфекциях, лихорадке, энурезе, головной и зубной боли, неврозах. Ванночки и спринцевания из настоя надземной части употребляют при диатезе и женских болезнях, болезнях глаз. Порошок и мазь на животном жиру из листьев применяют для лечения чесотки, кожных заболеваний. Отвар соцветий используется при гонорее, как мочегонное, ранозаживляющее, антиспастическое средство.

В Северной Америке индейцы используют настой надземной части в качестве жаропонижающего, тонизирующего средства, при проблемах с кожей (для потрескавшихся рук).

Другие свойства

Молодые стебли и листья добавляют в салаты. Медонос. Соцветия дают желтую краску, являются инсектицидом для блох и других бытовых насекомых.

Как использовать

Колиты, боли в желудке, колики в желудке и кишечнике, запор . 2 ч. л. надземной части нивяника залить 1 стаканом кипятка, настоять 4 часа, процедить. Пить по 1 ст. л. 3–4 раза в день.

Диатез . 2 ст. л. надземной части нивяника залить 1 стаканом кипятка, настоять 4 часа, процедить. Обмывать пораженные места, делать примочки.

Чесотка, кожные заболевания . 100 г листьев и соцветий нивяника измельчить в порошок, добавить 100 г несоленого сливочного масла, тщательно перемешать в емкости, поставленной в теплую воду. Наносить на пораженные места.

Как выращивать

Нивяник хорошо растет на открытых местах с достаточным освещением. В тени растения значительно хуже развиваются и цветут. Предпочитает слабокислые, плодородные, окультуренные на глубину 25–30 см, увлажненные и хорошо дренированные почвы. На бедных почвах, а также при недостатке увлажнения цветы мельчают. Но при переувлажнении часто болеет грибковыми заболеваниями.

Уход включает полив в сухое и жаркое время, особенно перед цветением, регулярное (раз в 3–4 года) деление куста. Нивяник хорошо реагирует на внесение органических и минеральных удобрений, которые добавляют на 2-й год до цветения. После цветения побеги

необходимо срезать, так как они быстро засыхают и портят внешний вид растения. В благоприятных условиях нивяник обыкновенный может цвести дважды.

Размножается семенами и вегетативно (делением корневищ и черенками). Семена высевают рано весной или под зиму на глубину 0,5–1 см. При весеннем посеве всходы появляются через 18–20 дней. Сеянцы зацветают на 2-й год.

Вегетативно размножают чаще всего махровые формы. Кусты делят на 3–4-й год, так как при более длительном росте растений их соцветия мельчают. Деление производят весной (в апреле – мае), на деленки с 2–3 почками. При осеннем делении и посадке много растений погибает после зимовки. Для черенкования используют мелкие прикорневые розетки, срезая их так, чтобы листья не разваливались, и помещают во влажный субстрат. Они лучше укореняются во второй половине лета.

Орляк обыкновенный (*Pteridium Aquilinum* (L.) Kuhn)

Семейство гипопецисовые.

Научное латинское название рода происходит от греческого слова «pteris» – «крыло». Видовое научное название происходит от латинского «aquila», что означает «орел». Кроме того, если косо срезать черенок листа у основания, то очертания проводящих пучков напоминает двуглавого орла, отсюда и название.

Распространение и места обитания

Растет в хвойных и смешанных лесах, среди кустарников, на лесных опушках, лугах, гаях. Встречается почти по всей территории Европейской части России, Западной и Восточной Сибири, Дальнего Востока и Кавказа.

Ботаническое описание

Многолетний быстро разрастающийся, образующий сплошной покров папоротник, высотой до 1,5 м. Корневище длинное, тонкое, ветвящееся, деревянистое, черное. Вайи (листья) одиночные, дельтовидные в очертании, дважды-триждыперистые, горизонтально расположенные, плотные, светло-зеленые, жесткие, длиной 50–70 см. Черешки прочные длинные. Спороносить в июне – августе.

Действующие вещества

Надземная часть содержит тритерпеноиды, стероиды (ситостерин); флавоноиды (гликозиды кемпферола и кверцетина). В листьях найдены углеводы и их производные (галактоза, ксилоза, фукоза, арабиноза и другие); сексвитерпеноиды (птаквилазид); стероиды (экдистерон – до 0,08 %); фенолкарбоновые кислоты и их производные (коричная, бензойная, п-кумаровая, кофейная, феруловая, гидроксibenзойная, п-протокатеховая, ванилиновая); около 20 каротиноидов (α -каротин, β -каротин, β -криптоксантин, лютеин, зеаксантин, антраксантин, родоксантин); липиды (фосфолипиды, гликолипиды).

В корневищах обнаружены углеводы (довольно много крахмала, а также имеются галактоза, ксилоза, фукоза, арабиноза и другие); стероиды (экдистерон); сексвитерпеноиды (птаквилазид); ароматические соединения (браксины A1 и A2); липиды (фосфолипиды, гликолипиды).

Применение в медицине

Используется в китайской медицине как мочегонное, жаропонижающее средство, при инфекционном гепатите. В народной медицине России отвар используют как

противокашлевое, слабительное, тонизирующее, ранозаживляющее средство. При ревматизме одновременно пьют отвар, а настойкой растирают больные места.

Отвар корневищ полезен при болезнях органов дыхания, как обезболивающее при болях в желудке и мышцах, головной боли, как вяжущее при диарее, инфильтрате селезенки. Наружно отвар и мазь из корневищ используют при экземе и абсцессах, алопеции, дерматите и другие.

В монгольской медицине листьями заживляют раны, их отвар пьют при лихорадке. В народной медицине отвар листьев употребляют при ревматизме, при диатезе у детей.

Взрослое растение ядовито, применять с осторожностью!

Другие свойства

Сухие и измельченные корневища добавляют в тесто при выпечке хлеба. Печеные – употребляют в пищу. В Японии и Китае корневища служат источником крахмала. Индейцы США плетут из них рогожи, сети, используют корневища как отделочный материал. Ими окрашивают шерсть в черный и различные тона желтого цвета.

Молодые черешки листьев до их разворачивания едят как овощ на российском Дальнем Востоке, в Японии, Корее, Китае, на островах Полинезии – в варенном, жареном, соленом и маринованном виде.

В ветеринарии листья дают курам в составе корма при эпидемических заболеваниях. Взрослые листья являются хорошим антисептическим материалом для упаковки овощей и фруктов. Индейцы США использовали их для изготовления зонтиков и кровли. Ими можно окрашивать шелковые ткани в оливковый и зеленый цвет различных оттенков.

Можно использовать как репеллент от клопов, мух, тараканов и пауков.

Как использовать

Раны, нарывы, экзема. Выдавить из свежих вай орляка сок. Наносить несколько раз в день на пораженные места.

Ожоги, раны. Измельчить вайи орляка в порошок. Применять в виде присыпки на пораженные места.

Радикулит, ревматизм. Большой тканевый мешок набить свежими вайями (листьями) орляка. Когда температура в мешке поднимется из-за самосогревания зеленой массы, туда сажают больного. Курс 3–5 раз.

Как выращивать

Орляк предпочитает полутененные места, прячась под кронами деревьев и кустарников, особенно красиво он смотрится под соснами. Растение довольно агрессивное, может быстро захватывать окружающее пространство, поэтому необходимо окапывать его границы и закладывать в канавки какой-нибудь материал, препятствующий разрастанию корневищ (куски шифера, рубероида и тому подобное). Хорошо растет на бедных, легких по механическому составу, рыхлых песчаных почвах и совершенно не страдает от засухи.

Размножается спорами и отрезками корневищ в конце лета. Корневища размером 8–15 см сажают на глубину 5–7 см, обильно поливая. Споры высевают поверхностно в ящики дома или на улице в тени, поддерживая во влажном состоянии верхний слой. Через 1 год растения высаживают на постоянное место. В первые годы после посадки растет медленно и слабо.

Очиток, или Седум (Sedum)

Семейство толстянковые.

Научное родовое название происходит от латинского слова «sedo» – «утихать», так как сочные листья отдельных видов раньше использовали как болеутоляющее средство. По другой версии, от слова «sedeo» – «сидеть»: растения плотно прижимаются к почве, «сидят».

Как выращивать

Очиток высаживают на открытых солнечных местах, так как он исключительно светолюбив и мирится лишь с небольшим затенением; окраска листьев многих видов на солнце более яркая и сочная, некоторые даже приобретают характерный румянец или загар. В условиях недостаточной освещенности они перестают цвести и сильно вытягиваются, теряя свой вид так, что их невозможно узнать. Очитки следует размещать так, чтобы их осенью не засыпала листва деревьев.

Стелющиеся виды выращивают на хорошо дренированной, любой окультуренной почве – обычной, средней тяжести, суглинке, так как они очень неприхотливы. Минеральных удобрений вносить не следует. Очиток обыкновенный хорошо отзывается на подкормки, особенно азотными удобрениями или навозом, проводимые рано весной.

Уход заключается в регулярном (1 раз в 3–6 лет) делении или пересадке для поддержания ровных ковров, удалении старых побегов и подсыпке свежего субстрата. Длинные оголившиеся стебли очитков, таких как очиток ложный, можно присыпать листовым перегноем в начале или в конце сезона. Необходимы частые и очень тщательные прополки, так как седумы совершенно неконкурентоспособны по отношению к сорнякам. Практически все очитки и очитники чрезвычайно засухоустойчивы, так что поливать их следует только в совсем засушливое лето и, конечно же, в первое время после посадки.

Размножаются семенами и вегетативно (делением куста и черенками). Семена сеют поверхностно весной или под зиму, в плоские или ящики, которые вкапывают в грядку или ставят в теплицу. Всходы очень мелкие. При появлении 1–2 настоящих листочков их пикируют в ящики или на грядки. Молодые растения зацветают на 2–3 год. Четырех–пятiletние кусты делят в конце лета или весной на деленки с 2–3 почками, отрезком корневища и корнями.

Самый быстрый, легкий и надежный способ размножения – черенкование. Особенно часто он используется для размножения стелющихся очитков, так как их побеги образуют воздушные корешки, которые, соприкасаясь с почвой, быстро укореняются. Все, даже самые маленькие отрезки побегов, упавшие на грядку во время деления и пересадки, могут укорениться.

У очитка обыкновенного в фазу цветения нарезают стеблевые черенки длиной 10–15 см и укореняют во влажном песке. Через 20–30 дней они укореняются.

Очиток обыкновенный, или Телефиум (*Sedum Telephium* L.)

Ряд ученых этот вид и другие прямостоячие очитки выделяют в отдельный род *hylotelephium* (очитник).

В народе его называют заячьей капустой, живой травой, живой водой, скрипуном, толстолистником.

Распространение и места обитания

Встречается во многих областях европейской части России, Западной и Восточной Сибири, Дальнего Востока. Растет на песчаных почвах, в сосновых лесах, среди кустарников, в поймах рек, на лугах и лесных полянах.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 60 см. Корни клубневидные, шаровидно-утолщенные. Стебли одиночные или по несколько, светло-зеленые, часто изогнутые в основании. Листья супротивные, овальные, мясистые с сизым налетом. Цветки розовые или бледно желтые, собраны в густые щитковидные или рыхлые метельчатые соцветия. Цветет в июле – октябре. Семена созревают в сентябре – октябре.

В природе встречаются несколько подвидов, выведены сорта, различающиеся окраской цветков (зеленовато– или желтовато-белые), стеблей (зеленые, красные, пурпурные и другие), листьев (зеленые, серо-зеленые, голубовато-зеленые, красноватые и другие).

Действующие вещества

Надземная часть содержит углеводы (глюкоза, фруктоза, сахароза и другие; органические кислоты – до 6 % (щавелевая, лимонная, яблочная, янтарная, фумаровая и др.), алкалоиды, витамин С, арбутин, фенолкарбоновые кислоты (галловая), кумарины, флавоноиды (кемпферол, кверцетин, изокверцирин и другие).

Применение в медицине

В тибетской медицине надземной частью лечат туберкулез легких, пневмонию, заболевания почек, анорексию, используют как ранозаживляющее и мочегонное средство. В народной медицине отвар и настой надземной части применяют как кровоостанавливающее при метроррагиях, геморрое, а также как тонизирующее, противовоспалительное средство. Чай из стеблей и листьев пьют при злокачественных новообразованиях, астении, цинге, диарее, анемии, мочекаменной болезни, при болезнях почек и мочевого пузыря, простудных заболеваниях. Припарки на воде или молоке из надземной части делают при артритах, ревматизме, подагре. В русской народной медицине настой травы пьют как тонизирующее, укрепляющее средство при общей слабости организма и особенно как хорошее наружное ранозаживляющее средство (не зря растение прозвали в народе живой водой).

Настой и отвар листьев пьют для усиления потенции, при туберкулезе легких, острых респираторных заболеваниях, цинге, водянке, ревматизме, желтухе, малярии, болезнях почек, эпилепсии, нервных заболеваниях. Настоем и отваром листьев промывают язвы, карбункулы, афты, кожные сыпи, делают клизмы при геморрое. Сок листьев или подземной части пьют для остановки крови при мено– и метроррагиях, а также как противоглистное и противоглистное средство. Им смазывают новообразования и раны, рот при молочнице.

Отвар подземной части применяется при импотенции, эпилепсии. Его наносят на ожоги, мозоли и бородавки.

Другие свойства

Молодые побеги и листья кладут в салаты, щи, используют для квашения.

Как использовать

Тонизирующее при общей слабости, импотенции . 1 ст. л. свежих листьев очитка обыкновенного залить стаканом кипятка, настоять 4 часа, процедить. Пить по 1–2 ст. л. 3–4 раза в день.

Ожоги, мозоли, бородавки, фурункулы, порезы, раны, геморроидальные шишки, мастит . Свежие листья очитка обыкновенного измельчить и наносить массу несколько раз в день.

Гнойные порезы, раны . 1 ст. л. свежих листьев очитка обыкновенного залить 1 стаканом кипятка, настоять 4 часа, процедить. Обмывать настоем пораженные места.

Боли в суставах при ревматизме и простуде . 3 ст. л. листьев очитка обыкновенного

завернуть в марлю, обварить кипятком. Прикладывать для обезболивания на проблемные места.

Очиток белый (Sedum Album L.)

Получил свое название за ароматные белые цветки. С применение в народной медицине связано множество народных названий – божий цвет, живая трава, мыльник, шестинедельник.

Распространение и места обитания

Растет на каменистых почвах, скалистых склонах, в среднегорном поясе. Встречается в европейской части России, на Кавказе.

Распространение и места обитания

Многолетнее, вечнозеленое, голое травянистое растение, образующее в вегетативном состоянии низкие коврики высотой до 20 см. Основания стеблей стелятся по земле и снабжены тонкими придаточными корешками. Вегетативные веточки короткие, со скученными толстоватыми овальными или эллиптическими маленькими тупыми листьями длиной до 1 см. Цветоносные побеги прямые, вертикальные, слегка краснеющие с толстоватыми листьями длиной до 1,5 см, более густыми в средней части цветоноса. Цветки белые, собраны в малоцветковые зонтики с завитками, образующие метельчатые соцветие. Цветет в июне – июле, плодоносит в августе – сентябре.

Сорта и формы различаются высотой (от 1 см до 20 см) и окраской листьев (зеленые, красные, оранжево-красные, розовые и другие).

Действующие вещества

Надземная часть содержит органические кислоты (лимонная, яблочная, щавелевая, янтарная, винная, аконитовая, фумаровая); алкалоиды – до 0,003 % (никотин); флавоноиды; лейкоантоцианы.

Применение в медицине

Листья применяют при цинге; измельченные листья в виде пасты прикладывают на язвы, нарывы.

Другие свойства

Листья используют в пищу как зелень, а также в салаты.

Как использовать

Язвы, нарывы. Свежие листья измельчить в пасту, нанести на пораженные места.

Очиток гибридный (Sedum Hybridum L.)

Распространение и места обитания

Растет на каменистых склонах, скалах, на песчаных, галечниковых береговых обрывах,

горных степях. Встречается на Урале, юге Западной Сибири, в Восточной Сибири.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение, образующее низкие коврики высотой 8-15 см. Корневища горизонтальные, слегка одревесневающие, шнуровидные, расположены неглубоко под землей. Стебли многочисленные, ветвящиеся, приподнимающиеся, 10–30 см высотой, зеленые, из них немногие цветоносные, остальные вегетативные. Листья очередные, зеленые, плоские, лопатчатые, в основании клиновидные, наверху туповатые, крупнозубчатые. Соцветие верхушечное зонтиковидное, состоящее из нескольких завитков. Цветки желтые. Цветет в июле-августе, плодоносит в августе-сентябре.

Действующие вещества

В подземной части найдены углеводы (глюкоза и фруктоза – 2,7 %, сахароза – 2 %, седогептулоза – 0,14 %); алкалоиды; фенолы и их производные (арбутин – 2,4 %); кумарины; дубильные вещества; антрахиноны. Надземная часть содержит органические кислоты (щавелевая, лимонная, яблочная); тритерпениды (олеаноловая кислота); стероиды (β -ситостерин); алкалоиды (седамин, седимин, метилизопельтерин); фенолы и их производные (арбутин – 1,8 %); кумарины (эскулетин); дубильные вещества – 1,2 %; флавоноиды (кемпферол, кверцетин, изокверцитрин, кемпферитрин, глюкозиды кемпферола и кверцетина); антрахиноны.

Применение в медицине

Экспериментально доказана способность экстракта стимулировать центральную нервную систему, тормозить развитие лейкоцитоза, оказывать противовоспалительное, нейротропное, адренопозитивное и антидепрессантное действие. Настой надземной части применяют при зобе, как кровоостанавливающее, тонизирующее центральную нервную систему, мочегонное, слабительное средство, также его используют при меноррагиях и желудочно-кишечных заболеваниях. Настоем надземной части промывают раны, ушибы, язвы, делают примочки.

Другие свойства

Листья являются кормом для рябчика и глухаря.

Как использовать

Тонизирующее, мочегонное, кровоостанавливающее . 1 ст. л. надземной части очитка гибридного залить стаканом кипятка, настоять 2 часа, процедить. Пить по 1–2 ст. л. 3–4 раза в день.

Ушибы, язвы, раны . 2 ст. л. надземной части очитка гибридного залить 1 стаканом кипятка, настоять 2 часа, процедить. Использовать для обмываний и примочек пораженных мест.

Очиток едкий (Sedum Acre L.)

Сок очитка способен вызвать на коже язвы, за это он и получил он свое название. За пользу чуть ли не при всех кожных болезнях, утоление боли и облегчение состояния при раке, с осторожностью относясь к его едкому, горькому целительному соку, жители многих районов России называли его множеством ласковых, а подчас и загадочных названий: дикий

перец, лихорадочная трава, прыщеница, румянило, чистик, ядренец и другие.

Распространение и места обитания

Растет на сухих песчаных, каменистых, слабо задернованных почвах, скалах, открытых склонах холмов, на прибрежных песках, суходольных лугах, в светлых лесах. Встречается в европейской части России, на Кавказ, в Западной Сибири.

Ботаническое описание

Многолетнее вечнозеленое травянистое растение высотой до 10 см, образующее почвопокровные дернинки до 20 см в поперечнике. Стебли ветвистые, округлые. Листья мясистые, темно-зеленые, расположены в очередном порядке, голые, продолговатые, до 0,6 см длиной. Цветки золотисто-желтые, до 1,5 см в диаметре, собраны в полузонтиковидные соцветия. Плод – коробочка с мелкими семенами. Цветет обильно в начале июня – июле. Плоды созревают в августе – сентябре.

Известны садовые формы с желтой листвой, меньших размеров.

Действующие вещества

Надземная часть содержит углеводы и родственные соединения (фруктоза, сахароза, седогептулоза и другие); органические кислоты (яблочная, лимонная, винная, янтарная, щавелевая, изолимонная – 3,8 %); алкалоиды – 0,27 % (седамин, никотин, седридин, изоседридин, сединин, сединон, изопельтьерин и еще 13 других); витамин С; фенолы и их производные; дубильные вещества – 12 %; флавоноиды (кемпферол, глюкозиды изорамнетина и госсипетина, рутин).

Применение в медицине

В Закавказье настой и мазь из подземной части наносят при скрофулезе. В народной медицине свежая надземная часть или сок (с растительными или животными жирами) используется при эпилепсии, цинге, лихорадке, анемии, желтухе, асците, для усиления перистальтики кишечника, атеросклерозе. Соком из надземной части мажут пораженные места при гангрене, инфицированные раны, гиперкератозы, язвы; его употребляют местно как болеутоляющее и ранозаживляющее средство при раке кожи, геморрое, переломах, дерматомикозах, для сведения бородавок, мозолей, веснушек. Настой, отвар надземной части (с молоком, пивом) пьют при цинге, астении, цистите, перемежающейся лихорадке, малярии, сердечно-сосудистых заболеваниях, гипертонии, а также как рвотное, мочегонное и слабительное средство.

Отвар из сухой травы принимают при анемии, желтухе, желудочно-кишечных заболеваниях, как возбуждающее средство; наружно делают ванночки при артритах. В Бурятии отвар надземной части употребляют внутрь при катаре верхних дыхательных путей, туберкулезе кожи, болезнях печени, желудочных коликах; делают примочки при фурункулезе, скрофулезе, экземе.

Свежие листья применяют при аменорее, дисменорее, как слабительное, мочегонное и рвотное средство. Порошок листьев или их сок (с медом и уксусом) употребляют при эпилепсии, желтухе, анемии, цинге, злокачественных язвах, карбункулах, как жаропонижающее, детоксикационное – при укусах бешеных собак.

Растение ядовито, при приеме внутрь соблюдать осторожность!

Другие свойства

Медонос, пергонос. Сок листьев – суррогат мыла.

Как использовать

Дерматомикозы волосистой части головы . Выжать сок из свежих листьев, смешать 1 ст. л. сока с 1 ст. л. растительного масла, втирать в волосистую часть головы в течение 10–12 дней.

Бородавки, мозоли, веснушки . Выжать сок из надземной части. Наносить на пораженные места несколько раз в день, пока мозоли, бородавки или веснушки не исчезнут.

Общая слабость, импотенция . Выжать из свежей надземной части очитка едкого сок, смешать с молочной сывороткой в соотношении 1:1. Пить по 1 ч. л. 2 раза в день в течение 2–3 недель.

Злокачественные новообразования, астения, импотенция . 1 ст. л. травы очитка едкого залить 1 стаканом кипятка, настоять 4 часа, процедить. Пить по 1/4 стакана 3 раза в день после еды.

Злокачественные новообразования, астения, импотенция . 1 ст. л. травы очитка едкого залить 1 стаканом кипятка, варить на слабом огне 5 мин, настоять до охлаждения, процедить. Пить по 1 ст. л. 3 раза в день после еды.

Очиток ложный (Sedum Spurium Vieb.)

Распространение и места обитания

Растет на каменистых и щебнистых склонах, субальпийских лугах в верхне- и среднегорном поясах. Встречается на Кавказе.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое вечнозеленое растение с ползучими, длинными корневищами. Стебли стелющиеся или приподнимающиеся, бесплодные, короче цветоносных, длиной 3–6 см, с более скученными листьями; цветоносные стебли длиной до 20 см, тонко-пушистые или шероховатые, со следами от опавших листьев. Листья мясистые, темно-зеленые, супротивные, яйцевидно-клиновидные, тонкопушистые, по краю реснитчатые. Цветки розовые или пурпурные, образуют щитковидное, густое соцветие. Плоды – прямые, красноватые, продолговато-яйцевидные листовки. Цветет в июле – августе, плодоносит в августе – октябре.

Выведено множество сортов с разнообразной окраской цветков (белые, ярко-розовые, пурпурные и другие) и листьев (зеленые, коричнево-лиловые, бронзовеющие, темно-красные, пестролистные и другие).

Действующие вещества

Надземная часть содержит углеводы (фруктоза, сахароза, седогептулоза); органические кислоты – до 13,9 % (лимонная, яблочная, янтарная, щавелевая, гликолевая, фумаровая, винная, аконитовая); алкалоиды – 0,02–0,08 %; витамин С; флавоноиды (гликозиды кверцетина и кемпферола).

Применение в медицине

Сок проявляет антивирусную активность.

Перилла кустарниковая нанкинская (*Perilla Frutescens* (L.) Britt. Var. *Nankinensis* (Lour.) Decne.)

Семейство яснотковые (зубоцветные).

Научное родовое название соответствует народному названию, пришедшему из Восточной Индии.

Распространение и места обитания

Растет по берегам рек, на влажных почвах, у жилья. Встречается как заносное одичавшее на Кавказе и Приморье. В диком виде растет в Гималаях, Китае, Японии.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое волосистое растение с сильным приятным запахом, выращиваемое как однолетнее. Стебли прямостоячие, разветвленные, опушенные, до 100 см высотой, густо облиственные, большей частью темно-пурпурный, покрытый длинными волосками. Листья расположены супротивно, многочисленные, на черешках, довольно крупные, широкоовальные, заостренные, по краю зубчатые, зеленоватые иногда с многочисленными пурпурными пятнами. Цветки мелкие невзрачные, неправильные, до 0,5 см в диаметре, располагаются попарно в пазухах прицветных листьев, образуя густое верхушечное, колосовидное соцветие. Плод сухой, распадающийся на четыре орешка. Цветет в августе – сентябре.

Есть разновидности с пурпуровыми, рассеченными или курчавыми листьями, почти черными, мелкими или очень крупными темно-красными, со светлыми пятнами.

Действующие вещества

Надземная часть содержит эфирное масло – до 0,19 % (в его составе перилловый альдегид, α -пинен, 1-лимонен, периллантин и другие); дубильные вещества – до 9,5 %. В семенах найдено жирное масло – до 49 % (олеиновая, линолевая, линоленовая и другие ненасыщенные жирные кислоты).

Применение в медицине

Листья или молодые облиственные побеги (в виде отвара и порошке) оказывают потогонное действие, лечат простуду, стимулируют работу желудка и считаются антитоксическим, болеутоляющим, успокаивающим, мочегонным, противодиарейным, противовоспалительным и потогонным средством. Отвар листьев назначают при обычной простуде (с кашлем и тошнотой), в качестве отхаркивающего при кашле различного происхождения, а также рвоте беременных, при отравлении рыбой или ракообразными.

Масло из плодов применяют при проказе. Плоды уменьшают одышку и кашель, улучшают отделение мокроты, расслабляют кишечник. Стебли применяют при тяжести в груди, боли под ложечкой (в эпигастрии), а также при отрыжке, рвоте, угрожающем аборте.

Другие свойства

Эфирное масло применяют в парфюмерной промышленности.

Как использовать

Простуда, кашель. Взять сухие молодые облиственные побеги или листья, измельчить в порошок, 1 ст. л. сырья залить стаканом кипятка, варить на слабом огне в закрытой посуде 5 мин, настоять 30 мин, процедить. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день в теплом виде.

Кашель с плохим отделением мокрот. Взять сухие плоды, измельчить в порошок. Принимать по 2–3 г 3 раза в день.

Диарея. Взять сухие молодые облиственные побеги или листья, измельчить в порошок, 1 ст. л. сырья залить стаканом кипятка, варить на слабом огне в закрытой посуде 10 мин, настоять 30 мин, процедить. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день в теплом виде.

Как выращивать

Перилла – теплолюбивое растение, предпочитает открытые и солнечные места. Ее выращивают на слабокислых и нейтральных, легких, плодородных почвах.

Уход заключается в прополке, рыхлении, поливе в сухое и жаркое время. В связи с тем, что растение хорошо переносит стрижку, можно формировать различные фигуры.

Размножается семенами, которые высевает во второй половине апреля, всходы появляются на 10-й день. Сеянцы пикируют в парники, ящики или кассеты. Для получения компактных, хорошо облиственных кустиков главный побег прищипывают. Рассадку высаживают на место после прекращения весенних заморозков, в конце мая– начале июня.

Пион уклоняющийся, или Марьин корень (*Paeonia Anomala L.*)

Семейство пионовые.

Родовое научное название дано по имени древнегреческого божества, отвратителя зла Пеана, который был врачом олимпийских богов. С помощью растения, полученного от матери Аполлона – Леты, он излечил самого Аида от ран, нанесенных ему Гераклом. Пеан так хорошо справлялся с обязанностями лекаря, что вызвал зависть своего учителя, бога врачевания Асклепия (Эскулапа). Последний решил отравить Пеана, но Аид в благодарность за исцеление превратил его в прекрасный цветок, напоминающий огромную розу.

Народное название «марьин корень», «марьи́на трава» этот вид пиона получил за широкое применение в народной медицине при женских болезнях.

Распространение и места обитания

Встречается в северных и северо-восточных районах европейской части России, на Урале, юге Западной Сибири. Растет в пойменных и разреженных лиственных и смешанных лесах, по опушкам, на таежных лугах, в горах.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 1–1,2 м с мощным укороченным многоглавым корневищем и длинными веретенообразными корнями. Многочисленные стебли, как правило, с одиночными цветками. Листья черешковые, темно-зеленые с дваждытройчатораздельной пластинкой, длиной до 30 см и почти такой же ширины. Доли ланцетовидные, неодинаковой ширины у разных популяций. Цветки крупные (диаметром до 10–12 см), с пятью пурпурно-розовыми лепестками и многочисленными желтыми тычинками. Плоды – листовки, наполненные черными крупными блестящими семенами. Цветет в мае – июне. Семена созревают в июле – начале августа.

Действующие вещества

Все части растения содержат эфирное масло – до 1,2 % в траве и 1,6 % в корнях, главным действующим веществом которого являются ароматическое соединение пеонол и метилсалицилат. Корни богаты сахарами (до 20 %), что придает им сладковатый вкус, также в них найдены свободные салициловая и бензойная кислоты, белки, есть свободные аминокислоты (до 300 мг/100 г), в том числе незаменимые – треонин, фенилаланин, лейцин, триптофан; дубильные вещества (8 %), пионофлуоресцин, гликозид салицин.

В надземной части содержатся гликозиды пеонифлорин и пеонилид.

Применение в медицине

Марьин корень очень популярен в народной медицине Сибири при женских болезнях, где его применяют в послеродовой период для восстановления сократительной деятельности матки, при эрозии и раке матки. Кроме того, им лечат диабет, дизентерию, атеросклероз, диарею, гастриты, язвы желудка и 12-перстной кишки, его используют как противовоспалительное при подагре и ревматизме, при нарушениях обмена веществ, карбункулах, диатезе и туберкулезе кожи, как тонизирующее средство, при раковых заболеваниях.

В монгольской медицине подземную часть употребляют при болезнях печени, почек, мочеполовой системы, задержке мочеиспускания, болезни Боткина, как противоядие при отравлениях, при болях в пояснице, чувстве слабости в ногах.

В научной медицине России настойку из равных по весу (1:1) сухих надземных и подземных частей пиона уклоняющегося (приготовленную на 70 % этаноле) используют как седативное средство при неврастении с повышенной возбудимостью, мнительности, бессоннице, органических заболеваниях нервной системы (энцефалиты и арахноидиты), а также ипохондрии в климактерический период. В результате у больных улучшается сон, уменьшается головная боль, повышается работоспособность.

Водный настой корневищ с корнями пиона повышает аппетит и кислотность желудочного сока, улучшает пищеварение, тонизирует сердце, усиливает половое влечение, благоприятно действует на почки, обладает обезболивающим действием.

Настойка пиона при пониженной и нулевой кислотности желудочного сока при язвенной болезни и гастритах способствует повышению и нормализации кислотности, исчезновению болей, улучшает аппетит и общее состояние больных.

Надземную часть и лепестки цветков в виде отвара и настойки применяют при нарушениях обмена веществ, эпилепсии. В монгольской медицине настойку семян на водке пьют при гастритах и маточных кровотечениях.

Семенами пиона и спиртовой настойка его корневищ лечат импотенцию. Настоем семян лечат цистит, моют голову для лучшего роста волос.

Другие свойства

Подземная часть используется в Сибири как приправа к мясным блюдам, в Казахстане ее добавляют в каши. Поджаренные корни служат заменителем чая.

Как использовать

Импотенция. По 50 г корневищ с корнями и травы пиона уклоняющегося залить 1 л водки, ежедневно перемешивая, процедить. Пить по 30–40 капель 3 раза в день. Курс лечения до месяца.

Неврастения, эпилепсия. 3 ст. л. лепестков цветков пиона уклоняющегося залить 0,5 л водки, настоять 20–30 дней, ежедневно перемешивая, процедить. Пить по 1 ч. л. 2–3 раза в день.

Улучшение пищеварения, тонизирующее, при импотенции. 1 ч. л. корней пиона

уклоняющегося залить 3 стаканами кипятка, настоять 30 мин, процедить. Пить по 1 ст. л. 3 раза в день за 10–15 мин до еды.

Как выращивать

Пион высаживают на открытых солнечных местах или в легкой полутени. Выращивают на хорошо дренированных, плодородных, суглинистых, слабокислых почвах. Не переносит застоя воды.

Уход заключается в подкормках минеральными и органическими удобрениями (начиная с 2–3 го года жизни); поливах в сухое и жаркое время, особенно рано весной, во время бутонизации и цветения и в августе, когда закладываются цветочные почки; мульчировании; отцветшие цветоносы срезают.

Сажают и пересаживают растения в конце лета – начале осени, в большие ямы размером 60х60х60 см. Их заполняют смесью перегноя или компоста, торфа, песка и огородной земли в равных частях, добавляют 250 г двойного суперфосфата или 500 г костяной муки, 1 ст. л. железного купороса, литровую банку древесной золы. Нельзя сажать или пересаживать растение слишком глубоко, так как при этом пионы могут не цвести, хотя и выглядят вполне здоровыми. Нельзя пересаживать взрослое растение целиком без деления. Такой куст на новом месте чаще всего плохо развивается, слабо цветет.

Размножается вегетативно (делением куста, корневыми черенками) и семенами. Наиболее прост вегетативный способ размножения, когда куст выкапывают в августе – сентябре и разрезают на части. На каждой делёнке должны быть 2–3 почки и часть корневища размером 10–15 см. Деленки дезинфицируют в течение получаса в темно-розовом растворе перманганата калия, а затем на 8–12 часов погружают в раствор регуляторов корнеобразования. Когда она обсохнет, срезы присыпают толченым углем. Также полезно обмакнуть делёнки в глиняную болтушку с добавлением медного купороса.

Самый высокий коэффициент размножения отмечен при использовании корневых черенков, когда посадочной единицей становится небольшой отрезок корневища со спящей почкой. Его отделяют от куста в июле, к сентябрю он укореняется. Но развиваются растения в этом случае медленно и зацветают на 5-й год.

В августе в грунт высевают свежесобранные семена, которые прорастают уже на следующий год весной. Старые семена прорастают только на 2-й или на 3-й год. Двухлетние сеянцы высаживают на постоянное место. Растения, выращенные из семян, зацветают на 4–5 год.

Подорожник большой, или Припутник, Придорожник (*Plantago Major L. S.* 1.)

Семейство подорожниковые.

Родовое научное название произошло от латинских слов, означавших «ступня» и «двигать», так как прижатые листья подорожника напоминают след ноги. По другой версии название означает «попираемый подошвой».

Научное видовое название подорожника переводится как «большой», так как есть другие виды этого рода с листьями меньших размеров.

Русские названия (лопух придорожный, припутник, придорожник) связаны с тем, что он растет дорог. Другая группа названий указывает на лечебные свойства листьев подорожника (опухольная трава, ранник, поризник, чирьевая трава, семижилник). Из-за содержания в семенах слизи при намокании они прилипают к обуви, лапам животных, благодаря чему подорожник очень широко распространился по всем континентам. В Северной Америке индейцы его называли «след белого человека», так как подорожник рос везде, где появлялись европейцы.

Распространение и места обитания

Встречается по всей территории России, кроме пустынных районов. Обычно растет на обочинах дорог, вблизи жилья, во дворах, на улицах, в садах, на пастбищах, на суходольных лугах, в посевах, на огородах.

Ботаническое описание

Многолетнее (иногда двулетнее) травянистое растение. Корневая система мочковатая; имеет короткое толстое, вертикально расположенное корневище от которого отходят многочисленные тонкие шнуровидные корни. Цветоносов до 10 шт., они тонкобороздчатые, голые, высотой до 35 см. Соцветие цилиндрическое, колосовидное при основании негустое, длиной 5–15 см. Листья находятся в прикорневой розетке, широкояйцевидные или широкоэллиптические, тупые, цельнокрайные, чаще всего голые, с 3–9 продольными дугообразными жилками и с расширенным, почти крылатым черешком. Цветки мелкие, невзрачные, с буроватым венчиком, сидят по одному в пазухах пленчатых прицветников. Плод – яйцевидная, раскрывающаяся поперек двугнездная коробочка. Цветет с мая – июня по август – сентябрь. Плоды созревают в августе – октябре.

Есть декоративная форма с ярко-пурпурными листьями.

Действующие вещества

Листья содержат полисахариды – до 20 %, гликозид аукубин – до 1 %, сорбит – 1,5 %, следы алкалоидов, дубильные вещества и горечи, слизь; витамин К, провитамин А, аскорбиновую кислоту, флавоноиды, фенолы, фенолкарбоновые кислоты и их производные. В семенах обнаружены стероидные сапонины, слизь (до 19,52 %), жирное масло (до 22 %), углевод плантеоза (0,16–0,17 %), протеин, аминокислоты.

Применение в медицине

Подорожник ценили многие врачи древности: Гиппократ, Цельс, Диоскорид, Плиний старший.

В народной медицине многих стран настоей и отвар листьев подорожника считается полезным при нефрите, энурезе, сибирской язве, раке легких, болезнях мочевого пузыря, геморрое, малярии. Как «кровоочистительное» средство настоей листьев пьют при различных кожных заболеваниях: нейродермите, угрях, сыпи, лишаях. В народной медицине России листья подорожника прикладывали к опухолям, чирьям и пузырям на ногах, когда стирали ноги во время ходьбы.

Индейцы Северной Америки иногда называли подорожник большой «перевязочная помощь», так как широко применяли его измельченные листья при лечении ушибов, язв, ран, фурункулов, ревматизма, опухолей, а также при змеиных укусах у людей и собак, укусах ядовитых пауков, москитов. Горячие листья подорожника индейцы прикладывали к заносам и колючкам, вонзившихся в стопы – для лучшего и скорейшего их извлечения из ног.

Настоей листьев способствует разжижению, растворению и выделению густой мокроты при кашле и применяется при различных заболеваниях органов дыхания с большим выделением слизистых мокрот: кашле, плеврите, туберкулезе легких, хроническом катаре бронхов и легких, коклюше и астме.

В научной медицине России настоей листьев подорожника большого в связи с его отхаркивающим действием используют как вспомогательное средство при бронхитах, коклюше, бронхиальной астме и туберкулезе. Сок свежих листьев эффективен при хронических гастритах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки с нормальной или пониженной кислотностью желудочного сока. При лечении соком листьев

подорожника ослабевают или даже проходят боли и диспепсические явления, улучшается аппетит.

Из водного экстракта листьев подорожника получают препарат плантаглюцид, который оказывает спазмолитическое, противовоспалительное, противоязвенное и ранозаживляющее действие, стимулирует выделение желудочного сока, повышает его свободную и общую кислотность.

Водный настой и свежий сок листьев подорожника способствует быстрому очищению и заживлению ран. Эти препараты применяют при ушибах, свежих порезах и ранениях, хронических язвах, свищах, нарывах и фурункулах.

Свежие измельченные листья и сок из них широко применяются в виде примочек, компрессов и промываний при ранах, в том числе гнойных, фурункулах, нарывах, ушибах, язвах, ожогах, укусах насекомых, мозолях.

В китайской медицине семена применяются как мочегонное при нефрите, сахарном диабете, при мужском и женском бесплодии, отвар считается полезным при болезнях глаз. В народной медицине отвар семян применяется как закрепляющее при диспепсии, диарее, дизентерии, плохой работе желудка, опухолях желудочно-кишечного тракта; порошок семян – как противовоспалительное средство при колитах, язве желудка и 12-перстной кишки.

Препараты из листьев подорожника большого противопоказаны при гиперацидных гастритах и язвенной болезни желудка с повышенной кислотностью!

Другие Свойства. В ветеринарии листья подорожника применяют как отхаркивающее (при катарах дыхательных путей) и противовоспалительное средство (гастритах, особенно анацидных, гастроэнтеритах и колитах). Молодые листья употребляют в пищу.

Как использовать

Бесплодие мужское. Принимать по 7,5 г семян подорожника большого, запивая отваром из листьев подорожника.

Бронхит, коклюш, гастриты, энтериты. 2 ст. л. листьев подорожника большого залить 1 стаканом кипятка, нагреть на кипящей водяной бане 20 мин., охладить в течение 10 мин., процедить, остаток отжать, долить кипяченой водой до 200 мл. Пить по 1/2–1/3 стакана за 10–15 мин. до еды, 3–4 раза в день.

Воспаление кожи, царапины, ушибы. 2 ст. л. вымытых свежих измельченных листьев подорожника большого завернуть в марлю. Прикладывать на пораженные места.

Кашель, бронхит, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки с нормальной или пониженной кислотностью желудочного сока. 3 ст. л. свежих листьев подорожника большого смешать с 3 ст. л. порошка сахара или меда, поставить в закрытой посуде на 4 часа на теплую плиту. Сироп принимать по 1 ч. л. 4 раза в день за 30 мин до еды.

Поносы хронические, катары кишок, дизентерия. Принимать измельченные в порошок семена подорожника большого по 1 г 4 раза в день. Очень деликатное и надежное вяжущее средство.

Раны, нарывы и язвы. Настой и свежий сок из листьев подорожника используют в виде примочек и промываний. При гнойных ранах и фурункулах делают компрессы из хорошо промытых свежих листьев.

Рвота беременных, токсикоз беременных. Свежевыжатый сок листьев подорожника большого принимать по 1 ст. л. 3–4 раз в день за 15–20 мин до еды, в течение 3–4 недель. Пригоден и консервированный сок.

Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки с нормальной или пониженной кислотностью желудочного сока. Листья ошпарить кипятком, пропустить через мясорубку, отжать через ткань. При густом соке его разводят наполовину с водой, полученный сок кипятить 1–3 мин, охладить. Пить по 1 ст. л. 4 раза в день за 15–20 мин до еды.

Как выращивать

Подорожник отлично растет на открытых солнечных местах. Растение предпочитает слабокислые почвы различного механического состава – легкие, средние, тяжелые.

Уход заключается в своевременном рыхлении, прополках и подкормках растений. При регулярных подкормках начиная со 2-го года жизни (1–2 раза за сезон, первая рано весной, вторая в середине лета) и хорошем поливе растения развивают большую биомассу листьев. Чтобы не допустить массового рассеивания подорожника по всему участку, необходимо срезать цветоносы.

Сеют поверхностно, под зиму сухими, а ранней весной – стратифицированными семенами. При весеннем посеве всходы появляются через 15–18 дней.

Подofil, или Стополист (*Podophyllum*)

Семейство барбарисовые (подофилловые).

Как выращивать

Подofil хорошо растет в полутени и тени. На открытых солнечных местах успешно развивается только при хорошем увлажнении. Его выращивают на слабокислых, плодородных, умеренно влажных почвах.

Подofil щитовидный благодаря длинным, хорошо растущим корневищам может быстро образовывать заросли.

Размножаются вегетативно (отрезками корневищ) и семенами. Отрезками корневищ с почкой возобновления размножают рано весной и в конце лета. Отрезки корневища укладывают в канавку на глубину 5–7 см.

Семена высевают свежесобранными, на глубину 0,5 см., всходы появляются через 1 год, а сеянцы зацветают на 4–5 год. При весеннем посеве необходимо отмыть семена от мякоти и стратифицировать 2–3 месяца при +2–5 °С.

Подofil щитовидный (*Podophyllum Peltatum* Willd.)

В США называют майским яблоком, индейским яблоком.

Распространение и места обитания

Родина – Северная Америка. Растет в широколиственных и смешанных лесах.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение с длинными корневищами, расположенные на глубине от 5 до 20 см. Листья крупные, темно-зеленые, трехраздельные, на длинных черешках высотой до 60 см. Пластинка листа располагается горизонтально. Цветок белого цвета, диаметром до 6 см, расположен на короткой поникающей цветоножке, спрятан под листом. Плод красный, сливообразный, длиной 4–5 см. Цветет в июне-июле, когда листья его уже полностью распустились. Плоды созревают в августе-сентябре.

Действующие вещества

В корневищах содержатся до 4–6% гликозидосмолы (подофиллина). Подофиллин подофила щитовидного содержит около 20 % подофиллотоксина, около 7 % α -пеллатина и 13 % β -пеллатина.

Применение в медицине

Подофиллин применяется как сильное слабительное и желчегонное средство. Подофиллотоксин и пеллатины являются противоопухолевыми ядами. Они действуют как митозный яд, тормозя деление клеток и вызывая таким образом некроз (гибель) опухоли.

Хотя представители множества племен индейцы США считали корни ядовитыми, тем не менее, они широко использовали их в своей медицинской практике. Отвар корней принимают как противоглистное, слабительное, рвотное средство и при ревматизме. Вареные или сырые корни едят как сильное слабительное средство при запорах, также для этих целей используют холодный настой корней. Измельченными корнями присыпают раны и язвы. Каплю сока свежих корней наносят в ухо при глухоте. Индейцы ряда племен пьют отвар растения для увеличения силы. Племена Чероки, живущее в горах, используют его для лечения рака, долгозаживающих язв и как печеночный тоник. Млечным соком подофила, смешанным с млечным соком ваточника сирийского или одуванчика, лечат бородавки.

Нельзя использовать во время беременности ! Растение ядовито, применять с осторожностью!

Другие свойства

Мякоть плода съедобна, в то время как **корневище, листья и семена – ядовиты**. Индейцы отваром растения поили лошадей, страдающих запором. Некоторые племена индейцев США используют растение в приворотях.

Как использовать

Запоры. 1 ч. л. корневищ подофила залить 200 мл холодной кипяченой воды, настоять 2 часа, процедить. Пить по 1–2 ст. л. в день.

Раны, язвы. Корни подофила измельчить в порошок, наносить несколько раз в день на пораженные места.

Подофилл Эмода (*Podophyllum Emodii* Wall.= *P. Hexandrum* Royle)

В народе называется индийским подофилом.

Распространение и места обитания

Встречается в Гималаях на высоте 2700–4000 м. Растет в тенистых лесах.

Ботаническое описание

Короткорневищное многолетнее травянистое растение, образующий рыхлый куст, высотой до 70 см. Растение имеет 2–3 длинночерешковых пальчато-раздельных листа с глубоко надрезанными долями и необычным мраморным рисунком бронзового цвета. Листовая пластинка 25–30 см ширины и 12–15 см длины. Цветок одиночный, до 5 см в диаметре, белого или бело-розового цвета. Цветет в мае, еще до полного раскрытия листьев. Плоды – оранжево-красные, сочные, многосемянные ягоды, созревают в сентябре.

Действующие вещества

В корневищах содержатся до 9-12 % гликозидосмолы (подофиллина), алкалоид берберин, сапонины и кверцетин. Подофиллин подофила Эмода содержит около 40 %

подофиллотоксина и небольшое количество α -пеллатина и β -пеллатина.

Применение в медицине

Подофиллин – сильное слабительное, рвотное и желчегонное средство. Подофиллотоксин и пеллатины являются противоопухолевыми ядами. Они действуют как митозный яд, тормозя деление клеток и вызывая таким образом некроз (гибель) опухоли.

Корневища и корни стимулируют работу печени, используются как желчегонное и слабительное средство. В Индии препараты подофилла называют растительной каломелью, так как его действие отчасти схоже с действием ртути. Обычно дают пилюли из подофила, иногда их комбинируют с другими печеночными и слабительными. Мякоть плодов улучшает работу печени и увеличивает объемы выработки желчи.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Другие свойства

В Непале и Индии ярко-красная мякоть плодов употребляется в пищу горными племенами под именем «майское яблоко», или «мандрале».

Как использовать

Запоры. 1/2 ч. л. корневищ подофилла залить 300 мл кипятка, настоять 1 час, процедить. Пить по 1/2–1 ст. л. в день.

Подснежник, или Галантус (Galanthus)

Семейство амариллисовые (лилейные).

Родовое научное название переводится с древнегреческого как «молочноцветковый» и дано за белую окраску цветков. «Подснежником» представители рода названы за очень раннее цветение, происходящее буквально из-под снега. Англичане называют этот цветок снежной каплей или снежной сережкой, а немцы – снежным колокольчиком.

Как выращивать

Подснежники могут расти под пологом деревьев и кустарников, в полутени, но предпочитают открытые места. Лучше всего развиваются на достаточно влажной, рыхлой, хорошо дренированной питательной почве после внесения перегноя или компоста. Высокие, сухие и низкие, с застоем воды участки подснежники не переносят. Листья нельзя срезать до их полного отмирания.

Размножаются семенами и вегетативно, образуя за лето 1–2 луковицы. Посев проводят непосредственно в грунт сразу после сбора, при этом растения зацветают на 4–6-й год. Посаженные на газонах под пологом деревьев и кустарников, они размножаются самосевом. Сеянцы появляются группами вблизи материнского растения.

Лучшее время для посадки луковиц – июль – сентябрь, когда растения находятся в покое. Луковицы сажают на глубину 8–10 см. При мелком положении в земле луковицы мельчают, но активно образуют детки, а при глубоком становятся крупнее.

Подснежники пересаживают после отмирания листьев в конце августа – начале сентября. Растения, пересаженные весной во время цветения, чаще всего гибнут.

Подснежник кавказский (Galanthus Caucasicus (Baker) Grossh.)

Распространение и места обитания

Встречается в горных лесах среднего и нижнего поясов Центрального Закавказья и Западного Предкавказья.

Ботаническое описание

Многолетнее, луковичное растение высотой до 15 см. Листья плоские, линейные, сизые длиной до 30 см. Цветки белые, 2–2,5 см длиной и 1,5 см в диаметре, с приятным ароматом. У внутренних долей околоцветника есть зеленое пятно на конце лепестков. Цветет в апреле – начале мая.

Действующие вещества

Подземная часть содержит алкалоиды – до 1,01 % (галантидин (ликорин), галантин, галантамин, галантусин – 0,01 %, галантусидин и другие). В надземной части найдены флавоноиды (рутин, гиперозид).

Применение в медицине

Подземная часть обладает рвотным действием.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Другие свойства

Вареные луковицы пригодны в пищу.

Подснежник белоснежный (*Galanthus Nivalis* L.)

Распространение и места обитания

Растет по опушкам лесов, среди кустарников и на открытых местах в нижнем среднем и альпийском поясах гор. Встречается в Карпатах, на Северной Украине.

Ботаническое описание

Луковичное, ранневесеннее растение с плоскими темно-зелеными или сизыми листьями до 10 см длиной. Луковица округлая, до 1–2 см в диаметре. Цветоносы – до 12 см высотой. Цветки одиночные, до 3 см в диаметре, с приятным ароматом, поникающие, белые с зеленым пятном на концах листочков околоцветника. Наружные листочки околоцветника продолговатые, внутренние – клиновидные, меньше наружных. Цветет раньше всех подснежников, в конце марта – апреле.

Существует более 50 разновидностей и садовых форм, в том числе махровые.

Действующие вещества

Подземная часть содержит алкалоиды – до 1,27 % (галантамин – до 0,1 %, галантидин (ликорин) – 0,018–0,023 %, тацеттин – до 0,04 %, нивалидин – до 0,06 %, нарведин – 0,03 %, нарциклизин, маргетин); азотосодержащие соединения (лектины). В листьях найдены алкалоиды – 0,41–1,65 % (галантамин – 0,058 %, ликорин – 0,016 %, нивалидин – 0,048 %,

гиппеастрин – 0,062 %, нарведин – 0,028 %, тацеттин – 0,04 %). Цветки содержат флавоноиды (гликозиды кемпферола).

Применение в медицине

Подземная часть – источник препарата галантамина гидробромид. Настойкой надземной части в Болгарии лечат сердечные заболевания. Настойкой листьев и цветков – аддисонову болезни.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Как использовать

Аддисонова болезнь, бронзовая болезнь. Листья и цветки от 80 свежесобранных экземпляров подснежника белоснежного (без луковиц) залить 0,5 л виноградной водки. Настоять на солнце 40 дней, процедить. Принимать по 20 капель (на кусочке сахара) 3 раза в день за 20 мин до еды.

Подснежник Воронова (*Galanthus Woronowii* Losinsk.)

Название растению дано в честь ботаника Ю. Н. Воронова.

Распространение и места обитания

Растет в лесах, кустарниках в нижнем и среднем поясе гор. Встречается на Кавказе.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое луковичное растение высотой до 25 см. Луковица длиной до 3 см и диаметром до 2,5 см. Листья во время цветения достигают 12–16 см длины, после цветения вырастают до 22 см, ярко-зеленые с желтоватым оттенком, с жирным блеском, слегка закрученные. Цветонос достигает длины до 15 см; крыло длиной до 4,5 см. Наружные листочки околоцветника обратнойцевидные, слабо вогнутые, внутренние – продолговатые, расширенные вверху, с выемкой и зеленым пятном у верхушки. Цветет в апреле.

Действующие вещества

Подземная часть содержит алкалоиды (галантамин – до 78 % от всей суммы, галантин, галантидин (ликорин), галантаминидин, тацеттин). В листьях найдены алкалоиды (галантамин – 0,6 %).

Применение в медицине

Подземная часть является официальным сырьем для получения препарата галантамина гидробромид (нивалин), применяемого при миастении, миопатии, остаточных явлений полиомиелита, импотенции, при атонии кишечника и мочевого пузыря. А также – препарата ликорина гидрохлорид, который используется как отхаркивающее средство при острых бронхитах и пневмонии.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Подсолнечник однолетний (*Helianthus Annus* L.)

Семейство астровые (сложноцветные).

Научное родовое название: произошло от сочетания двух греческих слов «helios» – «солнце» и «anthos» – «цветок». Такое название дано ему неслучайно: огромные соцветия подсолнуха, окаймленные яркими лучистыми лепестками, и впрямь напоминают солнышко. Кроме того, это растение обладает уникальной способностью поворачивать свою головку вслед за солнцем, прослеживая весь его путь от восхода до заката.

Распространение и места обитания

Встречается в центральных и западных районах Северной Америки.

Ботаническое описание

Однолетнее растение с простым, жесткошершавым, ребристым стеблем высотой до 250 см. Листья черешковые, крупные, сердцевидно-яйцевидные, с заостренной верхушкой, по краю пильчатые, жестко- и короткощетинистые. Соцветия крупные, золотисто-желтые, диаметром до 50 см, одиночные, поникающие. Язычковые краевые цветки многочисленные, крупные, до 7 см длиной; срединные – трубчатые, желтые. Плоды граненые, обратнойцевидные семянки. Цветет с середины июля по сентябрь. Семена созревают в сентябре – октябре.

Имеет довольно много декоративных форм: с пестрыми листьями; махровыми соцветиями, состоящие из язычковых цветков; с махровыми, шаровидными соцветиями, из трубчатых цветков; разнообразной окраской срединных цветков (желтые, бурые или пурпуровые и другие).

Действующие вещества

Семена содержат жирное масло – до 48 %, белок – до 19 %, углеводы – до 27 %, фитин – до 2 %, хлорогеновую кислоту – до 1,75 % и прочие. В соцветиях найдены флавоноиды (кверцимеритрин и другие), каротиноиды (крипсоксантин, каротин и другие), антоциан, холин, бетаин, солантовая кислота, арнидиол, фарадиол. Листья содержат до 11 мг/на 100 г каротина, до 0,6 % каучука и 3 % смолистых веществ.

Применение в медицине

Индейцы ряда племен в США прикладывают примочку из измельченного растения или корней на змеиные укусы, раны. Настой цветков применяют как обезболивающее средство при болях в груди, отвар цветочных головок пьют при заболеваниях легких. Сухие измельченные семена едят для хорошего аппетита, а также для борьбы с усталостью и как стимулирующее средство. Соком надземной части смазывают порезы. Сердцевину стеблей используют для удаления бородавок. Теплым отваром корней обмывают пораженные места при ревматизме или принимают ванну. Отвар листьев пьют при сильном жаре. Измельченные листья или мазь из них накладывают на язвы и опухоли. Свежие или сухие корни жуют врачи, прежде чем отсосать яд из змеиного укуса.

В народной медицине настой соцветий применяют при лечении малярии, а также пьют как спазмолитическое средство при бронхиальных спазмах и желудочно-кишечных коликах.

В немецкой народной медицине при малярии, крапивнице, бронхите и судорогах принимают свежие семена подсолнечника ежедневно в течение 2 месяцев.

Подсолнечное масло из плодов используют для лечения и профилактики атеросклероза. Масло употребляют как слабительное средство, а с пережаренным маслом в народной медицине делают масляные повязки при ранах и ожогах.

Другие свойства

Хороший медонос. Семена служат источником получения подсолнечного масла, использующего в пищу.

Как использовать

Малярия, для возбуждения аппетита. Смешать поровну сухих листьев и краевых лепестков подсолнечника. Взять 1 часть смеси залить 5 частями водки, настоять 1–2 недели периодически перемешивая, процедить. Пить по 30–40 капель 3 раза в день за 30 мин до еды.

Гастрит, плеврит, насморк. 50 г молодых, ещё не затвердевших стеблей подсолнечника залить 100 мл 96 %—ного спирта, настоять в солнечном месте 1 месяц, процедить. Пить по 2 ст. л. с небольшим количеством вина утром натощак и днем в промежутке между приемами пищи. Курс лечения 1 неделя.

Предменструальный синдром. 50 г части корзинки (соцветия) подсолнечника без семян залить 0,5 л кипятка, варить 15 мин, настоять 30 мин, процедить, добавить 30 г сахара. Пить по 50 мл утром и вечером.

Анкилоз, неподвижность суставов. 6 цветочных корзинок подсолнечника («молочной спелости») измельчить, залить 1 л виноградной водки, настоять 40 дней на солнце, процедить. Пить по 1 ст. л. 3 раза в день за 20 мин до еды.

Как выращивать

Подсолнечник высаживают на солнечном, защищенном от ветра месте. Может расти на любой садовой почве, но ярче всего проявляет свои декоративные качества на плодородной, легкой, рыхлой и слабокислой или нейтральной почве.

Уход включает обрезку отцветших соцветий, чтобы растение могло цвести дальше. На открытой, продуваемой ветрами местности нужно подвязывать стебель к колям. Хорошо отзывается на подкормку комплексными минеральными и органическими удобрениями.

Размножается семенами, которые высевают прямо в грунт в середине мая, гнездами по 2–3 семени, на глубину 2–3 см. Всходы подсолнечника появляются через 6–8 дней после посева. Цветение наступает через 75–80 дней после появления всходов.

Примула, или Первоцвет (*Primula*)

Семейство первоцветные.

Научное родовое название происходит от греческого «primus» – «ранний», «первый», и дано за раннее цветение.

Примула была известна еще в глубокой древности и считалась лекарственным цветком Олимпа: ее называли додекатеон (цветок 12 богов) и верили, что она – лекарство от всех недугов. Один из первых весенних цветов, первоцвет похож на связку золотистых ключиков; согласно древнескандинавским сагам, это ключи богини плодородия Фрейи, которыми та открывает весну. По другому преданию, это проросшие ключи от рая, которые св. Петр уронил на землю.

Как выращивать

Примула хорошо растет в легкой полутени или на участках, затененных в полуденные часы. Ее выращивают на увлажненных, плодородных рыхлых хорошо дренированных почвах.

При уходе необходимо обращать внимание в первую очередь на полив, особенно в весенний период, если стоит сухая и жаркая погода. Регулярно осторожно рыхлят почву и

удаляют сорняки. Растение хорошо отзывается на подкормки комплексными минеральными удобрениями, которые проводят 2–3 раза в сезон, начиная с ранней весны – через 2–3 недели. Через 3–4 недели необходимо делить кустики и рассаживать примулы, иначе растения мельчают, хуже цветут, теряют декоративные качества. Ежегодно осенью, начиная со 2 года, растениям нужно подсыпать питательную землю слоем 3–5 см.

Размножаются семенами и вегетативно (делением куста и листовыми черенками).

Семена высевают поверхностно свежесобранными в ящики, вкопанные в землю, чтобы не потерять сеянцы. Дома посев проводят в начале февраля, замороженными семенами в течение 3–4 недель при температуре не ниже –10 °С или под снегом в течение 1,5–2 месяцев. Семена прорастают через 20–30 дней. Сеянцы первоцветов растут очень медленно. Важно следить за тем, чтобы субстрат под ними был постоянно влажным.

При появлении одного-двух настоящих листочков сеянцы пикируют. В течение 2 лет подращивают, укрывая на зиму слоем листвы в 5–7 см. На постоянное место растения высаживают весной или осенью второго года. Молодые растения зацветают на 2–3 год.

Делят примулы обычно на 3–5 год выращивания, когда они достаточно разрастутся, ранней весной, но лучше в августе – начале сентября.

Примула крупночашечковая (*Primula Macrocalyx* Bunge.)

Распространение и места обитания

Растет в лесах, на сухих лугах, лесных опушках и полянах, среди кустарников. Встречается на Кавказе, восточных районах европейской части России, юге Западной Сибири.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 35 см с корневищем, имеющим обильные шнуровидные мочки корней. Все листья прикорневые, яйцевидно– продолговатые, постепенно суженные в крылатый зубчатый черешок, снизу серовато пушистые, почти цельнокрайние. Цветочная стрелка достигает высоты в 20 см. Цветки желтые, некрупные, собраны по 2–12 в соцветие – зонтик, на ножках неравной длины и поникающих в одну сторону. Цветет в конце мая – июне. Семена созревают в июле.

Действующие вещества

Подземная часть содержит углеводы (полисахариды, ди- и моносахариды); тритерпеноиды (гликозиды – до 12,7 %, примверозид); витамин С, каротин. В надземной части найдены тритерпеноиды (гликозиды – до 1,25 %). Листья содержат тритерпеноиды (гликозиды – до 9,54 %); витамины С, Е. В цветках обнаружено до 2,9 % тритерпеноидов.

Применение в медицине

Настой, настойка и спиртовой экстракт подземной части используются как отхаркивающее средство при пневмонии и бронхитах, а также как мочегонное. Отвар подземной части пьют как успокаивающее, спазмолитическое и легкое слабительное. Настой листьев и их порошок применяют при С- и А-гипо- и авитаминозах, а также как мочегонное и слабительное средство. Чай из цветков пьют при простудных заболеваниях, головокружении, бессоннице, параличах, болезнях сердца, ревматизме, заболеваниях почек.

Другие свойства

Надземная часть окрашивает ткани в буро-оливковый цвет. Листья пригодны в пищу, их добавляют в салаты, щи. Медонос.

Как использовать

Отхаркивающее. 10 г корней первоцвета залить 1 стаканом кипятка, варить 15 мин, настоять 30 мин, процедить. Пить по 1 ст. л. 3–4 раза в день.

Мочегонное, успокаивающее, мигрени, бессонница, подагра, ревматизм, головокружения. 4 ч. л. цветков первоцвета залить стаканом холодной воды, довести до кипения, снять с огня, настоять 30 мин, процедить. Пить по стакану 2 раза в день.

Примула весенняя (Primula Veris L.)

Примула весенняя первоначально использовалась людьми как лекарственное растение. Неслучайно прежде ее называли примулой лекарственной. Именно её в народе ласково зовут «ключики», «баранчики».

Распространение и места обитания

Растет на сухих лесных лужайках, опушках лиственных лесов, березняках. В горах встречается на высоте до 2000 м. Встречается западных и центральных районах европейской части России.

Ботаническое описание

Многолетнее растение с косым корневищем и большим числом беловатых шнуровидных корней. Листья яйцевидные, яйцевидно-продолговатые, неравномерно городчатые по краю, суженные в черешок, морщинистые. Длина листьев до 20 см, ширина до 6 см. Жилки на верхней поверхности листьев вдавленные, отчего лист кажется морщинистым, на нижней – выступающие. Снизу листовая пластинка опушенная, слабовойлочная или голая. Цветки ярко-желтые, с оранжевым пятном в основании обратнoсердцевидных выемчатых лепестков, небольшие, собраны в зонтиковидное одностороннее соцветие на слегка волосистой цветочной стрелке высотой до 30 см. Плод – яйцевидная коробочка. Цветет в конце апреля-начале июня. Семена созревают в июле.

Действующие вещества

Подземная часть содержит углеводы (примулит, эритрит, ксилит, мезоинозит, β-седогептид, примвероза, седогептулоза и другие); эфирное масло – до 0,01 % (в котором найдены метоксиметилсалицилаты); тритерпеноиды (примверозид, примуловая кислота, примулагенин А и прочие); витамин С. В листьях найдены до 590 мг/на 100 г витамина С, каротина – до 3 мг на 100 г, флавоноиды (кемпферол, мирицетин, кверцетин и другие); антоцианы (дельфинидин, цианидин). В цветках обнаружено эфирное масло (в котором содержатся метоксиметилсалицилаты); флавоноиды (кемпферола дирамнозид, глюкозиды кверцетина и прочие).

Применение в медицине

Подземная часть присутствует в народной медицине разных стран в виде отваров, настоев, настоек, сиропов; используется как сильное отхаркивающее средство при лечении туберкулеза, бронхита, астмы, пневмонии, а также как успокаивающее, спазмолитическое,

мочегонное и легкое слабительное средство. Отвар корневищ с корнями в виде примочек и компрессов наносят на ушибы. В Закавказье мужчины употребляют внутрь порошок подземной части при импотенции.

Настой листьев пьют и сами свежие листья едят при гипо- и авитаминозах. Фитопрепараты из листьев оказывают тонизирующее действие и повышают работоспособность. Отвар и настой цветков применяют как потогонное и отхаркивающее при бронхитах, общеукрепляющее при истерии, параличах, головокружении, мигрени, бессоннице, воспалении мочевыводящих путей, суставном и других формах ревматизма.

Другие свойства

Листья добавляют в салаты, щи, борщ. Медонос.

Как использовать

Отхаркивающее. 10 г корней первоцвета залить 1 стаканом кипятка, варить 15 мин, настоять 30 мин, процедить. Пить по 1 ст. л. 3–4 раза в день.

Кашель сухой, бронхит. 30 г корней первоцвета залить 1 л кипятка, настоять до охлаждения, процедить. Пить по 1/2 стакана 2–3 раза в день.

Простатит. 2 ст. л. надземной части первоцвета залить 0,5 л кипятка, настоять 8–10 часов, процедить. Пить по стакану утром за 30 мин до еды и вечером перед сном. Курс лечения 40 дней.

Мочегонное, успокаивающее, мигрени, бессонница, подагра, ревматизм, головокружения. 4 ч. л. цветков первоцвета залить стаканом холодной воды, довести до кипения, снять с огня, настоять 30 мин, процедить. Пить по стакану 2 раза в день.

Раны свежие и плохо заживающие. 2 ст. л. смеси цветков и корней первоцвета (1:1) залить стаканом холодной воды, довести до кипения, снять с огня, настоять 30 мин, процедить. Делать примочки и компрессы на больные места. Компресс на затылок помогает при головной боли.

Ревматизм хронический. Все растение первоцвета весеннего измельчить (корни, стебли, листья и цветки), 1 ч. л. смеси залить 1 стаканом кипятка, настоять 5 мин, процедить. Пить по 1 стакану в теплом виде 3 раза в день. Курс лечения – несколько недель.

Примула обыкновенная, или бесстебельная (Primula Vulgaris Huds. = P. Acaulis Jacq.)

Распространение и места обитания

Растет на опушках лиственных лесов, а также на альпийских лугах и вблизи тающих снежников. Встречается в южных районах европейской части России, на Кавказе.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение с коротким корневищем, с большим количеством бурых, утолщенных шнуровидных корней. Листья ланцетовидные, длиной до 25 см. Часть листьев сохраняется зимой. Цветки диаметром 2–4 см, светло-желтые, реже белые с фиолетовым зевом, одиночные, на цветоносах высотой 6–20 см. Лепестки широкие, разделены на две доли. Семенная коробочка яйцевидная. Цветет в апреле – мае. Семена созревают в июле.

Есть множество сортов с яркой и необычной окраской цветка (синяя, розовая, кремовая, абрикосовая, красная и другие).

Действующие вещества

Подземная часть содержит углеводы (примулит); тритерпеноиды (гликозиды – до 13,55 %, примулагенин А и другие); ароматические соединения. В листьях найдены тритерпеноиды (гликозиды – до 1,25 %); флавоноиды (кверцитин, кемпферол); аентоцианы (дельфинидин, цианидин). В цветках обнаружено эфирное масло, флавоноиды (гликозиды кверцетагенина).

Применение в медицине

В Дагестане отваром подземной и настоем надземной части, на Кавказе – порошком листьев лечат раны у людей и животных. Ранозаживляющее действие водной вытяжки листьев экспериментально доказано.

Как использовать

Раны. 2 ст. л. надземной части первоцвета залить стаканом кипятка, настоять до охлаждения, процедить. Делать примочки и компрессы.

Раны, язвы. Листья первоцвета измельчить в порошок. Порошок наносить на больные места.

Пролеска, или Сцилла (Scilla)

Семейство гиацинтовые (лилейные).

Родовое научное название происходит от древнегреческого «skilla» – от имени «морского лука» (*urginea maritima*), растения, которое раньше относили к этому роду.

Как выращивать

Пролеска двулистная и пролеска сибирская (см. далее) являются эфемероидами. Листья появляются на поверхности одновременно с соцветиями и отмирают в начале созревания семян. Лето – период покоя, осенью же у всех луковиц появляются новые корни и новый побег с зачатками листьев и цветков.

Пролески предпочитают полутененные места, но хорошо растут и на освещенных участках, правда, в этом случае они быстрее отцветают.

Хорошо чувствуют под пологом плодового сада, на достаточно рыхлой, перегнойной земле. Выращивают на слабокислых или нейтральных, рыхлых, плодородных и умеренно влажных почвах.

Пересадку и деление следует производить через 3–4 года после начала роста. Хотя все виды пролески и не требуют специального ухода, но они отзываются обильным цветением и хорошим размножением на подкормки азотными и калийными удобрениями ранней весной. Хороший эффект дает также мульчирование посадок листовным перегноем. При высокой агротехнике заметно увеличиваются число цветков в соцветии (до 20) и размеры всех частей растения.

Размножаются семенами и луковицами – детками, которых за вегетационный сезон взрослые луковицы дают 1–2 шт. При семенном размножении посев проводят сразу после сбора семян. Часто они дают самосев, который также может служить посадочным материалом. При грунтовом посеве зацветают на 3–4 год.

Пролески можно пересаживать даже во время цветения, но лучше – срезку после отмирания листьев, во второй половине июня – начале июля. Высаживают луковицы на

глубину 4–6 см.

Пролеска двулистная (Scilla Bifolia L.)

Распространение и места обитания

Растет в лиственных лесах, на их опушках, среди кустарников. Встречается на юге европейской части России, Северном Кавказе.

Ботаническое описание

Небольшое многолетнее луковичное растение высотой до 20 см. Луковица яйцевидная, до 2,5 см длины и 1–2 см в поперечнике, со светлыми чешуйками. Имеет два широколинейных листа, длиной 10–20 см, с длинными влагалищами (нижней частью листа) окружающих цветочную стрелку. Цветки прямостоячие, сиренево-голубые, иногда розовой или белой окраски, собраны по 3–10 в цветочные кисти. Цветочные стрелки прямостоячие, не сплюснутые. Цветки обладают сильным приятным запахом. Цветет во второй половине апреля – начале мая.

Действующие вещества

Подземная часть содержит углеводы (фруктаны, крахмал), алкалоиды.

Применение в медицине

В Болгарии входит в сбор, прописываемый при неврастении. На Кавказе луковицы используются как мочегонное, отхаркивающее и слабительное средство.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Другие свойства

Цветки дают голубую краску. Медонос.

Пролеска сибирская (Scilla Siberica Haw.)

Видовой эпитет ошибочный, так как в Сибири растение не встречается, но закреплен как приоритетный.

Распространение и места обитания

Растет в широколиственных лесах, преимущественно на карбонатной почве, на их опушках, среди кустарников. Встречается на Кавказе, а также в черноземной полосе европейской части России, севернее часто разводится и дичает.

Ботаническое описание

Небольшое многолетнее луковичное растение высотой до 30 см. Луковица широкояйцевидная, 1,2–1,5 см в диаметре. Имеет 3–4 широколинейных листа, шириной 1–1,5 см. Ярко-голубые, изредка белые, цветки на поникающих цветоножках расположены группками по 2–4 на цветочной кисти. Цветочные стрелки (1–3) сплюснутые, после цветения пригибающиеся к земле.

Известны формы и сорта с разной окраской цветка – белой, розовой, синей, темно-фиолетовой.

Действующие вещества

Подземная часть содержит углеводы (фруктаны, крахмал); органические кислоты – до 1,65 %; сапонины; алкалоиды – до 0,14 %. В листьях найдены сапонины; флавоноиды (лютеолин, апигенин).

Применение в медицине

Экспериментально доказана способность луковиц снижать содержание сахара в крови; их спиртовой экстракт понижает артериальное давление и проявляет антибактериальную активность. Спиртовой и ацетоновый экстракты надземной части обладают антибактериальными свойствами.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Прострел, или Сон-Трава (Pulsatilla)

Семейство лютиковые.

Прострел рано цветет, также у него рано отмирают генеративные органы, листья же вегетируют до поздней осени.

Как выращивать

Прострелы лучше всего чувствуют себя в местах со слабым затенением, хотя хорошо растут и на открытых участках. Предпочтительны места с небольшим уклоном и хорошим дренажем, чтобы стекала лишняя вода. Их выращивают на слабокислой, легкой и средней по механическому составу, плодородной, обработанной на большую глубину почве.

Взрослые растения плохо переносят перемещение, но с большим количеством земли их можно пересаживать весной или осенью. В сухое и жаркое время года сон-траву нужно поливать, влага особенно необходима после посадки.

Размножаются семенами. Лучше всего высевать свежесобранные семена в июне – июле или в прогретую почву весной. Семена высевают сразу в грунт на глубину 1–1,5 см, желательно на открытом месте, но молодые растения следует притенять. Сеянцы появляются через 3–4 недели и хорошо развиваются в жаркую погоду при поливе, но избыток влаги им вреден. Летний посев высаживают на постоянное место весной следующего года, при ранневесеннем посеве на постоянное место растения можно перемещать уже в августе того же года. Осенью посевы, а также сеянцы, выращиваемые на грядах, прикрывают лапником или хворостом, растениям особенно важно быть укрытыми в морозную бесснежную зиму.

Нередко прострелы зацветают к концу 2-го года. Пересадку сеянцев на постоянное место в возрасте 1–2 лет лучше проводить ранней весной с комом земли. Довольно часто вокруг прострелов вырастает самосев, который также можно высадить через 1 год.

Прострел луговой (Pulsatilla Pratensis (L.) Mill.)

В народе называют сон-зелье, сон-дрема, самсончики, одолень боровой, одномесячный цвет.

Распространение и места обитания

Растет в сосновых борах, на опушке лесов, открытых песчаных холмах, сухих склонах. Встречается на западе европейской части России.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 30 см с длинным вертикальным или косым корневищем. Стебли прямостоячие опушенные. Прикорневые листья перисто-рассеченные с дважды перисто-раздельными сегментами, появляются во время цветения или после него. Цветки колокольчатые, поникающие, до 5 см в диаметре, бледно-лиловые, реже красноватые или зеленовато-желтые. Цветет с конца апреля до конца мая. Семена созревают в июне-июле.

Действующие вещества

Содержит тритерпеноиды (ацетат β -амирина); стероиды (ситостерин); γ -лактоны (ранункулин); производные γ -пирона (хелидоновая кислота). В надземной части найдены органические кислоты, эфирное масло, γ -лактоны (анемонин). Листья содержат следы алкалоидов, витамин С. В цветках обнаружены антоцианы (гликозиды пеларгонидина и дельфинидина).

Применение в медицине

В народе водный настоем травы лечат тяжелые простуды и обморожения, болезни желудка и боли, например, после приема слишком тяжелой пищи, также настоем используют как отхаркивающее средство. Настойка надземной части ценится как успокаивающее, подавляющее половое влечение средство, а настоем употребляют при хроническом воспалении половых органов у мужчин. Листья обладают антибактериальными и фунгицидными свойствами.

В медицине препарат применяют при слабых месячных. Настоем из свежей травы в сильном разведении употребляют при малокровии, опухании желез, заболевании вен. В гомеопатии – при нервных заболеваниях, нарушении менструального цикла, болезнях почек и мочевыводящих путей, нарушении обмена, при глазных болезнях (конъюнктивиты, ячмени, помутнение и ослабление зрения), при онкологических заболеваниях.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Другие свойства

Кормовое для коз. Сон-трава ядовита лишь в свежем виде. Высушенная трава неопасна для скота, в отличие, например, от безвременника.

Как использовать

Раны гнойные, грибковые поражения кожи . 2 ст. л. травы залить 2 стаканами воды, настоять 2 часа, процедить. Использовать для обмываний и примочек.

Хроническое воспаление половых органов у мужчин . 2 ч. л. травы прострела залить 250 мл холодной кипяченой воды, настоять 1 день, процедить. Выпить понемногу весь настой в течение 1–2 дня.

Прострел раскрытый (*Pulsatilla Patens* (L.) Mill.)

Распространение и места обитания

Растет в разреженных сосновых лесах, умеренно влажных и сухих, на опушках, сухих освещенных известняковых склонах, вблизи рек. Встречается в европейской части России, на юге Западной Сибири.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение с волосистыми стеблями высотой до 45 см. Листья, появляющиеся после цветения пальчато-рассеченные, расположены мутовками. Молодые листья сильно волосистые, в очертании округло-сердцевидные. Цветки до 8 см в диаметре, сине-фиолетовые, вначале ширококолокольчатые, позднее – звездчато-раскрытые, прямостоячие. На хорошо развитых экземплярах одновременно распускаются до 40–50 цветков. Цветет в апреле – мае. Семена созревают в июне – июле.

Действующие вещества

Содержит сапонины, γ -лактоны (анемонин). В корневище с корнями найдены сапонины тритерпеновые – до 5,6 % (патенсозиды А, В, С, D). В надземной части найдены следы кумаринов. В цветках обнаружены антоцианы (гликозид дельфинидина).

Применение в медицине

Полезен при общей слабости, лихорадке, внутренних кровотечениях, туберкулезе, параличе, ревматизме. Обладает антибиотическими и антибактериальными свойствами, оказывает abortивное действие. Примочку из корней прикладывают к порезам и опухолям. В тибетской медицине надземная часть считается полезной при недостатке питания, ею лечат гнойные раны. В народной медицине настоем надземной части используется при внутренних кровотечениях, эпилепсии, алкоголизме, туберкулезе, венерических и женских заболеваниях, ревматизме и радикулите. Листьями лечат нервные заболевания.

Растение ядовито, применять с осторожностью! Прием прострела противопоказан при воспалительных заболеваниях желудочно-кишечного тракта, печени и почек.

Другие свойства

В народной ветеринарии применяется при кровавой диарее у коров. Кормовое для мелкого рогатого скота.

Как использовать

Раны гнойные. 2 ст. л. травы залить 2 стаканами воды, настоять 2 часа, процедить. Делать обмывания, примочки.

Невралгия, мигрень, чрезмерная нервная возбудимость, бессонница. 2 ч. л. травы прострела залить 1 стаканом холодной кипяченой воды, настоять 12 часов, процедить. Пить по 1/4 стакана 3–4 раза в день.

Птицемлечник зонтичный (Ornithogalum Umbellatum L.)

Семейство гиацинтовые (лилейные).

Родовое научное название в переводе с греческого означает «птичье молоко» и дано за окраску цветков.

Этот вид птицемлечника в народе называют белыми брандушками.

Распространение и места обитания

Растет в лесах, на лесных полянах, склонах. Встречается в Прибалтике, на Украине, в Молдавии.

Ботаническое описание

Многолетние луковичные растения высотой до 30 см. Луковица с многочисленными детками. Листья линейные, желобчатые, с продольной белой полосой. Соцветие – многоцветковая (около 15–20 цветков) кисть длиной 10–15 см, цветки белые. Плод – коробочка с 6 равномерно отстоящими ребрами. Нижние цветоножки при плодах часто горизонтально отклоненные, длинные (5–10 см), гораздо длиннее прицветников. Цветет в конце мая – июне.

Действующие вещества

Содержит алкалоиды (колхицин). Подземная часть содержит углеводы (фруктаны); карденолиды (конваллатоксин, конваллозид, родексозид, родексин А). В надземной части найдены флавоноиды (изовитексин, лютеолин, апигенин); высшие жирные кислоты; фосфолипиды.

Применение в медицине

В Германии таблетки из подземной части пьют как сердечное средство (аналогично препаратам наперстянки). Наружно используется как противовоспалительное средство. Свежие листья и подземная часть нашли применение в гомеопатии.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Другие свойства

Подземная часть в маринованном и жареном виде используется в пищу. Экстракт из листьев и подземной части (водный, спиртовой, хлороформный) токсичны для черных и американских тараканов.

Как выращивать

Птицемлечник высаживают и в полутени, и на солнечных открытых местах. К почвам не особенно требователен, но не выносит переувлажнения и заболачивания. Его выращивают на слабокислых, дренированных среднесуглинистых плодородных почвах.

Размножается луковицами, детками и семенами. При семенном размножении молодые растения зацветают на 4–6 год. Семена нуждаются в 3–4-месячной холодной стратификации, поэтому их лучше высевать под зиму. Луковицы сажают весной или в конце лета на глубину 6–10 см, в зависимости от размера.

Пупавка красильная (*Anthemis Tinctoria* L.)

Семейство астровые (сложноцветные).

Научное родовое название произошло от древнегреческого названия ромашки. Видовое научное название дано за то, что растение с давних пор широко использовалось для получения желтой краски. В народе называют желтой ромашкой, полевыми ноготками.

Распространение и места обитания

Растет на сухих лугах, мусорных местах, в полях. Встречается почти по всей территории европейской части России, на Кавказе, юге Сибири.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение, часто выращиваемое как двулетнее. Стебли прямостоячие высотой до 75 см, обильно ветвящиеся. Листья крупные, сизо-зеленые, линейно-рассеченные, слегка опушенные, расположены в очередном порядке. Соцветия – одиночные желтые корзинки, диаметром до 6 см, на длинных цветоносах. Цветет в июне – июле, плодоносит в августе – сентябре. Обладает характерным запахом.

Есть декоративные формы и сорта.

Действующие вещества

В подземной части обнаружены полиацетиленовые соединения (9-тиоантемисэфир и др.). В цветках найдены флавоноиды (патулитрин, кверцетин и другие), эфирное масло.

Применение в медицине

Отвар надземной части пьют при неврозах, болях в желудке, а также как кровоостанавливающее и желчегонное средство. В Великобритании в Средние века сок надземной части использовали при лечении злокачественных опухолей. Настой и отвар соцветий употребляют при острых респираторных заболеваниях, малярии, аменорее, диатезе; а также как мочегонное и желчегонное средство. Порошок соцветий принимают внутрь при гельминтозах.

Другие свойства

Соцветия применяются наружно в косметике для компрессов и ванн. Также из них получают желтую краску для шерсти и шелка.

Как использовать

Простуда, маточные кровотечения, диатез. 2 ч. л. надземной части пулавки залить 1 стаканом кипятка, настоять 4 часа, процедить. Пить по 1 ст. л. 3–4 раза в день.

Как выращивать

Пулавку высаживают на открытых солнечных местах. К почве растение сравнительно неприхотливо, но лучше растет на дренированных легких песчаных или каменистых почвах.

Уход несложен: полив в очень жаркое и сухое время, прополки. Пулавка хорошо отзывается на подкормки комплексными минеральными удобрениями (их делают начиная со 2-го года рано весной).

Размножается семенами и вегетативно (делением куста). Семена высевают весной или под зиму в открытый грунт на глубину 0,5–1 см. Сеянцы зацветают на 2-й год. У старых кустов соцветия мельчают. Деление куста производят в апреле – мае или в конце августа – начале сентября. Деленки должны иметь 2–3 почки с отрезком корневища и корнями.

Рудбекия (Rudbeckia)

Семейство астровые (сложноцветные).

Научное родовое название дано Карлом Линнеем в честь его учителя, шведского ботаника – Олафа Рудбека (1630–1702). Был наставником и другом молодого Карла Линнея. Известен как первооткрыватель лимфатической системы человека.

Как выращивать

Рубекидия хорошо растет на открытых солнечных местах. К почвам неприхотлива, но лучше отзывается на хорошо окультуренные, плодородные, тяжелые глинистые почвы.

Уход несложен: растение поливают в сухую жаркую погоду, стебель подвязывают к опоре, отцветшие соцветия срезают, что продляет период цветения.

Размножаются семенами (кроме махровых форм) и вегетативно (делением корневища). Семена сеют в конце марта – апреле на глубину 0,5 см. Всходы появляются через 2–3 недели. Подросшую рассаду высаживают на клумбу после окончания весенних заморозков. Растение может зацвести уже в первый год. Деленки с 2–3 почками и корнями заготавливают в апреле – мае или в конце лета – начале осени.

Рудбекия блестящая, или лучистая (*Rudbeckia Fulgida Ait.*)

В США называют оранжевой эхинацеей, черноглазой Сюзанной – из-за темных серединок соцветий. Немцы называют ее солнечной шляпкой, считая, что на нее похожи соцветия-корзинки.

Распространение и места обитания

Произрастает в юго-восточных районах Северной Америки.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 80 см. Листья цельные, узкие, ланцетные. Соцветия – корзинки до 9 см в диаметре. Язычковые краевые цветки оранжевые, трубчатые срединные – темно-пурпуровые. Цветет в июле – августе. Семена созревают сентябрь– октябрь.

Имеет сорта, отличающиеся по окраске соцветий, высоте растения, срокам цветения.

Применение в медицине

Индейцы племен США обмывают теплым настоем корней язвы, змеиные укусы, уши при болях. Орошения из настоя подземной части используются в гинекологии и венерологии при «обильных выделениях и некоторых болезнях половых органов». Настой корней употребляется внутрь при водянке почек.

Другие свойства

Индейцы Чероки готовят из молодых побегов весенний салат. Настой корней применяют в ветеринарии, накладывая на грудь и ноги лошадей примочки с ним как стимулирующее средство.

Как использовать

Язвы. 2 ст. л. корней залить стаканом кипятка, варить на слабом огне 15 мин, настоять 1 час, процедить. Применять для обмываний и примочек.

Рудбекия рассеченная (Rudbeckia Laciniata L.)

В США называют рассеченнолистная эхинацея (шишковидный цветок).

Распространение и места обитания

Родина – Северная Америка, где растет на осветленных лесных участках и по берегам рек, образуя сплошные заросли и вытесняя растущие рядом растения.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 200 см с горизонтальным, сильно разветвленным корневищем. Нижние листья перисто-раздельные, стеблевые – трехраздельные. Язычковые цветки ярко-желтые, в 1–3 и более рядов, трубчатые – светло-желтые, образуют соцветия в диаметре 9–10 см. Цветет в июле – августе.

Имеются сорта отличающиеся махровостью соцветия, высотой растения (от низкорослых – 80 см – до великанов – 200 см). В культуре наиболее распространен сорт «Goldball», который у нас в стране известен под названием «Золотые шары».

Применение в медицине

Индейцы США накладывают примочку из цветков на ожоги. Настой корней пьют при диспепсии (расстройствах пищеварения).

Другие свойства

Чероки готовят весенний салат из молодых побегов. Настой корней применяют в ветеринарии: на грудь и ноги лошадей накладывают примочки как стимулирующее средство.

Как использовать

Ожоги. 2 ст. л. соцветий рудбекии залить стаканом кипятка, настоять 2 часа, процедить. Делать обмывания и примочки.

Рута душистая, или пахучая (Ruta Graveolens L.)

Семейство рутовые.

По одной из версий, научное название рода произошло от греческого слова, означающего «спасать», «помогать».

Научное название вида указывает на то, что все части руты: корни, листья стебли, цветки и даже семена обладают своеобразным ароматом. Валафрид Страбон в «Садике» указывает на это свойство: «И прикоснешься едва, аромат испускает тяжелый».

Рута упоминается в «Гамлете». Это растение было воплощением печали, что совсем не удивительно: его листья исключительно горьки на вкус. Побеги руты использовались для окропления храмов перед воскресной мессой, и по этой причине она называлась травой благодати, или воскресной травой.

Распространение и места обитания

Родина руты – Средиземноморье. В России растение в диком виде встречается только в

Калининградской области, как заносное растение. В природе рута растет на сухих каменистых, щебнистых склонах. Разводится как лекарственная и эфиромасличная культура в ряде зарубежных стран.

Ботаническое описание

Вечнозеленый полукустарник высотой до 70 см. Ценится не столько за цветение, сколько за голубоватую ажурную и воздушную листву. Листья очередные, черешковые, дважды– или триждыперисторассеченные, сизо-зеленые. Цветки мелкие, желтые, собраны в соцветия – кисти. Плод – шаровидная четырехгнездная коробочка. Цветет в июне – августе. Семена созревают в сентябре – октябре. Все растение имеет сильный, своеобразный запах, изначально неприятный, но при высушивании переходящий в аромат, напоминающий розу.

Имеются сорта с серо-голубыми листьями, с кремовыми пятнами на листьях.

Действующие вещества

Надземная часть содержит эфирное масло – 0,3–0,4 %, в листьях – до 1,94 % (в его состав входят нонанон-2, ундеканон-2, ундеканол-2, нонанол-2, 2-ундецилацетат, 2-нонилацетат, составляющие до 90 % всего эфирного масла, и придающие своеобразный аромат растению); в небольших количествах представлены еще около 30 компонентов эфирного масла. Кроме того, в траве растения обнаружены алкалоиды (рутамин, скиммианин, кокусагинин и другие), кумарины (бергаптен, псорален, ксантотоксин и другие), флавоноиды (рутин – до 2 %), аскорбиновая кислота – до 156,6 мг на 100 г.

Применение в медицине

Одно из самых популярных растений в медицине античности и Средневековья, применявшееся от разных болезней, отравлений и «злых духов». Неизвестный автор, живший в VI в., дает такой совет: «Против немощи, званой летаргией, что есть забывчивость, возьми траву руту, промой ее в уксусе и положи себе на чело». В Средние века считали, что «...многие свойства ее для лечения силу имеют...».

В восточной медицине (у Авиценны, Амасиаци и других авторов) руту применяли в лечении параличей и эпилепсии, для остановки носового кровотечения, обострения зрения и устранения шума в ушах. Также считалось, что рута помогает при кашле, вызывает аппетит и укрепляет желудок, вызывает месячные, выводит глистов, полезна при охлаждении поясницы и почек.

В Болгарии траву руты использовали для лечения блефаритов, конъюнктивитов, дисменореи, аритмии, тахикардии, сердечной недостаточности, геморроя, кожных сыпей.

В народной медицине отвар и настой надземной части используется как общеукрепляющее, тонизирующее, детоксикационное средство. Его пьют при атеросклерозе, астении, эпилепсии, неврозах, особенно климактерических, для улучшения зрения, при желудочных коликах, гипацидных гастритах, бронхитах, метроррагиях, диарее. Настой листьев употребляется при дисменорее, истерии, бешенстве, мочекаменной болезни, гельминтозах, головной боли.

Наружно настой травы и листьев используется в виде полосканий при папилломах гортани; примочки прикладывают к ушибам, повреждениям надкостницы, параличе лицевого нерва, пролежнях, чесотке, нарывам, гнойным ранам и язвам. Ванны из настоя надземной части принимают при скрофулезе и рахите.

Надземная часть руты душистой включена в фармакопее 8 стран мира, она является сырьем для многочисленных фитопрепаратов и рутина. В научной медицине применяется при спазмофилии, истерии, пневмониях; как противосудорожное и успокаивающее; при дисменорее и гельминтозах.

Растение и препараты из него нельзя применять беременным, при гипотонии, гиперацидном гастрите, язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки!

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Другие свойства

Листья и семена добавляют в салаты, овощные омлеты, блюда из рыбы, яиц и сырные паштеты, тушеное мясо, особенно баранину, колбасы. Из руты делают пряные укусы и вина.

Как использовать

Нервные расстройства, сердцебиение, головокружение, отдышка, импотенция, менструальные боли . 1 ч. л. травы руты залить стаканом кипятка, настоять 10 мин, процедить. Пить в теплом виде по стакану как чай утром и вечером. Этим настоем можно промывать воспаленные глаза.

Отсутствие аппетита, несварение и другие желудочные недомогания, сильные приливы к голове . 1 часть сока из свежих размятых листьев руты залить 6 частями 70 % спирта, поставить в темное место на 10 дней, процедить. Пить 3 раза в день по 10 капель на 1 ст. л. воды или кусочке сахара.

Раны. Порошок высушенных листьев или свежие измельченные листья прикладывают к ранам.

Раны гнойные, нарывы, язвы . 1 ст. л. травы руты залить 1 стаканом холодной кипяченой воды, настоять 8 часов, процедить. Применять для обмываний, примочек и компрессов пораженных мест.

Стресс, адаптационный синдром, апатия, безволие, меланхолия. 1 часть травы руты и залить 5 частями водки, настоять в темном месте 2 недели, регулярно взбалтывая, процедить. Пить по 20–40 капель (не превышать дозу!) 2–4 раза в день в 70 г воды.

Сердцебиение, слабая работа желудка и кишечника, задержка и болезненные менструации, нервная раздражительность . 1 ч. л. травы руты залить 2 стаканами холодной кипяченой воды, настоять 8 часов, процедить. Пить по 1/2 стакана 4 раза в день.

Как выращивать

Рута предпочитает солнечные открытые участки. Малотребовательна к почвам, может расти на щебнистых, каменистых участках. Однако для лучшего роста и развития ей необходимы среднесуглинистые или супесчаные, умеренно увлажненные, дренированные, нейтральные или слабокислые почвы. Переувлажненных и сильнокислых почв лучше избегать.

Уход – регулярные прополки и рыхление почвы; поливают по мере необходимости в жаркое и сухое лето. Во второй и последующие годы рано весной проводят подкормки комплексными минеральными удобрениями.

При уходе соблюдают меры предосторожности, так как у восприимчивых людей при соприкосновении с листьями руты может наблюдаться покраснение (воспаление) кожи и даже появляться ожоги (фотодерматиты).

Размножается семенами и вегетативно (зелеными черенками). Семена сеют в открытый грунт в начале мая на глубину 2–3 см. Всходы появляются на 14–26 сутки. Для получения гарантированных всходов и при наличии малого количества семян руту выращивают через рассаду. Всходы появляются быстрее, чем на улице, – уже на 8–12 день. В начале июня рассаду высаживают в открытый грунт на постоянное место. Растения зацветают на 2-й год.

Черенкуют молодые зеленые стебли в начале лета. Черенки укореняются в течение 15–20 дней.

Рябчик (*Fritillaria*)

Семейство лилейные.

Родовое научное название, по одной из версий, происходит от латинского слова «fritillus» – «шахматная доска» – и дано за пеструю окраску цветков некоторых видов, напоминающую шахматную доску. По другой версии – от латинского «fritillus», что означает «кубок» или «сосуд для игральных костей», и связано не с окраской, а с формой цветка.

Русское название «рябчик» растение получило за сходство усыпанных разноцветными крапинками цветов с перьями лесной птицы – рябчика.

Как выращивать

Рябчик высаживают на открытом месте или легкой тени, камчатский подвид лучше растет в тени. Выращивают на хорошо дренированных средних и легких, плодородных слабокислых почвах.

Из приемов ухода можно отметить необходимость мульчирования торфом или лиственной слойкой 3–5 см посадки рябчиков. Подкормку производить слабым раствором комплексных минеральных удобрений весной.

Размножаются семенами (луковицами-детками) и вегетативно. Семена высевают на глубину 1 см сразу после сбора в рассадник с подготовленной, плодородной и дренированной почвой, так как сеянцы будут расти здесь несколько лет. Всходы появляются весной следующего года. Через 2–4 года их переносят на постоянное место. Зацветают на 3–8-й год в зависимости от вида.

Лучше размножать рябчик детками, которые во множестве формируются на донце луковицы и легко отделяются. Детки сажают в конце августа – середине сентября на глубину от 2 до 10 см (в зависимости от их размера).

Рябчик камчатский (*Fritillaria Camtschaticensis* (L.) Ker Gawl.)

На Камчатке называют «сарана».

Распространение и места обитания

Растет на разнотравных лугах, морских террасах, в тундре. Встречается по всему Дальнему Востоку.

Ботаническое описание

Луковичное лесное растение высотой до 60 см. Луковица шарообразная, достигает в диаметре до 4–5 см. Листья расположены в мутовках по 5–10 штук, снизу сизоватые, после цветения желтеют. Цветки темно-бронзовые или пурпуровые, внутри яркие, со слабым шахматным рисунком, воронковидные, до 3,5 см длиной, по 2–3 на верхушке стебля. Цветки имеют специфический неприятный запах. Цветет в конце мая – начале июля. Семена созревают в августе, но очень редко.

Действующие вещества

В луковицах найдены алкалоиды (куроюринидин, соланидин, солантрен, камчатканидин, вералкамин); фенольные соединения (регалозид А и другие), крахмал – до 23 %. Надземная часть содержит алкалоиды (соланидин, соласодин, томатиденол, хапепунин, анракоринин). В цветках обнаружены антоцианы (керацианин, хризантемин,

фритилларицианин); жирные масла.

Применение в медицине

В китайской медицине луковицы используют в лечении туберкулеза легких, респираторных инфекций, коклюша, малокровия, как успокаивающее, кровоостанавливающее, отхаркивающее, жаропонижающее, лактогенное средство. В виде пластыря растительное сырье, полученное из луковиц, прикладывают на фурункулы, абсцессы.

Другие свойства

На Камчатке луковицы, богатые крахмалом, едят в сыром и отварном виде и заготавливают впрок на зиму.

Как использовать

Малокровие. 20 г луковиц рябчика залить 100 мл кипятка, варить на слабом огне 15 мин, настоять 30 мин, добавить 1 ст. л. меда. Съесть все за 1 день в 3 приема.

Фурункулы, абсцессы. Свежую луковицу рябчика измельчить в пастообразное состояние, наложить на пораженное место.

Рябчик шахматный (Fritillaria Meleagris L.)

Видовое название «meleagris» означает «пятнистая окраска оперения» и, как и русское название, отсылает к окраске рябчика – или тетерки.

Распространение и места обитания

Растет в лесах, на лугах, сырых местообитаниях. Встречается в центральных районах европейской части России.

Ботаническое описание

Многолетнее луковичное растение высотой до 35 см. Листья линейно-ланцетные, суженные, на конце туповатые. Цветки одиночные, реже по два, колокольчатые поникающие, красновато-коричневые с четким шахматным рисунком, до 2,5 см в диаметре. Цветет в конце мая – июне. Луковица до 2 см в диаметре, сплюснутая.

Есть несколько сортов, отличающихся по окраске цветков: белой, розовой, красно-фиолетовой.

Действующие вещества

В подземной части найдены алкалоиды (империалин). В цветках обнаружены флавоноиды (кемпферол).

Применение в медицине

Соком подземной части лечат фурункулы, язвы. Цветками – лихорадку.

Как использовать

Фурункулы, язвы. Из свежей луковицы выжать сок, нанести его ок на пораженные места.

Синеголовник плосколистный (Eryngium Planum L.)

Научное родовое название происходит от древнегреческого имени одного из видов синеголовника, значение имени неясно. В некоторых областях России его называют «чертогоном», так как верят, что, подвесив пучки высушенных растений над входной дверью, можно защититься от злых людей, потому что они не смогут переступить порог дома.

Распространение и места обитания

Растет на лугах, в степях, на опушках лиственных и сосновых лесов, в зарослях кустарников, на залежах. Встречается в центральных и южных районах европейской части России, на Кавказе, в Западной Сибири.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 80 см. Стебли в верхней части ветвистые, синеватые. Листья жесткие, тонкие, кожистые, верхние стеблевые – трех–пятираздельные. Цветки голубые или синие, собраны в головчатое соцветие яйцевидной формы до 2 см в диаметре. Листочки обертки синие, линейные, шиловидно-зубчатые. Плод – двусемянка. Цветет в июне – июле. Семена созревают в августе – сентябре.

Действующие вещества

Корни содержат углеводы (фруктоза, глюкоза, сахароза, эрингиумо-лигосахариды А и В, кестоза); органические кислоты (яблочная, лимонная, гликолевая, щавелевая); эфирное масло – до 0,13 %; терпеноиды (ангелат ферулола); тритерпеновые сапонины (эрингиум сапонины А, В, С, D); полиацетиленовые соединения (фалькаринон, фалькаринолон, фалькаринол); фенолкарбоновые кислоты и их производные (розмариновая кислота – до 0,08 %, хлорогеновая). В надземной части найдено эфирное масло – до 0,14 %, сапонины – до 0,5 %. В листьях обнаружены углеводы (фруктоза, глюкоза, сахароза); органические кислоты (яблочная, лимонная, гликолевая, малоновая, щавелевая); тритерпеноиды (эрингиумгенины А, А1, В, F, G, эрингинолы А и В, баррингенолы, баррингтогенол); витамин С; фенолкарбоновые кислоты и их производные (хлорогеновая, розмариновая кислоты); флавоноиды (кверцетин, кемпферол). Плоды содержат эфирное масло – до 0,6 %; углеводы (фруктоза, глюкоза, сахароза, кестоза); кумарины, флавоноиды (кверцетин, кемпферол); жирное масло – до 29 %.

Применение в медицине

Отвар корней в странах Западной Европы пьют как отхаркивающее, мочегонное и потогонное средство, при коклюше, заболеваниях мочевого пузыря, как детоксикационное средство при отравлении грибами и укусах змей.

Надземная часть издавна используется в народной медицине разных стран при болезнях печени, эпилепсии, как мочегонное средство. Отвар и настой надземной части применяют как отхаркивающее, седативное средство, пьют при водянке, почечнокаменной болезни, диатезе, спазмофилии, головной боли, малокровии, бессоннице, ревматизме. В Казахстане отвар соцветий применяют при желудочных коликах.

Другие свойства

Прикорневые молодые листья добавляют в салаты, корни тоже съедобны.

Как использовать

Мочепускания задержка, камни в мочевом пузыре . 1–3 ч. л. корней синеголовника, залить стаканом кипятка, варить на слабом огне 15 мин, настоять до охлаждения, процедить. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день до еды.

Почечнокаменная болезнь . 10 г травы синеголовника залить 1 стаканом кипятка, кипятить 5 мин на слабом огне, процедить. Пить по 1 ст. л. 3–4 раза в день.

Как выращивать

Синеголовник высаживают на открытых солнечных участках, он хорошо растет почти на любых почвах, но лучше себя чувствует на хорошо дренированных, сравнительно бедных, нейтральных, так как в таких нелегких условиях у него становится более насыщенный цвет листьев.

Уход очень прост: прополка, систематическое рыхление почвы вокруг кустов, на продуваемых участках длинные экземпляры подвязывают к опоре.

Растение размножают семенным путем и вегетативно (делением куста). Эффективнее всего семенами, которые высевают под зиму в открытый грунт на глубину 1–1,5 см. Рассадку высевают в феврале-марте. При температуре +18–20 °С всходы появляются на 20–30 день. Сеянцы пересаживают в июне, пока они маленькие. В таком случае растения зацветают на 2-й год.

Размножать делением синеголовники достаточно сложно, поскольку их корни ломаются и деленки плохо приживаются. Кусты делят в мае, продольным делением мощных корней с несколькими розетками, оберегая при этом очень хрупкие корни.

Синюха лазурная, или Голубая (*Polemonium Caeruleum* L.)

Семейство синюховые.

Согласно известному римскому ученому и писателю Плинию Старшему, родовое научное название произошло от греческого слова «polemos», означающего «битва, сражение», а растение было названо в память о споре между двумя правителями – Полемоном из Понта и Филейтаром из Каппадокии. Поводом послужило право первенства – открытие лечебных свойств синюхи. А спорить было из-за чего: синюха по успокаивающему действию превосходит валериану и пустырник, а как отхаркивающее не уступает знаменитой сенеге. По другой близкой версии, название произошло от имени первого упомянутого правителя.

В народе этот вид синюхи называют вредной травой, маточником.

Научное видовое название с латинского переводится как «темно-голубой, лазурный» и, также как русское родовое название, дано ей за ярко-синие, ароматные, хорошо заметные цветки.

Распространение и места обитания

Встречается в лесной и лесостепной зонах европейской части России и южных районах Сибири. Растет по зарослям кустарников по долинам и берегам рек, на пойменных и лесных лугах, на полянах и опушках темнохвойных, лиственничных и березово-осиновых лесов, горных высокогорных лугах.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение с толстым горизонтальным корневищем, густо усаженным тонкими, серовато-желтыми мочковидными корнями. Стебли высотой до 120 см, прямостоячие, полые. Листья очередные, непарноперистые, с 10–12 парами яйцевидных заостренных листочков; нижние – длинночерешковые, верхние – сидячие. Цветки голубые или синевато-лиловые, собраны в конечные метельчатые соцветия. Соцветие и цветоножки покрыты железистым опушением. Плод – почти шаровидная многосеменная коробочка. Цветет в июне – июле; семена созревают в июле – августе.

Есть разновидности с белыми цветками и пестрыми листьями.

Действующие вещества

Корневища и корни синюхи голубой содержат тритерпеновые сапонины (до 30 %) с высоким гемолитическим индексом (около 7000). По гемолитическому индексу сырье синюхи голубой равноценно североамериканской сенеге. Кроме того, в подземных органах найдены смолы (1,28 %), органические кислоты, жирные и эфирные масла.

Применение в медицине

Благодаря большому количеству сапонинов (тритерпеновых гликозидов) отвары и настои корней и корневищ синюхи оказывают отхаркивающее, а также выраженное успокаивающее действие. По успокаивающей активности синюха эффективнее валерианы в 8–10 раз.

В монгольской медицине корневища и цветки используют при колющих болях в груди, острых и хронических воспалительных процессах, кашле и других заболеваниях легких. В корейской медицине настои корневищ с корнями применяют как успокаивающее, гипотензивное, отхаркивающее, кровоостанавливающее средство, его пьют при кардионеврозе, хроническом бронхите, бронхоэктазии, туберкулезе легких.

В народной медицине корневища с корнями употребляют при эпилепсии, туберкулезе легких, коклюше, лихорадящих состояниях, язве желудка и 12-перстной кишки, при дизентерии. Наружно отвар корневищ применяют в виде припарок при укусах змей. Настой надземной части используется при дизентерии, нервных заболеваниях, как успокаивающее и отхаркивающее, противорвотное средство, как детоксикационное при укусах змей, при зудящих дерматозах.

В научной медицине РФ отвар и экстракт корневищ синюхи голубой применяется при лечении острых и хронических бронхитов, бронхопневмоний, абсцессов легких. При терапевтическом изучении синюхи как отхаркивающего средства установлено, что она не только не уступает в этом отношении импортной сенеге, но и несколько превосходит ее по лечебному эффекту, особенно при хронических и острых бронхитах.

Препараты синюхи эффективны у больных, страдающих бессонницей и от нервного возбуждения, имеющих проблемы со сном. Для лечения больных язвенной болезнью желудка и двенадцатиперстной кишки применяют комбинацию синюхи голубой, обладающей седативной активностью, и сушеницы топяной, оказывающей ранозаживляющее и регенерирующее действие. Комбинированный метод лечения при язвенной болезни наиболее эффективен у больных с повышенной секреторной активностью желудочного сока.

Как использовать

Отхаркивающее средство при кашле, успокаивающее при перевозбуждении нервной

системы и неврозах, язва желудка и 12-перстной кишки. 2 ст. л. корневищ с корнями синюхи голубой, залить 1 стаканом кипятка, нагреть на водяной бане в течение 15 мин, охладить, процедить. Пить по 1 ст. л. 3–5 раз в день, после еды. При язвенной болезни отвар принимают по 1 ст. л. 3 раза в день, после еды, одновременно с настоем сушеницы топяной, который пьют до еды.

Страх ожидания перед операциями, экзаменами, публичными выступлениями и т. п. 2 ст. л. корневищ с корнями синюхи голубой, залить стаканом кипятка, настоять 1 час, процедить. Пить по 1 ст. л. 3–5 раз в день через 2 часа после еды.

Как выращивать

Размещают на солнечных местах или полутени. Выращивают на любых окультуренных слабокислых рыхлых умеренно влажных почвах. Так как является влаголюбивой культурой, то не боится переувлажненной почвы и пониженных участков.

Обратите внимание на следующие особенности ухода. Если нужны корневища большей массы, то необходимо на 2-й год провести вершкование, то есть скашивание стеблей на высоте 20–25 см от поверхности почвы в период их массового развития. После отрастания новых стеблей (подгона) вершкование повторяют. Если большой урожай подземных органов не нужен, а важен декоративный эффект, то растение доводят до цветения и затем срезают отцветшие цветоносы.

Размножается семенным путем и делением куста. Семенами высевают преимущественно весной на глубину 1–1,5 см. Можно сеять и под зиму. Всходы появляются через 15–20 дней. Сеянцы зацветают на 2-й год.

Взрослое растение легко разламывается или режется на розетки-деленки. Эту операцию проводят в апреле или в августе – сентябре. При осенней посадке растения нужно немного заглубить или замульчировать на 3–5 см торфом, чтобы за зиму морозом их не выдавило на поверхность.

Сныть обыкновенная «пестролистная» (*Aegopodium Podagraria* «*Variegata*»)

Семейство сельдерейные (зонтичные).

Культурная форма обычного сорного растения, распространенного в лесах Европы и Азии. Родовое научное название переводится как «козья нога» и дано Карлом Линеем за сходство парных боковых листочков сложного листа сныти со следом козы.

В народе ее называют снитками, снитью, дедильником, ягнлицей, шнитом.

Распространение и места обитания

Растет в широколиственных и мелколиственных лесах, на полянах, опушках, как сорняк в огородах. Встречается почти повсюду на территории европейской части России, на Кавказе, Западной Сибири и на юге Восточной Сибири.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 60 см с длинным ползучим корневищем. Листья фиолетово-зеленые с белой каймой (у молодых листьев кайма кремовая) образуют сплошной декоративный покров из пестрых листьев достигает на высоте 25–30 см. Цветки мелкие, белые, собраны в зонтиковидные соцветия. Цветет в июне-июле. Семена созревают в июле-августе.

Действующие вещества

В надземной части найдено эфирное масло – до 0,04 %, особенно много в соцветиях – до 0,14 % (в его составе есть лимонен, β-фелландрен); стероиды (β-ситостерин); азотосодержащие соединения (холин), витамин С – до 100 мг на 100 г; флавоноиды (кверцетин, кемпферол), микроэлементы (железо – до 16,6 мг на 100 г, медь, марганец и другие).

Применение в медицине

В народной медицине настой надземной части используют при болезнях органов пищеварительного тракта, болезнях почек и мочевого пузыря, дыхательных путей, артрите, как детоксикационное средство. Настой травы принимают внутрь при различных поражениях суставов, особенно при подагре и ревматизме.

Листья обладают противовоспалительным, смягчительным, диуретическим, ранозаживляющим действием; свежие листья действуют обезболивающе. Измельченные листья прикладывают на рожистые воспаления, экссудативный диатез, к больным местам при подагре, ревматизме. В гомеопатии надземная часть используется при ревматизме и подагре. Молодые листья, собранные до цветения, едят для лечения и профилактики гипо- и авитоминозов (цинги).

Другие свойства

Молодые листья добавляют в салаты, из них готовят щи. Листья окрашивают ткани в желтый, зеленый цвета. Медонос.

Как использовать

Ревматизм, подагра, артрит. 4 ст. л. травы сныти залить 2 стаканами кипятка, настоять до охлаждения, процедить. Пить по 1/2 стакана 3–4 раза в день до еды.

Ревматизм, подагра. Свежие измельченные листья употребляют в качестве обезболивающих компрессов на больные места.

Как выращивать

Размещают в тенистых и полутенистых местах. Хорошо растет на любой окультуренной садовой почве, особенно плодородной и влажной.

Уход прост: вырезка цветоносов, так как они не очень красивы, удаление особей с зелеными, не пестролистными листьями вместе с корнями. Важнее всего предотвратить агрессивный захват соседних территорий и вытеснение других растений. Для этого необходимо ограничивать рост сныти ежегодным выкапыванием лишних растений или выращивать в подземные контейнеры из жести или полиэтилена с перфорированным дном. Кроме защиты окружающих растений, такие меры также создают условия для образования более компактных и густых куртин.

Очень легко размножается отрезками корневищ, которые можно делить и сажать на глубину 3–5 см практически в любое время с мая по сентябрь.

Спаржа аптечная (*Asparagus Officinalis* L.)

Семейство спаржевые (лилейные).

Родовое научное название происходит от древнегреческого слова «asparasso» – «сильно рвущий»; и связано с острыми шипами у некоторых видов рода.

В народе называют мухомором, конской гривой, заячьими глазками, сорочьими

глазками, козьей бородой, журавлиными ягодами.

Распространение и места обитания

Растет на остепненных лугах, среди кустарников. Встречается в европейской части России, на Кавказе, Западной Сибири.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение с мощными, горизонтальными корневищами. Стебли прямые, гладкие, ветвистые, высотой до 150 см. Филлокладии, (многие принимают их за листья – на самом деле это видоизмененный побег) собраны по 3–6 в пучок, нитевидные, прямые, до 3 см длиной, отходящие под острым углом. Цветки беловато-зеленоватые, удлинненно-воронковидные, мелкие, на тонких, согнутых цветоножках. Плоды шаровидные, шарлахово-красные ягоды до 0,8 см в диаметре. Цветет в июне – июле. Семена созревают в августе – сентябре.

Действующие вещества

В подземной части найдены углеводы (глюкоза, рамноза, ксилоза); эфирное масло; стероиды (аспарогозиды А, В, С, D,F,G,H,I и другие); производные γ -пирона (хелидоновая кислота – до 0,03 %). Надземная часть содержит фенолы и их производные (ванилин, кониферин, пирокатехин); флавоноиды (кверцетин, кемпферол, изорамнетин, рутин – до 1 %); каротиноиды. В плодах найдены стероиды (ситостерин и его глюкозиды, сарсапогенин, ямогенин и другие). Семена содержат углеводы и их производные (глюкоманнаны); жирное масло – до 14,7 %.

Применение в медицине

Подземная часть включена в фармакопеи ряд европейских стран. В практической медицине настой корневищ пьют при болезнях почек, дизурии. В китайской медицине отвар подземной части используется как мочегонное при подагре, сахарном диабете, ревматизме, при заболеваниях легких, коклюше. В народной медицине разных стран настой корневища употребляют как мочегонное при водянке, почечнокаменной болезни, сахарном диабете, при эпилепсии, диатезе, как успокаивающее, при тахикардии. Отвар корневища пьют при неврозах, истерии, как средство, снижающее сахар в крови.

Настой подземной части и стеблей применяют при болезнях желудка и сахарном диабете. Настой надземной части – при лечении заболеваний сердца, почек, мочевого пузыря. Плоды – при диарее, дизентерии, импотенции. Семена употребляют как мочегонное и лактогенное средство; их настой пьют при импотенции, а также как детоксикационное средство.

Другие свойства

Широко выращивается как овощное растение. Молодые побеги употребляют в пищу в вареном и консервированном виде. Семена являются суррогатом кофе.

Настой подземной части и стеблей в ветеринарии используют как мочегонное при болезнях почек, дизурии, при тахикардии.

Как использовать

Пиелонефрит, цистит, мочекаменная болезнь, аденома предстательной железы. 1

ст. л. измельченных корневищ с корнями спаржи залить 0,5 л кипятка, варить на слабом огне 10 мин, настоять до охлаждения, процедить. Пить по 0,5 стакана 4 раза в день за 30 мин до еды.

Пиелонефрит, цистит, мочекаменная болезнь . 2 ст. л. измельченной травы спаржи залить 0,5 л кипятка, варить на слабом огне 5 мин, настоять до охлаждения, процедить. Пить по 0,5 стакана 4 раза в день за 30 мин до еды.

Импотенция . Взять 20 г плодов, залить 1 стаканом кипятка, варить на слабом огне 15 мин, процедить. Пить по 1 ст. л. 3–4 раза в день.

Зубная боль . Кусочек свежего корня жевать как жевательную резинку.

Тахикардия. 1 ст. л. корней спаржи залить 1,5 стаканами воды, довести до кипения, варить 1 мин, снять с огня, добавить 1–2 ч. л. травы спаржи, настоять 2 часа, процедить. Пить по 2 ст. л. 3 раза в день.

Как выращивать

Спаржу высаживают на открытых солнечных и немного притененных участках. Выращивают на рыхлых высокоплодородных, умеренно увлажненных, слабокислых с большим окультуренным слоем (25–30 см) почвах.

Прополку и рыхление проводят осторожно, чтобы не повредить поверхностно расположенные корни. Каждый год рано весной растения подкармливают комплексными минеральными удобрениями. Первые два года после посадки растения в течение лета 2–3 раза окучивают. Осенью перед заморозками отмершие побеги срезают у самой поверхности почвы, и почву вокруг каждого куста мульчируют перепревшим навозом, листьями и торфом.

Размножается вегетативным путем (делением куста) и семенами. Кусты делят и пересаживают весной или осенью, чтобы корневая шейка находилась на 5–6 см ниже уровня почвы. Однако чаще спаржу выращивают рассадой. Сеют семена в марте – апреле на глубину 3–4 см. Перед посевом семена замачивают на сутки в теплой воде. Первые всходы появляются примерно через месяц. В июне окрепшие сеянцы пересаживают в открытый грунт на постоянное место. Также можно высевать растения прямо в открытый грунт в мае. Зацветают сеянцы на 3-й год.

Для использования спаржи в пищевых целях из рассады лучше высаживать мужские растения – они более продуктивны и долговечны. Декоративные качества, напротив, больше демонстрируют женские растения, у которых осенью появляются красочные яркие плоды.

Стахис шерстистый, или Чистец шерстистый (Stachys Lanata Jasq.= S. Byzantina C.Koch)

Семейство яснотковые (губоцветные).

Научное родовое название в древнейшие времена использовалось для различных видов губоцветных. Греческое слово «stachylos» означает «колос», название дано за внешний вид соцветий. Видовое научное название указывает на беловойлочное шерстистое опушение.

Распространение и места обитания

Встречается на Кавказе. Растет на каменистых склонах, разводится в садах, иногда дичает.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое корневищное растение высотой до 60 см, с прямостоячими, четырехгранными, слабо облиственными стеблями. Листья толстые, продолговато-линейные

или лопатчатые, суженные к основанию, беловолючно-опушенные, что придает им особую декоративность. Цветки двугубые, мелкие, розово-лиловые или сиреневые, собраны в плотные, колосовидные соцветия. Плод сухой, распадающийся на четыре орешка. Цветет в июне – сентябре. Семена созревают в августе – октябре.

Широко распространен сорт «Silver Carpet», образующий низкий плотный серебристый ковер.

Действующие вещества

Надземная часть содержит эфирное масло – до 0,044 %; иридоиды (гарпагид, 8-О-ацетилгарпагид); алкалоиды – 0,044 % (стахидрин); витамины (С, К); фенолкарбоновые кислоты и их производные (кофейная, хлорогеновая, неохлорогеновая); дубильные вещества – 1,33 %; флавоноиды (апигенин, лютеолин).

Применение в медицине

При метроррагиях оказывает обезболивающее действие. Отвар корней принимают при желудочных коликах. Жидкий спиртовой и сухой экстракты, отвары и настои надземной части снижают артериальное давление. Отвар листьев принимают при болях в желудке.

Другие свойства

Медонос.

Как использовать

Боли в желудке. 1 ч. л. надземной части стахиса залить 1 стаканом кипятка, настоять 2 часа, процедить. Пить по 2–3 ст. л. 3–4 раза в день.

Как выращивать

Стахис любит открытые солнечные места. Его выращивают на хорошо дренированных рыхлых нейтральных или слабокислых умеренно плодородных почвах. При обилии света и бедной почве листья растения мельчают и обретают более интересный серебристый цвет.

Уход заключается в умеренном поливе в сухую и жаркую погоду, удалении цветочных стеблей в стадии бутонов, так как они снижают декоративность. С возрастом центр куста оголяется, поэтому весной старую часть растения можно вырезать острой лопатой, подсыпать на это место перегной и посадить несколько молодых розеток. Таким образом растение омолаживается.

Размножается стахис семенами и вегетативно (делением куста и черенками). Семена высевают под зиму или весной в рассадник на глубину 0,5–1 см. На постоянное место сеянцы пересаживают следующей весной. Взрослые кусты делят весной и в конце лета – начале осени. На черенки используют нижние части стеблей, для ускорения укоренения применяют стимуляторы корнеобразования (это делают в начале лета).

Страусник (Страусопер) обыкновенный (*Matteuccia Struthiopteris* (L.) Tod.)

Семейство оноклеевые.

Родовое научное название этого папоротника дано в память об итальянском естествоиспытателе С. Маттеучи. Его народное название определяется формой листа, напоминающей страусиные перья.

Распространение и места обитания

Растет в еловых и смешанных лесах, зарослях высокотравья. Встречается в европейской части России, в Сибири и на Дальнем Востоке.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 150 см и диаметром куста до 1 м. Имеет черно-бурое чешуйчатое, быстро разрастающееся в разные стороны подземное корневище. Листья (вайи) бывают двух видов. Бесплодные (стерильные) вайи в очертании обратноланцетовидные, нежные, светло-изумрудные, перисто-рассеченные, собраны в бокаловидную чашу-воронку. Эти вайи вырастают длиной до 100 см и шириной до 20 см. В центре этого роскошного куста в августе развиваются плотные, кожистые, темно-бурые, перистые спороносные вайи, до 60 см длиной и до 5 см шириной, – хороший материал для зимних букетов. Споры созревают во второй половине лета.

Действующие вещества

Содержит стероиды (экдистерон, понастерон А, птеростерон, β-ситостерин); витамины (С, В, ниацин, в листьях содержится витамина Р – 650 мг на 100 г., рибофлавин); высшие жирные кислоты (арахидоновая, эйкозапентаеновая); липиды. В надземной части обнаружены флавоноиды (витексин, ориентин, глюкозиды кемферола, кверцетина, маттеуцинола и С-метилфлаванона); углеводы и родственные соединения – до 13 % (глюкоза, сахароза, фруктоза, крахмал – до 3,3 %); экдистерон – до 0,04 %, липиды – до 6,7 %.

В спорах найдены липиды – до 11,3 % (фосфатидилглицерин, дифосфатидилглицерин, фосфатидилэтаноламин); каротиноиды (каротин, ксантофилл); высшие жирные кислоты (лауриновая, тридекановая, миристиновая, пентадекановая, пальмитиновая, арахидоновая и другие).

Применение в медицине

Настой корневищ и листьев употребляют как спазмолитики при различных коликах, болях в желудке и злокачественных опухолях. Отваром корневищ лечат бели. Настой корневищ пьют при меноррагиях (обильных менструациях), при кашле и удушье. Порошком листьев (вай) и спорами посыпают участки кожи, пораженные дерматозом, обожженные и отмороженные участки. Споры оказывают ранозаживляющее, противовоспалительное и антисептическое действие, поэтому ими посыпают раны, ссадины, мокнущие коросты. Компрессы из листьев прикладывают на тело при болях в костях.

В племенах индейцев ряда племен в США отвар нижней части стеблей спороносных вай (листьев) принимают в гинекологических целях для ускорения выхода последа после родов, а также при болях в спине.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Другие свойства

Инсектицид.

Как использовать

Раны, ссадины, мокнущие язвы, дерматозы, ожоги, обморожения . Спорами

страусопера посыпать пораженные участки тела.

Дерматозы, ожоги, обморожения. Вайи (листья) страусопера измельчить в порошок. Посыпают пораженные участки тела.

Как выращивать

Страусник хорошо чувствует себя в разных местах – на затененных и солнечных участках, на бедных и богатых почвах. Важно чтобы почва была влажной. На открытых участках под воздействием солнечного света растение мельчает (60–80 см), а сочная зелень тускнеет, приобретая бледно-зеленую окраску, поэтому в таких местообитаниях необходим более частый и обильный полив. Надо помнить, что взрослый страусник из-за быстро разрастающихся подземных корневищ способен сильно расползаться в разные стороны, появляясь неожиданно за 1,5–2 м от места посадки. Поэтому каждый год нужно окапывать его куртины, удаляя ненужные отрезки корневищ и растения или закопать по периметру на глубину 30–40 см ограничитель.

Размножается вегетативно и при помощи спор. При вегетативном размножении используют отрезки ползучих корневищ длиной 20–25 см с двумя почками. Их сажают на глубину 3–4 см в течение длительного периода времени с мая по сентябрь. Пересаживать папоротники можно ранней весной, до отрастания вай (листьев) или в первой половине августа, во время созревания спор.

Размножить страусник из спор, которые образуются в большом количестве, и более эффективный способ, и более хлопотный. Споры высевают в плошки с продезинфицированным торфом, накрывают стеклом и регулярно увлажняют. Через 2–5 недель споры прорастают, и вся поверхность субстрата покрывается изумрудной зеленью заростков папоротников. Подростшие молодые растения пикируют не менее двух раз, затем доращивают и только через 2 года высаживают на постоянное место. Папоротники, выращенные из спор, вырастают более мощными и стойкими.

Телекия прекрасная (*Telekia Speciosa* (Schreb.) Baumg.)

Семейство астровые (сложноцветные).

Распространение и места обитания

Растет по опушкам горных лесов, вдоль ручьев и рек. Встречается на Кавказе.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растения с хорошо развитыми корневищами и корнями. Стебли прямостоячие, облиственные, слабо опушенные, высотой до 200 см. Прикорневые листья, сердцевидно-овальные, заостренные, двоякозубчатые, снизу опушенные; стеблевые – сидячие, крупнозубчатые. Цветки желтые, собраны в соцветия-корзинки диаметром 10–12 см, которые покрывают все растение. Цветет в июле – августе. Семена созревают в августе – сентябре.

Внешне очень похожа на девясил высокий, и ее часто по ошибке заготавливают и используют как лечебное сырье девясила. От девясила отличается более округлыми листьями с сердцевидным основанием, семенами без летучек и другими признаками. Главное же отличие заключается в действующих веществах, поэтому телекия применяется при лечении гораздо меньшего числа болезней, чем девясил высокий.

Действующие вещества

В подземной части обнаружены углеводы (инулин – до 11 %); эфирное масло – до 1 %; монотерпеноиды; сексвитерпеноиды (алантолактон, гермакранолид, асперилин, телекин, изотелекин и другие); полиацетиленовые соединения. Надземная часть содержит углеводы (галактоза, глюкоза и другие); флавоноиды (глюкозиды лютеолина); алкалоиды (телекин); липиды; эфирное масло (стебли – до 0,7 %, листья – 0,18 %); жирное масло (токоферолы); липиды в листьях – 2,45 %; органические кислоты (винная, щавелевая, яблочная); сексвитерпеноиды (телекин, изотелекин и прочие).

Применение в медицине

Свежие корневища прикладывают при фурункулах. Отвар корневищ используется при злокачественных опухолях.

Другие свойства

На Кавказе корневища используют в пищу.

Как использовать

Фурункулы. Свежие корневища телекии привести в пастообразное состояние. Нанести массу на больные участки тела.

Как выращивать

Телекию высаживают на открытых солнечных местах и в полутени. Выращивают на разных по плодородию, кислотности, увлажненности и механическому составу почвах. При благоприятных условиях растение часто превращается в сорняк.

Превосходно реагирует на внесение удобрений, особенно органических, а также на обильный полив. При этом соцветия становятся крупнее, их окраска – ярче. После окончания цветения стебли нужно срезать, так как они быстро засыхают и портят внешний вид. Эта операция к тому же избавит от проблем с самосевом.

Размножается семенами и делением куста. Семена высевают под зиму на глубину 0,5–1 см. Зацветает на 2–3 год после посева. У взрослых растений в апреле – мае или в конце августа – сентябре делят кусты. Можно также с успехом использовать как рассадку обильный самосев, пересаживая его на постоянное место.

Тимьян ползучий (Thymus Serpyllum L.)

Семейство яснотковые (зубоцветные).

Есть несколько версий происхождения родового названия «thymus». По одной, оно произошло от слова «thymos», что означает «сила», «мужество». По другой версии, как указывает Карл Линней в своей «Философия ботаники», это название было дано древними греками по лечебному действию растения – «дыхание жизни», «дух». Согласно третьей версии, родовое название связано со словом «thyo» – «совершать жертвоприношения», так как тимьян ползучий является древнейшим культовым растением, и у многих народов существовал обычай сжигания его в храмах и на алтарях, чтобы получить благоуханный дым (фимиам).

В России тимьян ползучий часто называют богородской или богородичной травой. Это связано с обычаем в день успения Богородицы украшать ее иконы ароматными пучками тимьяна.

Распространение и места обитания

Встречается в европейской части России и в Сибири. Растет на возвышенных участках с сухими, хорошо дренированными почвами, на скалах, в каменистых степях, на степных лугах.

Ботаническое описание

Полукустарничек с распластанными стеблями, приподнимающимися или прямостоячими ветвями, высотой 4–10 см. Листья жесткие, короткочерешковые; яйцевидной или линейно продолговатой или почти линейной формы, длиной до 15 мм, покрыты эфиромасличными желёзками. Розово-лиловые цветки собраны в головчатые соцветия на концах ветвей. Плод состоит из 4-х темно бурых эллипсоидальных орешков. Цветет в июне – августе. Семена созревают в августе – сентябре.

Действующие вещества

Трава тимьяна ползучего содержит эфирное масло (свыше 1%), основными компонентами которого являются фенолы: тимол (до 35%) и карвакрол (до 20%) и другие. В траве найдены также тритерпеноиды (урсоловая и олеаноловая кислоты), флавоноиды, дубильные вещества, горечи, минеральные соли.

Применение в медицине

В народной медицине настой надземной части используют при простатите, женском бесплодии, глаукоме, лямблиозе, пародонтозе, панкреатите, как общеукрепляющее и кровоочистительное средство, болезненных менструациях. Сухой травой окуривают испуганных детей.

В Индии настой надземной части пьют при гастритах, заболевании печени, с ним делают примочки при чесотке и заболеваниях кожи. В Болгарии тимьян – популярное средство при бронхиальной астме, пневмонии, гастритах, желудочных коликах, язве двенадцатиперстной кишки, метеоризме. Настой надземной части добавляют в теплом виде в ванны при нервных заболеваниях, ревматизме, им полоскают рот при стоматитах.

В русской народной медицине душистая богородская трава была самым распространенным и популярным средством от алкоголизма.

Надземная часть тимьяна входит в фармакопеи многих стран мира. В научной и практической медицине отвар, жидкий экстракт надземной части применяется как отхаркивающее средство, а также болеутоляющее при радикулитах и невритах; полиартритах; настой пьют при рините и ринофарингите, в послеоперационный период при тонзилэктомии, парезах, радикулите, алкоголизме... В стоматологии экстракт тимьяна применяют при язве уздечки языка у детей. настой – при стоматитах, ангине. Экстракт входит в состав всем известного «Пертуссина» – отхаркивающего и смягчающего средства при бронхитах, острых респираторных заболеваниях, коклюше у детей.

Эфирное масло тимьяна обладает антисептической активностью по отношению к возбудителям туберкулеза (ее показатели в 8 раз выше, чем у фенола). Эфирное масло тимьяна применяют при ингаляции и аромолампах для лечения умственного утомления, бессонницы, депрессии, состояния страха, бактерицидных и вирусных инфекций, насморка, кашля, гриппа, бронхита, астмы, простуды, воспаления миндалин, ревматизма, артрита, нарушения кровообращения и пониженного артериального давления, нерегулярных менструаций.

Масло тимьяна нельзя применять во время беременности, детям младше 6 лет, а также при гипертонии! В остальных случаях его можно использовать в очень небольших количествах и никогда не наносить на кожу в неразбавленном виде.

Препараты тимьяна противопоказаны при беременности, декомпенсации сердечной деятельности, болезнях печени и почек.

Другие свойства

Тимьян облегчает усвоение пищи, поэтому его добавляют к мясу, особенно баранине, а также бобовым. Свежий и сухой тимьян часто используют при засолке огурцов и помидоров, изготовлении колбас, кладут в картофельные и помидорные салаты, супы, борщи.

Как использовать

Бронхит, простудные заболевания. 1 ст. л. травы тимьяна залить 1 стаканом кипятка, настоять 30 мин, процедить. Пить по 1/3 стакана 3–4 раза в день через 1 час после еды.

Артрит, ревматизм, подагра. 500 г травы тимьяна, залить 5 л кипятка, настоять 1 час, процедить. Настой добавляют в ванну.

Вывихи, растяжения, ушибы, повреждения сухожилий и связок. 20 г травы тимьяна залить 250 г 95 % спирта, настоять 3 недели, процедить. Использовать полученный травяной спирт для компрессов и растираний.

Ревматизм суставной и мышечный, паралич. 3 ст. л. травы обварить кипятком и быстро завернуть в марлю. Горячие подушечки прикладывать как обезболивающее средство.

Уменьшение выпадение волос, тонизирующее средство для волос. 1 горсть травы тимьяна залить 1 л кипятка, варить до упаривания наполовину, процедить. Втирать в волосистую часть головы и мыть голову.

Как выращивать

Тимьян высаживают на открытых солнечных участках. Он любит легкие, плодородные, нейтральные или слабокислые, хорошо дренированные почвы.

В уходе растение нетребовательно: необходимо регулярно обрезать надземную часть, чтобы сформировать плотные и компактные кустики, пропалывать землю. Обрезку проводят ранней весной или после цветения. Можно совместить со сбором целебного урожая и часть растений обрезать в фазу массового цветения.

Размножается семенами, черенками и делением куста. Сеют тимьян рано весной в рассаднике на глубину 0,5 см. При достаточной влажности и температуре в +18–20 °С. всходы появляются на 7-10-й день. Семена у тимьяна мелкие, всходы плохо заметны, поэтому нужно внимательно следить за их развитием, не позволяя сорнякам заглушать сеянцы. В возрасте 2 месяцев сеянцы образуют компактные кустики и пригодны для высадки на постоянное место. Зацветают растения в большинстве случаев на 2-й год.

Проще всего размножать тимьян делением куста. Для этого куст выкапывают и аккуратно разрезают на части. Веточки, стелящиеся по земле, отделяют в течение всего периода вегетации и высаживают сразу на постоянное место или отдельно – на доращивание.

Черенкование проводят с весны до середины лета, нарезают молодые побеги длиной 3–5 см и укореняют их в парниках или под стеклянными банками. Важно не допускать переувлажнения, иначе черенки загнивают. Укореняются они отлично через 2–3 недели.

Традесканция виргинская (Tradescantia Virginiana L.)

Семейство коммелиновые.

Родовое научное название дано в память о Джоне Традесканте, известном английском садовом.

Распространение и места обитания

Родина – юго-восточные районы Северной Америки. Растет главным образом в лесах и кустарниковых зарослях с богатыми почвами.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение с прямостоячими, ветвистыми узловатыми стеблями высотой 50–60 см. Листья линейно-ланцетные до 20 см длины с небольшим влагалищем, охватывающим стебель. Цветки трехлепестные, розово-фиолетовые, до 4 см в диаметре, многочисленные, собраны в зонтиковидные соцветия на вершине стеблей, под которыми расположены два крупных, килеватых прицветника. Плод – коробочка, раскрывающаяся продольными створками. Цветет в июле – августе. Семена созревают в сентябре–октябре.

Есть разновидности с голубыми, красными, кроваво-красными; розовыми цветками.

Применение в медицине

Индейцы США пьют настой надземной части как обезболивающее средство при болях в животе (особенно после переедания), а также как слабительное. Трава входит в состав сборов, используемых при почечных болезнях, как кровоостанавливающее средство – при расстройствах женской репродуктивной системы. Примочками из отвара корней или настоя листьев лечат рак кожи. Растение измельчают в пасту и втирают в места укусов насекомых.

Другие свойства

Надземную часть употребляют в пищу.

Как использовать

Запоры, обильные менструации. 2 ст. л. травы традесканции залить 2 стаканами кипятка, настоять 1 час, процедить. Пить по 1/2 стакана 3–4 раза в день.

Как выращивать

Традесканция хорошо растет на открытых солнечных, с легкой тенью в полуденные часы местах или в полутени деревьев и кустарников. Выращивают на увлажненной, плодородной, слабокислой почве.

К уходу нетребовательна: прополки, осторожное рыхление у кустов, обильный регулярный полив. Хорошо отзывается на ежегодные подкормки жидкими органическими и комплексными минеральными удобрениями (рано весной и в середине лета).

Размножается семенами и вегетативным путем (делением куста, стеблевыми черенками). Семена высевают в апреле в открытый грунт или в марте – в дома (теплицы) на глубину 0,5 см. Сеянцы зацветают на 3-й год. В благоприятных условиях происходит самосев. Кусты делят весной или в конце лета – начале осени, хотя при хорошем уходе эту операцию можно проводить и все лето. Стеблевые черенки, размером 10–15 см, нарезают в начале – середине лета. Они хорошо укореняются в песке, перлите, воде в течение 10–14 дней. После укоренения их высаживают на постоянное место.

Тысячелистник (Achillea)

Семейство астровые (сложноцветные).

Научное родовое название дано в честь Ахилла – мифологического героя Троянской

войны, которого его наставник кентавр Хирон научил многому, в том числе и врачеванию. Поэтому Ахилл часто лечил своих боевых друзей: так, с помощью тысячелистника он вылечил нанесенную копьем рану мисийского царя Телефа, чем доказал целебную силу этого растения и создал ему славу.

Как выращивать

Тысячелистник обыкновенный и таволговый высаживают на открытых солнечных местах, а птармика лучше себя чувствует в полутени. Выращивают на любых окультуренных садовых почвах: слегка увлажненных и плодородных, дренированных, легких и средних, слабокислых, а тысячелистник птармику – на более влажных и тяжелых.

Хорошо отзываются на ежегодные весенние подкормки комплексными минеральными и органическими удобрениями. В сухую жаркую погоду нуждаются в поливе, особенно птармика. Имеют склонность к агрессивному захвату к окружающей территории и сорному самосеву, особенно тысячелистник обыкновенный. Поэтому важно своевременно удалять увядшие соцветия.

Размножается вегетативно (делением куста и зелеными черенками, а махровые сорта только этим способом) и семенами. Деление куста проводят через каждые 2–3 года. Кусты делят весной и в конце лета– начале осени на деленки с 2–3 почками, отрезком корневища и корнями. Летом размножают зелеными черенками, которые хорошо укореняются через 15–21 день. Семена высевают под зиму или рано весной на глубину 0,5 см. Сеянцы зацветают на 2-й год.

Тысячелистник обыкновенный (*Achillea Millefolium* L.)

Видовое научное название переводится с латинского как «тысячелистный» и дано растению за то, что листья как будто состоят из большого количества мелких листочков.

Русское родовое название «тысячелистник» дано за сильную рассеченность листьев. Многочисленные народные названия (кровавник, кровавница, кровепуск, трава порезная, порезник, порез, солдатская трава) указывают на эффективность этого растения при ранах и порезах.

Распространение и места обитания

Встречается почти повсеместно на территории европейской части России, Кавказа, Сибири, Дальнего Востока, кроме районов Крайнего Севера и пустынных мест. Растет на лугах, в степях, на сухих лесных опушках, полянах, в разреженных лесах, кустарниках, железнодорожных насыпях, часто встречается по окраинам полей, у дорог, в лесополосах; на залежах.

Ботаническое описание

Травянистое многолетнее растение с ползучим длинным шнуровидным корневищем. Стебли прямые, опушенные, высотой до 80 см. Листья опушенные, ланцетные, снизу с точечными желёзками, дважды или трижды перисторассеченные, с многочисленными мелкими линейными заостренными долями. Цветочные корзинки мелкие продолговато ланцетовидные, собраны на верхушках стеблей в щитковидные соцветия. Корзинки имеют краевые белые или реже розовые цветки (неправильно называемые людьми лепестками) и более мелкие срединные трубчатые желтые цветки. Плоды – плоские, продолговатые, серебристо-серые семянки. Все растение имеет сильный горьковатый специфический аромат. Цветет в июне-августе. Семена созревают в августе-сентябре.

Множество сортов отличаются окраской соцветий (вишнево-красные,

пурпурно-розовые, ярко-желтые, лимонно-желтые и другие) и высотой растения (от 40 до 80 см).

Действующие вещества

Надземная часть содержит до 0,8 % эфирного масла, в состав которого входят азулен до 25 %, пинены, хамазулен, камфора, туйол, цинеол, кариофиллен, эвгенол, изовалериановая кислота, салициловый спирт. Кроме того, надземная часть растения содержит флавоноиды (лютеолин-7-гликозид, апигенин, рутин и другие), дубильные вещества (до 4 %), органические кислоты (уксусная, яблочная, аконитовая), сапонины – до 4,74 %, витамины (фолиевая кислота, каротиноиды, аскорбиновая кислота, витамин К), сексвитерпеноиды (ахиллицин, ахиллин, аустрицин, миллефин, проазулены, матрикарин, матрицин и прочие), азотосодержащие соединения (бетаин, холин, стахидрин, ахиллеин и прочие), стерины (β -ситостерол), фенолкарбоновые кислоты (салициловая, кофейная), кумарины (псорален), углеводы и родственные соединения (галактоза, арабиноза, камеди), циклитолы (вибурнит, инозит), алкалоиды (ахиллин).

Применение в медицине

Издавна и широко применялся в народной медицине разных стран, в первую очередь как кровоостанавливающее и ранозаживляющее средство. Уже в «Иллиаде» Гомера есть упоминание, что Ахилл лечил примочкой из листьев тысячелистника раны своих соотечественников во время Троянской войны. В последующем люди называли его «солдатской травой», особенно он был эффективен в отношении глубоких ран, которые промывали его настоем. На дезинфицирующий эффект тысячелистника при применении его на ранах, порезах обратил еще Диоскорид, известный врач I в.

В Северной Америке индейцы прикладывали компрессы из листьев или ошпаренной кипятком травы на нарывах, растяжения связок, опухоли, ушибы, укусы пауков. При ушной боли клали в ухо измельченные листья, иногда заливали туда небольшое количество настоя. При зубной боли листья тысячелистника или его корневища жуют и держат на больном месте. Индейцы племени Чероки использовали листья тысячелистника при диарее, лихорадке, внутренних кровотечениях и бессоннице, для стимуляции аппетита у стариков, для лечения подагры и ран, компрессы с листьями березы при ревматизме.

В народной медицине России настоем тысячелистника в вине употребляли для восстановления расстроенного пищеварения, при маточных заболеваниях, водочную настойку пили при лихорадке, от рези в животе и от Диарея. В Сибири настоем и отваром тысячелистника пили при перемежающейся лихорадке, а настоем корней полоскали больные зубы; чай из соцветий употребляли при желчно- и почечнокаменной болезни. Настоем на воде и на водке считались хорошими средствами от послеродовых и других женских болезней, также бытовало убеждение, что трава тысячелистника выгоняет сыпь и простуду.

В народной медицине отвар и настой травы пьют при плохом аппетите, язве желудка и 12-перстной кишки, гастритах и диарее, болезнях почек. Также отвар и настой применяют при головных, желудочных болях (боли в желудке пропадают через 15–20 минут после приема), болях в пояснице, простуде, астме, для увеличения количества молока у кормящих женщин, как «кровоочистительное» средство при кожных болезнях. Кроме того, отвар, настой, сок травы тысячелистника полезны при лечении злокачественных опухолей, анемии, при неврозах, сахарном диабете, ревматизме и малярии, бронхиальной астме. Соцветия тысячелистника в Средней Азии используют как мочегонное, кровоостанавливающее, жаропонижающее, противоастматическое и противоглистное средство.

Сок тысячелистника в народной медицине считается хорошим общим тонизирующим и кроветворным средством, также его применяют при различных формах внутренних кровотечений: носовых кровотечениях, кровохарканье или кашле с кровью, крови в моче,

геморроидальных и сильных менструальных кровотечениях. Наружно сок применяют при старых язвах, долго незаживающих ранах, чирьях, порезах. На порезы накладывают свежие листья тысячелистника. Настоем травы полоскают ротовую полость при воспалительных процессах, плохом запахе изо рта и зубной боли, его добавляют в клизмы при геморрое.

Тысячелистник обыкновенный включен в фармакопеи многих стран Европы, а также США, Мексики. В научной медицине России галеновые препараты тысячелистника (отвары и настои) широко применяют при заболеваниях желудочно-кишечного тракта как отдельно, так и в комплексе с другими растениями: в виде сборов, чаев или сложных настоек. Препараты этого растения пьют при гастритах с пониженной секрецией желудочного сока, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, язвенных спастических колитах и метеоризме.

Кровоостанавливающие свойства растения используют при желудочно-кишечных и геморроидальных кровотечениях (клизмы с настоем тысячелистника), а также при носовых, маточных и легочных кровотечениях. Особенно эффективны жидкий экстракт и настой травы этого растения при маточных кровотечениях на почве воспалительных процессов, фибромиом, а также при обильных менструациях. Эффективность тысячелистника при маточных кровотечениях объясняется сочетанием кровоостанавливающего действия и способности усиливать сокращения маточной мускулатуры.

Тысячелистник нельзя применять внутрь при беременности, так как он может спровоцировать сокращения матки. Измельченные свежие листья у некоторых чувствительных людей на солнце могут вызвать контактные дерматиты. Люди со склонностью к образованию тромбов должны применять препараты тысячелистника осторожно и под контролем врача!

Как использовать

Кровоостанавливающее средство при легочных, кишечных, геморроидальных, маточных, носовых кровотечениях, кровотечениях из десен и ран, при гастритах и язвенной болезни. 2 ст. л. травы тысячелистника заливают 1 стаканом горячей кипяченой воды, нагревают в кипящей воде (на водяной бане) 15 мин. Охлаждают при комнатной температуре в течение 45 мин., процеживают. Принимают внутрь в теплом виде по 1/2–1/3 стакана 2–3 раза в день за 30 минут до еды.

Обезболивающее. 3–4 ст. л. свежих или сухих листьев тысячелистника обыкновенного обварить кипятком, завернуть в марлю. Прикладывать к больным местам.

Кровотечения в желудке, кишечнике, легких, матке, мочевом пузыре и мочевыводящих путях. 2 ч. л. травы тысячелистника обыкновенного залить стаканом кипятка, настоять 30 мин, процедить. Пить по стакану 3 раза в день.

Тысячелистник птармика, или Чихотная трава (Achillea Ptarmica. =Ptarmica Vulgaris Hill.)

В народе его называют кровавником, приозерником, девятигрыжной травой, серпоризом.

Распространение и места обитания

Встречается почти по всей территории европейской части России, на западе Сибири. Растет по берегам рек, у канав, среди кустарников, на лесных полянах, лугах, вдоль дорог, по окраинам полей.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение с ползучим корневищем и прямыми облиственными стеблями высотой до 150 см. Листья мелкие, цельные, линейно-ланцетные, сидячие, с пильчатым краем, расположены в очередном порядке. Язычковые цветки перламутрово-белые. Корзинки до 1,5 см в диаметре, собраны в рыхлые, щитковидные соцветия. Плод – клиновидная, слегка сжатая с боков семянка. Цветет в июле – августе. Семена созревают в августе – сентябре.

Имеет махровую разновидность и декоративные сорта.

Действующие вещества

В корневищах и листьях найдены полиацетиленовые соединения (изобутиламид, дегидроматрикариевой кислоты, понтикаэпоксид и другие). Цветки содержат флавоноиды (космосин, глюкозиды лютеолина и другие). Надземная часть содержит флавоноиды (виценин, изоориентин, глюкозиды кверцетина).

Применение в медицине

Настойку подземной части используют как вяжущее, болеутоляющее, противосудорожное средство, а также пьют для усиления саливации. Настой надземной части употребляют внутрь как вяжущее, общеукрепляющее средство, при диарее, язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки, геморрое, туберкулезе легких. Отвар травы – при кровавой моче и маточных кровотечениях, малярии. В виде полосканий и промываний настоем надземной части лечат кандидозный стоматит и конъюнктивит; отваром делают промывания при метроррагии.

Свежую измельченную траву прикладывают к гнойным ранам и язвам, очищая пораженные зоны и ускоряя заживление. Отваром корня полоскают ротовую полость при зубной боли. Измельченный порошок травы и соцветий, втянутый в ноздри, вызывает чихание. Порошок травы нюхают при насморке, простудной головной боли.

Другие свойства

Перганос.

Как использовать

Геморрой, маточные кровотечения, диарея. 2 ч. л. травы птармики залить 1 стаканом кипятка, настоять 2 часа, процедить. Пить по 1 ст. л. 3–4 раза в день за 10–15 мин до еды.

Насморк, головная боль при простуде. Измельчить в порошок траву или соцветия птармики. Втягивать порошок в нос, чтобы стимулировать чихание.

Раны гнойные, язвы. Свежие листья птармики измельчить, нанести на пораженные места.

Тысячелистник таволговый (*Achillea Filipendulina* Lam.)

Распространение и места обитания

В природе встречается на Кавказе. Растет на галечниках в долинах рек, каменистых, глинистых, глинисто-песчаных почвах, у родников, арыков, ручьев, на залежах, открытых сухих склонах, полянах, опушках горных лесов, в зарослях кустарников.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 120 см. Листья серовато-зеленые, ажурные, перисто-раздельные. Цветочные корзинки до 0,5 см в диаметре, собраны в плоские, плотные щитки до 13 см в поперечнике. Краевые цветки однорядные, золотисто-желтые, трубчатые – желтые. Цветет в июле-августе. Семена созревают в августе-сентябре.

Сорта отличаются окраской соцветия (серно-желтые, золотые, золотисто-желтые и другие) и высотой растения (от 20 до 150 см).

Действующие вещества

В корневищах найдены кумарины (скополетин, изофраксидин). Цветки содержат каротиноиды (β -каротин и его производные, лютеин, флавоксантин и др.). Надземная часть содержит эфирное масло – до 1 % (в его составе представлены: камфен – 6,9 %, камфора – 7,6 %, линалоол – 17,3 %, 1,8-цинеол – 14,6 %, α -туйен, α -пинен, β -фелландрен, лимонен, цитронеллаль, ментон – 4,6 %, ментол – 3,5 %, α -терпинеол, гераниол, фенилэтиловый спирт – 1,3 %, эвгенол – 2,6 %, изоэвгенол – 2,2 %, тимол – 1,6 %, п-цимол – 9,4 %, хамазулен – 3,5 %); сексвитерпеноиды; флавоноиды (гликозиды кверцетина).

Применение в медицине

В Средней Азии надземную часть используют при болезнях сердца, желудка, при геморрое. Настой и сумма флавоноидов из листьев и соцветий оказывают мочегонное действие (экспериментально доказано). Отвар соцветий пьют как болеутоляющее при головных болях. Эфирное масло из соцветий оказывает антибактериальное и антифунгальное действие.

Другие свойства

Надземная часть – популярная в пищевой промышленности пряность. Эфирное масло надземной части испытано и рекомендовано для производственной ароматизации безалкогольных напитков и карамели. В Таджикистане молодые стебли едят как овощ. Эфирное масло из соцветий может быть рекомендовано как ароматизатор для парфюмерно-косметической промышленности.

Как использовать

Геморрой. 2 ч. л. травы тысячелистника таволгового залить стаканом кипятка, настоять 30 мин, процедить. Пить по 1/2 стакана 3 раза в день.

Фиалка, или Виола (Viola)

Семейство фиалковые.

Научное родовое название является древнеримским названием всех фиалок, в свою очередь оно произошло от древнегреческого слова «*ion*», означающего «фиалка» и является уменьшительной его формой.

Как выращивать

В целом фиалка предпочитает открытые и солнечные места. Фиалка душистая выдерживает легкое затенение, но обильнее цветет на освещенных участках. Лучше растет и цветет на богатых, влажных, хорошо дренированных почвах.

В жаркую засушливую погоду обязательно нужно поливать растения, в противном случае цветки мельчают и цветение прекращается; также важно обрывать увядающие цветки, чтобы продлить цветение. Многолетние фиалки регулярно подкармливают рано весной комплексными минеральными удобрениями. Растение отрицательно реагирует на свежие органические удобрения. Если доводить фиалки до плодоношения, они дадут обильный самосев. Их всходы появляются осенью и следующей весной.

Размножаются семенами и вегетативно (черенкованием). Если фиалку трехцветную выращивают как однолетнее растение, то семена высевают в марте на глубину 0,5 см. Зацветают такие растения в начале лета. Если их выращивают как двулетние – посев семян производят в июне – июле в рассадники. Всходы появляются через 2–3 недели. Сеянцы пикируют через 2–3 недели, в фазе двух настоящих листьев. В конце августа – начале сентября их высаживают на постоянное место. Молодые растения зацветают на 2-й год.

Лучшие образцы наиболее интересных сортов можно размножить зеленым черенкованием, которое проводят с мая по июль. На черенки берут зеленые верхушки побегов с 2–3 узлами. Через 3–4 недели укореняются примерно 95–100 % черенков. Растения, полученные в результате черенкования в мае – июне, зацветают летом или в начале осени того же года. При более позднем черенковании цветение наступает весной следующего года.

Многолетние фиалки размножаются семенами и вегетативно. Свежие семена высевают под зиму в открытый грунт поверхностно. Всходы появляются весной следующего года. Можно также размножить растение делением куста в конце августа – сентябре и зелеными черенками.

Фиалка душистая (*Viola Odorata* L.)

В народе называют веселые глазки, маткина душка, конские копыта.

Распространение и места обитания

Растет в лесах, чаще всего в широколиственных лесах, на лесных лужайках, травянистых склонах предгорий и в среднегорном поясе, в садах. Встречается в западных и центральных районах европейской части России, на Кавказе.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 15 см. Имеет толстоватое корневище, с розетками прикорневых листьев и надземными ползучими побегами, укореняющимися в узлах. Листья почти округлые, слегка длиннее своей ширины, при основании глубокосердцевидные, на верхушке тупоугольные или слегка заостренные, городчато-пильчатые, опушенные очень мелкими волосками или почти голые. Цветки довольно крупные, фиолетовые, душистые расположены на цветоножках, с двумя прицветниками посередине или обычно выше середины. Плод – шаровидная, трехгранная коробочка. Цветет в мае-начале июня. Семена созревают в июне-июле.

Сорта отличаются окраской цветка (белой, розовой, лиловой, темно-фиолетовой), его формой и размером.

Действующие вещества

Подземная часть содержит эфирное масло – до 0,04 %, сапонины, алкалоиды – до 0,1 %, азотосодержащие соединения (β -нитропропионовая кислота), фенолкарбоновые кислоты (салициловая); флавоноиды (до 0,02 %). В надземной части найдено флавоноиды – до 0,5 % (рутин, кверцетин, кемпферол); тритерпены (в листьях фриделин – до 0,016 %);

сапонины; стероиды (ситостерин в листьях – до 0,033 %); алкалоиды; эфирное масло (в листьях – до 0,004 %); фенолкарбоновые кислоты (салициловая, кофейная, синаповая, феруловая, глюкозид метилсалицилата); витамины С и каротин.

Цветки содержат органические кислоты (уксусная и другие); эфирное масло – до 0,04 %; сапонины; фенолкарбоновые кислоты и их производные (гликозид салициловой кислоты); высшие алифатические углеводороды и спирты; высшие жирные кислоты (церотиновая и прочие); лейкоантоцианидины.

Применение в медицине

Отвар корней пьют как отхаркивающее, а также рвотное, слабительное, желчегонное, жаропонижающее и успокаивающее средство. Отвар подземной части – при раке матки, желтухе у детей, усталости и болезнях сердца.

Отвар листьев с медом помогает при кашле, хроническом фарингите, желудочных и кишечных заболеваниях. Настой листьев эффективен при малигнизированных язвах, раке гортани, горла, языка, настой или отвар их при раке желудка. Свежие раздробленные листья, компрессы из распаренных листьев, примочки из листьев прикладывают на доброкачественные и злокачественные опухоли, отеки, гнойные раны, фурункулы, дерматозы. Свежий сок из листьев и цветки употребляют при кашле и оспе.

Отвар и сироп цветков используют как отхаркивающее при бронхитах; рвотное и слабительное, противовоспалительное и успокаивающее при желудочных заболеваниях, плеврите, пневмонии, удушье, а также как седативное при эпилепсии, судорогах и неврозах; при молочнице у детей.

Настой целого растения с корневищем и корнями принимают как мочегонное при болезнях мочевого пузыря, камнях в почках и мочевого пузыря, ревматизме и подагре.

«Фиалковое масло» из цветков и листьев в виде мазей используют при раке, уплотнении и тугоподвижности суставов и сухожилий, при анальных опухлях.

Внутри растение следует употреблять осторожно, под контролем врача, так как некоторые считают фиалку ядовитой, и в больших дозах она может вызывать рвоту и диарею.

Другие свойства

В некоторых районах Кавказа цветки заменяют чай. Цветки и листья служат сырьем для получения ценного эфирного масла, применяемого в производстве дорогих духов и парфюмерных изделий.

Как использовать

Простудные заболевания: затяжной кашель, бронхиты, астма, грипп, острые ревматические приступы и подагра . 2 ч. л. цветков без чашечки или листьев фиалки душистой заливают 0,25 л воды, доводят до кипения, снимают с огня, настоять 30 мин, процедить. Пьют по 1 стакану 3 раза в день. Детям дают фиалковый сироп (проваривают фиалковый чай с сахаром). При воспалении миндалин фиалковый чай используют для полосканий.

Цистит, камни в почках и мочевом пузыре, ревматизм и подагра . 30 г всего растения (надземная часть и корневище с корнями) залить 1 л холодной воды, настоять 8 часов, довести до кипения, варить 5 мин, процедить. Пить по 2–3 столовой ложке 3–5 раз в день.

Отеки, раны, дерматозы, фурункулы . Свежие листья измельчить, нанести на пораженные места.

Фиалка одноцветковая (*Viola Uniflora L.*)

Распространение и места обитания

Растет в лиственных и смешанных лесах, среди кустарников, на лугах, торфяниках, по берегам рек и ручьев. Встречается на юге Западной и Восточной Сибири, Приамурье.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 20 см. Имеет одиночный прикорневой лист, широкопочковидной формы, с сердцевидным основанием, по краю крупнозубчатый. Стеблевые листья в числе 3 собраны в верхней части стебля, по краю крупнозубчатые. Цветки одиночные, расположены в пазухе второго листа на короткой цветоножке, крупные, до 3 см шир., желтые. Цветет в третьей декаде мая, плодоносит в конце июля – начале августа.

Действующие вещества

Надземная часть содержит флавоноиды, фенолкарбоновые кислоты (салициловая).

Применение в медицине

В Сибири используют при нервных болезнях, при судорогах у детей и рожениц. Надземная часть, распаренная в молоке, считается полезной при лечении панариция и паронихия.

Как использовать

Панариций, паронхий. Надземную часть фиалки одноцветковой залить горячим молоком, чтобы слегка закрывало траву, настоять 15 мин. Надземную массу завернуть в марлю и положить на больное место.

Фиалка трехцветная (Viola Tricolor L.)

Многочисленные народные названия (иван-да-марья, анютины глазки, троецветка, сороканедужная трава, золотуха, камчуг и другие) указывают на своеобразную окраску цветка и разнообразные лечебные свойства этой небольшой травки.

Англичане считают трехцветную фиалку символом любви и верности. Если в день святого Валентина послать кому-либо изображение этого цветка, даже без всяких слов, то это будет равносильно признанию в любви.

По русской легенде, название Иван-да-марья и брат-с-сестрой даны за то, что полюбившие друга друга парень и девушка поженились, не зная, что они брат и сестра. А когда узнали об этом, то, чтобы, не разлучаться, превратились в цветок, окрашенный в разные цвета. И цветок с тех пор стал символом верности.

В христианской мифологии трехцветная фиалка называется цветком святой Троицы. Средневековые христиане видели в темном треугольном пятне, находящимся в центре цветка, всевидящее око, в окружающих его разводах – сияние вокруг него. Три стороны треугольника считались тремя лицами святой Троицы.

Распространение и места обитания

Широко встречается по всей европейской части России, кроме северных районов, в

Сибири – как заносное растение. Растет на лугах, окраинах полей, среди кустарников, на опушках и полянах, просеках в светлых сосновых, смешанных, реже лиственных светлых лесах, по краям торфяников и незадерненным берегам водоемов, в посевах различных культур, в парках, на огородах, обочинах дорог и железнодорожных насыпях.

Ботаническое описание

Однолетнее или двулетнее растение высотой до 40 см. Стебли прямостоячие, восходящие или почти лежащие, часто ветвистые. Листья тупо зубчатые, с крупными лировидно-раздельными прилистниками; нижние листья широкояйцевидные, черешковые, верхние – продолговатые, почти сидячие. Цветки одиночные, крупные, неправильные, на длинных, до 13 см цветоножках, с двумя прицветниками. Венчик цветка состоит из 5 неравных лепестков, Два верхних лепестка темно– или светло-фиолетовые, два боковых – сине-фиолетовые или желтые с 1–3 темными полосками; нижний лепесток треугольный, с закругленными краями, крупнее других, у основания всегда желтый, с темными полосками, по краю фиолетовый, с синеватым шпорцем. Плоды – продолговато-яйцевидные коробочки. Цветет с апреля до осени. Семена созревают в июне – октябре.

Действующие вещества

Трава фиалки трехцветной содержит сапонины – до 14,8 %, слизи (полисахариды) до – 9,5 %, эфирное масло – 0,01 % (в его составе есть метилсалицилат), дубильные вещества, флавоноиды – до 2,1 % (рутин, виолакверцитрин – до 0,45 %, виолантин, витексин, изовитексин, ориентин и другие), каротиноиды (их больше, чем в шпинате, – каротин, виолоксантин, зеаксантин, ауроксантин, флавоксантин), аскорбиновую кислоту (до 100 мг на 100 г), витамины Р и Е, фенолкарбоновые кислоты и их производные (салициловую кислоту – 0,08 %, урсоловую кислоту – 6,2 % и другие), кумарины. Листья содержат 0,13 % рутина, стебли – 0,08 %, корни – 0,05 % этого витамина. В цветках найдены эфирное масло и антоциановые гликозиды (виоланин, дельфинидин и пеонидин), витамины (каротиноиды, С), флавоноиды (рутин и другие).

Применение в медицине

Фиалка трехцветная в качестве лечебного средства применялась уже в глубокой древности. Известный римский естествоиспытатель Плиний считал, что венчик из фиалок отгоняет головную боль и устраняет головокружения от чрезмерного количества алкоголя.

Настой травы принимают внутрь и применяют наружно при различных кожных заболеваниях: угрях, сыпях, гнойниках, экземах, псориазе, туберкулезе кожи, зуде кожи. Фиалка трехцветная является испытанным старинным народным средством от экземы и молочного струпа, которыми часто болеют грудные дети. В этом случае также используют отвары надземной части в виде ванн и обмываний. Настой травы принимают как отхаркивающее при кашле и других заболеваниях дыхательных органов, коклюше.

В народной медицине разных стран фиалка трехцветная используется в качестве хорошего «кровоочистительного» средства, регулирующего обмен веществ. Настой травы в качестве мочегонного, потогонного, противовоспалительного и успокаивающего средства применяется при лечении стенокардии, артритов, запоров, при катаре мочевого пузыря, затрудненном мочеиспускании, атеросклерозе, ревматизме и подагре, рахите у детей, эпилепсии, нервных приступах и заикании, желудочно-кишечных расстройствах и дизентерии.

Настоем надземной части полощут ротовую полость при зубной боли, воспалениях слизистой оболочки рта, пародонтозе.

В научной медицине России отвар и настой травы чаще всего рекомендуют как

отхаркивающее и смягчающее кашель средство при острых респираторных заболеваниях, коклюше, хронических бронхитах и бронхопневмониях. Кроме того, надземную часть назначают при воспалительных заболеваниях почек и мочевыводящих путей, используют в комплексной терапии при мочекаменной болезни, мочекишечной диатезе и других урологических заболеваниях.

Противовоспалительные и гипосенсибилизирующие свойства фиалки используют при аллергических дерматитах, экссудативном диатезе и экземе. При этих заболеваниях траву фиалки применяют местно, в виде примочек и для приготовления ванн.

При передозировке или длительном применении возможны тошнота, рвота, диарея, зудящая сыпь.

Как использовать

Кровоочистительное средство при кожных сыпях, чирьях, экземе. 20 г травы фиалки трехцветной залить 1 л кипятка, настоять в термосе 10 часов, процедить. Пить по стакану 3 раза в день.

Диарея, возбуждение работы почек и мочевого пузыря, мочегонное при ревматизме, подагре и ишиасе. 2 ч. л. травы фиалки трехцветной залить стаканом кипятка, настоять 10 мин, процедить. Пить по 1 стакану 3 раза в день. В виде компрессов или примочек на лицо помогает при затяжном воспалении слезных желез.

Простуда, воспалительные заболевания желудочно-кишечного тракта и почек. 1 ст. л. травы фиалки трехцветной залить 1 стаканом кипятка, нагреть на кипящей водяной бане 15 минут, охладить при комнатной температуре 45 минут, процедить. Пить по 1/2 стакана 3–4 раза в день.

Раны. Присыпать раны порошком высушенной травы фиалки трехцветной.

Физалис обыкновенный (Physalis Alkekengi L.)

Семейство пасленовые.

Научное родовое название «physalis» в переводе с греческого означает «пузырь». Такое имя растение получило по разрастающейся, вздутой, красно-оранжевой чашечке.

Распространение и места обитания

Встречается в южных районах европейской части России, на Кавказе. Растет в светлых лесах, на опушках, в кустарниках, оврагах, как сорное в огородах и садах.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение с ползучим корневищем и угловато-изогнутыми стеблями высотой 70–90 см. Листья овальные, у основания расширенные, 12–15 см длиной. Цветки одиночные, пазушные, беловатые, до 3 см в диаметре. Оригинальность этого растения заключается в том, что декоративными качествами обладают не цветки, а чашечки с плодами внутри. После цветения чашечка, содержащая плод, разрастается до 6 см в длину и 5 см в диаметре, окрашивается в оранжево-красный цвет. На одном побеге образуется 10–15 таких «фонариков». Плоды небольшие, вишнеобразные, оранжево-красные, ароматные, приятные на вкус ягоды. Семена довольно крупные, кожистые, черные, по 40–50 в плоде. Цветет в июле-августе. Плоды созревают в сентябре.

Действующие вещества

Корни содержат алкалоиды 0,08-0,1 % (тиглоидин, кускигрин, тропин, псевдотропин и другие). В листьях найдены каротиноиды (α -каротин, физоксантин, лютеин, β -каротин, криптоксантин, зеаксантин и прочие); стероиды (ситостерин, кампестерин, стигмастерин, холестерин, изофукостерин); фенолкарбоновые кислоты и их производные (хлорогеновая); флавоноиды (лютеолин и его глюкозиды). Плоды содержат углеводы и родственные соединения (сахара – 28,38 %, пектин – 3,8 %); органические кислоты – 5,1 %; каротиноиды – до 3,64 % (α -каротин – 0,39 %, β -каротин – 0,24 %, ликопин – 1,43 %).

Применение в медицине

В корейской медицине корнями лечат гиперменорею, метроррагии. В народной медицине отваром корней полощут ротовую полость при гингивите, зубной боли.

В корейской медицине плоды используют как жаропонижающее, диуретическое, кардиотоническое, отхаркивающее средство. Настой плодов применяют при респираторных инфекциях, ангине, коклюше, лихорадящих состояниях, острой желтухе, заболеваниях органов желудочно-кишечного тракта, сибирской язве, столбняке, дисменорее, белях. В народной медицине ряда стран отвар и настой плодов пьют при скарлатине, водянке (асците), анемии, ушибах, перемежающейся лихорадке. Также их применяют как желчегонное, кровоостанавливающее, болеутоляющее и мочегонное средство, при заболеваниях печени, почек, мочевого пузыря, мочевыводящих путей, мочекаменной болезни, подагре, ревматизме, желтухе.

Свежие плоды и их сок употребляют как антисептическое и мочегонное, при дерматомикозах, а сироп из плодов пьют при заболевании дыхательных органов. Мазью из свежих плодов или сока лечат дерматозы. Мазь из плодов наносят на пораженные зоны при воспалительных процессах, как обезболивающее средство при ревматических и других болях, как ранозаживляющее средство, ускоряющее регенерацию тканей. Масляный экстракт чашечки плодов применяют местно как заживляющее средство при лечении ран и язв (эффект доказан экспериментально).

Другие свойства

Надземная часть окрашивает шерсть в желтый, оранжевый и зеленый цвета. Плоды употребляют в пищу в соленом и маринованном виде, в домашней кулинарии из них готовят варенье и делают цукаты. Чашечки плодов используют как пищевой краситель для жиров животного и растительного происхождения. Кроме того, они окрашивают шелк в желтый и зеленый цвет.

Как использовать

Почечнокаменная болезнь, цистит, болезни печени . 20 г плодов физалиса залить 0,5 л воды, довести до кипения, варить на слабом огне 10–15 мин, настоять 1 час, процедить. Пить по 1/4 стакана 4 раза в день.

Лишай . Выжать сок из свежих плодов. Наносить на пораженные места несколько раз в день.

Нефриты . 100 г плодов физалиса измельчить, залить 1 л вина, настоять 20 дней, процедить. Пить по 50 г 3 раза в день до еды в течение недели.

Нефриты . 400 г свежих плодов физалиса залить 400 мл воды, варить 1 час, процедить, добавить 800 г меда и варить еще 30 мин. Принимать по 2 ст. л. до еды.

Как выращивать

Физалис любит открытые, солнечные участки. К почве нетребователен, может расти на

любых окультуренных землях, но предпочитает слабокислые и нейтральные.

Уход заключается в прополке, рыхлении и регулярном поливе, особенно в сухое и жаркое лето. Растения сильно разрастаются, поэтому необходимо омолаживать их через 6–7 лет.

Размножается делением куста, черенками и семенами. Кусты делят весной или в конце августа-начале сентября. Черенкование молодыми верхушечными частями стебля проводят в июле. Укореняются побеги через 18–24 дня.

Семена высевают в открытый грунт в начале мая или через рассадку (на рассадку семена высевают в конце апреля) на глубину 0,5–1 см.

Хауттуйния сердцевидная (Houttuynia Cordata Thunb.)

Семейство зауруровые.

Распространение и места обитания

В природе хауттуйния распространена от Гималаев до Японии. Растет во влажных местах. Встречается как заносное на побережье Черного моря, как сорняк на чайных плантациях (ападное Закавказье).

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 30 см с длинными ползучими в разные стороны корневищами. Листья сердцевидные, голубовато-зеленые, сидящие на красноватых стеблях. Цветки белые, некрупные, с 5 лепестками. Цветет в июле-августе.

Есть сорта с пестрыми зелено-красно-желто-белыми листьями, с махровыми цветками и другие.

Действующие вещества

Корневища содержат эфирное масло (в его составе присутствуют мирцен, метилнонилкетон, лауриновый альдегид, каприновый альдегид, деканоилацетальдегид). В надземной части есть эфирное масло (в его составе – мирцен, d-лимонен, α-пинен, п-цимол, линалоол, гераниол, 1,8-цинеол, тимол, гексаденовая, додекановая, декановая кислоты, метилгексадеканоат и другие); стероиды; алкалоиды (аристолактам и аристолактам А, пиперолактам, норцефарадион и прочие). Листья содержат фенолкарбоновые кислоты (кофейная); флавоноиды (рутин, кверцетин, гиперозид, кверцитрин); антоцианы (цианидин). В цветках и плодах обнаружены флавоноиды (изокверцитрин).

Применение в медицине

Корневищами лечат женские болезни (бели). Растение обладает противовоспалительным и желчегонным действием, его применяют при диспепсии (расстройствах желудка), воспалении мочеочников, кашле. Настой листьев пьют при дизентерии, гонорее, глазных заболеваниях, болезнях кожи и геморрое. Экстракт подземной части оказывает мочегонный эффект.

Другие свойства

Надземную часть молодых растений употребляют в пищу.

Как использовать

Диспепсия, дизентерия, геморрой. 2 ст. л. надземной части хауттуйнии залить 0,5 л кипятка, настоять 1 час, процедить. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день.

Как выращивать

Хауттуйния хорошо растет на открытых и солнечных участках, при затенении пестролистные листья становятся зелеными. В условиях средней полосы России в холодные бесснежные зимы может вымерзнуть. Выращивают на плодородных, достаточно увлажненных слабокислых почвах. В южных районах страны ее можно высадить даже в болотце или на мелководье на глубину 5–10 см.

Для защиты окружающих растений от неконтролируемого распространения хауттуйнии при посадке растения в открытый грунт нужно по периметру вкопать металлические или пластмассовые полосы на глубину не менее 30 см.

Размножается только вегетативно (черенкованием или делением корневищ). Деление корневищ проводят в мае – июне. Черенкуют молодые верхушки стеблей в июне – июле. Они укореняются за 3 недели.

Хлорант японский (Chloranthus Japonicus Siebold.)

Семейство хлорантовые.

Распространение и места обитания

Растет в широколиственных и смешанных лесах. Встречается на юге Дальнего Востока: в Приамурье, Приморье, на Сахалине, на Курилах.

Ботаническое описание

Очень необычное небольшое растение с прямостоячими побегами высотой до 30 см. Листья в количестве двух пар супротивные, глянцевые зубчатые овальные трехлопастные. Цветки маленькие белые собраны в верхушечные цилиндрические соцветия длиной 5–7 см, по форме напоминающие хвощ. Цветет в мае – июне.

Действующие вещества

В надземной части найдены секвитерпеновые лактоны (шизука-нолид – до 0,02 %), эфирное масло – до 0,24 %, кумарины – до 0,5 %. Корневища и корни содержат эфирное масло – до 0,57 %, секвитерпеновые лактоны (хлорантолактоны А, В, С, D и E, атрактиленолид и другие); кумарины – до 0,05 % (изофраксидин), до 0,11 % алкалоидов.

Применение в медицине

В китайской медицине корневища используют как местнораздражающее и противогрибковое средство. Эфирное масло действует раздражающе на слизистую оболочку глаз и носа, иногда даже вызывает кровотечение из носа.

Как использовать

Радикулит, ревматизм, микозы . 2 ст. л. корневищ хлоранта японского залить 1 стаканом кипятка, настоять 2 часа, процедить. Делать примочки и компрессы на больные места.

Как выращивать

Хлорант высаживают на открытом солнечном месте или в легкой полутени. Растение предпочитает плодородную, дренированную слабосуглинистую почву.

Уход несложен. В жаркое сухое лето необходимо регулярно поливать растение. Хлорант хорошо отзывается на комплексные минеральные и органические удобрения в ранневесенний период.

Размножается чаще всего вегетативно (отрезками корневищ). Корневища делят на деленки в конце лета – начале осени. Деленки длиной 7–10 см с 1–3 почками высаживают на глубину 5–8 см.

Хохлатка (Corydalis)

Семейство дьянковые.

Научное родовое название произошло от греческого слова «cons» – «шлем», дано по форме цветка. Народное название «хохлатка» также, по-видимому, объясняется его причудливой формой.

Как выращивать

Хохлатка хорошо растет и на открытых солнечных участках, и в тени листопадных деревьев и кустарников. Ее выращивают на плодородных рыхлых слабокислых среднесуглинистых почвах.

После созревания семян надземная часть хохлаток желтеет и засыхает. Они впадают в состояние покоя, поэтому все операции по выкопке, пересадке и посадке их клубней безболезненно и удобно выполнять именно в это время. Однако в период покоя хохлатку очень трудно найти. Поэтому при необходимости растения можно пересаживать с комом земли во время вегетации и цветения. Если при этом сломается стебель, то растение не погибает, а переходит в состояние покоя и продолжит вегетацию только на следующий год.

Хохлатка размножается в основном семенами. Семена высевают сразу же после сбора поверхностно в затененном месте. Сеянцы зацветают на 2–4 год. В благоприятных условиях хорошо размножается самосевом.

Хохлатка полая, или клубневая (Corydalis Cava (L.) Schweigg. Et Koerte)

Распространение и места обитания

Растёт в тенистых лесах, преимущественно на богатой умеренно увлажнённой почве, часто в оврагах. Встречается на западе европейской части России.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение с крупным шарообразным клубнем, с полостью внутри. Стебель высотой до 40 см, с двумя дважды– или триждытройчатыми в верхней части листьями; конечные доли почти сидячие, 2–3-надрезанные, крупнозубчатые, клиновидные. Цветковая кисть на длинном цветоносе, цилиндрическая. Стебель в основании без чешуевидного листа. Прицветники цельные, крупные, с фиолетовым оттенком, продолговатые или яйцевидные, острые. Цветки лилово-пурпурные, или почти белые, тёмно-фиолетовые. Цветёт в конце апреля – мае, семена созревают в конце мая– начале июня.

Действующие вещества

В клубнях найдено более 5 % алкалоидов (бульбокапнин, коридалин, корибульбин, изокорибульбин, корипальмин, корикавидин, протопин, коптизин, канадин и другие). Надземная часть содержит алкалоиды (коридалин, бульбокапнин, протопин, глауцин, d-стилопин). В семенах найдены также алкалоиды 0,45 % (бульбокапнин, коридалин); жирное масло – до 12,5 %.

Применение в медицине

Алкалоиды применяются в Болгарии как угнетающее центральную нервную систему средство. Клубни используются как гипотензивное, при головных болях, при опухолях, как стимулирующее миоэпителий при родах, аменорее. Корнями и настойкой травы на водке лечат гнойные заболевания кожи (гнойные угри лица, розовые угри, язвенно-вегетирующую пиодермию).

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Как использовать

Дрожательный паралич, болезнь Паркинсона. Взять 10 г клубней хохлатки, измельчить, залить 100 мл 70 % спирта, настоять 2 недели, периодически перемешивая, процедить. К полученной 10 мл настойке добавить 30 г глицерина и 500 мл красного вина, тщательно перемешать. Пить по 100 г 2–4 раза в день. Это симптоматическое средство уменьшает тремор, но не устраняет его причины.

Хохлатка Маршалла (Corydalis Marschalliana Pers)

Распространение и места обитания

Встречается в центральных и южных районах европейской части России, на Кавказе. Растет в лесах, на опушках, среди кустарников, преимущественно в черноземной полосе, севернее реке.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение с клубнем с полостью внутри. Стебель высотой до 30 см с двумя трижды тройчатыми голубовато-зелеными листьями. В основании стебля нет чешуевидного листа. Конечные дольки листьев овальные. Цветки серно-желтые или белые, крупные, до 2,5 см длиной собраны в вертикально направленные кисти. Цветет в середине апреля.

Действующие вещества

В клубнях найдены алкалоиды – до 3,4 % (бульбокапнин, коридалин, аллокриптопин, протопин и другие); антрагликозиды; дубильные вещества. Надземная часть содержит сапонины стероидные; алкалоиды – до 0,6 % (протопин, аллокриптопин, коридалин).

Применение в медицине

Клубни – сырье для получения бульбокапнина.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Хохлатка плотная, или Галлера – *Corydalis Solida (L.) Clairv.= Corydalis Halleri Wild*

В народе называют земляными орешками, горькой репкой, головастиком.

Распространение и места обитания

Встречается по всей территории европейской части России, кроме самых северных районов, на юге Западной Сибири, в Восточной Сибири. Растёт в светлых лесах и кустарниках, на полянах и опушках, на перегнойной и незадернованной почве.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение с небольшим плотным клубнем до 1,5 см в диаметре. В основании стебля находится чешуевидный лист, в пазухе которого может развиваться побег. Стебель высотой 10–25 см, с двумя черешковыми листьями с дважды или трижды тройчатыми пластинками; сегменты почти до основания надрезанные на линейно-продолговатые, слегка клиновидные доли. Прицветники клиновидно-обратнояцевидные, спереди надрезанные на линейные доли или зубчатые. Цветки с дуговидно-изогнутым шпорцем, красно-лиловые, светло-пурпурные, изредка почти белые, собраны на верхушке стебля в довольно плотные, многоцветковые, цилиндрические цветочные кисти. Плод – продолговатая поникающая коробочка. Цветёт в апреле – мае; семена созревают в мае.

Действующие вещества

В клубнях найдены алкалоиды – до 1,89 % (протопин, аллокриптопин, тетрагидропальматин, коридальмин, l-канадин, коптизин, тетрагидрокоптизин, колумбамин, тетрагидроколумбамин, коридалин и другие). Надземная часть также содержит алкалоиды – до 0,06 % (протопин, аллокриптопин, коридалин, d-стилопин и прочие).

Применение в медицине

В народной медицине клубни используют в лечении истерии и импотенции. На Украине их заготавливают в качестве лекарственного сырья наряду с хохлаткой Маршалла.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Как использовать

Импотенция. Взять 20 г свежих клубней, порезать на кусочки, залить 200 мл спирта, настоять 10 дней, периодически перемешивая. Пить по 10–20 капель в 1/2 стакана воды 2–3 раза в день.

Другие свойства

Медонос и перганос. Клубни используют в пищу.

Целозия (*Celosia*)

Семейство амарантовые.

Родовое научное название происходит от греческого слова «kelcos» – «горящий», «пламенный», и связано с окраской листьев и цветков.

Целозия серебристая гребенчатая, или Петуший гребешок (*Celosia Argentea* L. F. *Cristata* (L.) Kuntze)

Распространение и места обитания

Родина – Индия.

Ботаническое описание

Однолетнее травянистое растение высотой до 70 см. Стебли прямостоячие, часто сросшиеся (фасцированные), сочные. Листья овальные, заостренные, зеленые, пестрые или темно-пурпуровые. Цветки мелкие с желтым, оранжевым, розовым и главным образом пурпурово-красным околоцветником, собраны в массивное соцветие с более или менее крупными, глубокими извилинами по верхнему краю, напоминающее петушиный гребень. Цветет с начала июля до первых заморозков. Обильно завязывает семена, но вызревают они не полностью.

Сорта отличаются окраской соцветия (красные, пурпурно-красные и другие) и цветом листьев (зеленые, пурпурные, темно-красные).

Как выращивать

Целлозию высаживают на открытых солнечных, защищенных от ветра местах. Растение любит плодородные тяжелые и среднесуглинистые слабокислые почвы.

Размножается семенами, которые сеют в конце марта – начале апреля дома или теплые парники на глубину 0,5 см. Всходы дважды пикируют и высаживают на постоянное место после весенних заморозков.

Целозия серебристая перистая (*Celosia Argentea* L. F. *Plumosa* Voss.)

Распространение и места обитания

Родина – Индия.

Ботаническое описание

Однолетнее травянистое пирамидальное растение высотой до 100 см. Стебли прямые, мясистые, заканчиваются крупными, метельчатыми соцветиями. Цветки мелкие, серебристые, блестящие, сухие, собраны в колосовидные цилиндрические соцветия, и расположенные как на верхушке стебля, так и в пазухах листьев. Листья линейно-ланцетные или почти линейные на коротких черешках.

Побеги в зависимости от сорта зеленые, светло-зеленые, розовые, красные. Цветки мелкие, желтые, золотисто-оранжевые, ярко-красные, темно-красные. Цветет с июля до первых заморозков. Плод – многосемянная почти шаровидная коробочка. Семена мелкие блестящие.

Сорта отличаются окраской соцветия (золотисто-желтые, серебристо-желтые, огненно-красные и другие) и высотой растения.

Действующие вещества

Семена содержат 13–15 % белков, 30,8 % крахмала, 9–11 % жиров, 14 мкм/г никотиновой кислоты, нитрат калия. В листьях обнаружено до 29 % белков, 4,3 % жиров, а также кальций, железо и фосфор. Соцветия содержат амарантин (больше всего его в красноцветковых формах, в желтых – следовые количества), пинит, нитрат калия.

Применение в медицине

Соцветия используют как кровоостанавливающее, ранозаживляющее и противовоспалительное средство. Препараты из соцветий и листьев (настои, отвары) принимают при маточных, геморроидальных, легочных кровотечениях, дизентерии, диарее, лейкорее и аменорее.

Семена употребляют при покраснении глаз, головокружении, вызванном сильным жаром, и воспалении печени, при носовых кровотечениях, кровохарканье, обильных маточных и геморроидальных кровотечениях. Также их используют при бельме, расплывчатом (туманном зрении), при болезненных белях, хронической дизентерии, упорной диарее, болезненном мочеиспускании, кашле, офтальмии, гельминтозах. Компрессы из семян накладывают на участки тела с переломом костей, а компрессы из листьев – на язвы, опухоли, абсцессы, воспаленные участки кожи.

Другие свойства

Растение едят, чтобы не болеть пеллагрой и бери-бери, однако листья нельзя есть женщинам во время менструаций.

Как использовать

Кровотечения маточные, геморроидальные и легочные . 20 г соцветий залить 0,5 л кипятка, настоять 1 час, процедить. Пить по 1/3– 1/2 стакана 3–4 раза в день.

Диарея, дизентерия, болезненное мочеиспускание . 10 г семян залить 250 мл кипятка, варить на слабом огне 30 мин, настоять 15 мин, процедить. Пить по 50–75 мл 3–4 раза в день.

Язвы, опухоли, абсцессы . Свежие или сушеные листья обдать горячей водой, завернуть в марлю. Положить на больное место.

Цимицифуга, или Клопогон (*Cimicifuga*)

Семейство лютиковые

Родовое научное название произошло от слов «*cimex*» – «клоп», и «*fago*» – «прогонять», и дано за применение некоторых клопогонов в качестве инсектицида. Немецкое название клопогона «серебряные свечи» точнее описывает эти статные многолетники с элегантными соцветиями и красивыми орнаментальными листьями.

Как выращивать

Цимицифуга хорошо растет на открытых, солнечных или слабозатененных, защищенных от ветра местах. Предпочитает глубоко обработанную, плодородную, умеренно влажную почву.

Уход несложен: высокие экземпляры подвязывают к опорам, в сухое и жаркое лето растению нужен обильный полив, отцветшие соцветия необходимо удалять.

Размножается вегетативно и семенным путем. Семена высевают под зиму или весной после двух ступенчатой стратификации (3 месяца при температуре +18–20 °С и 3 месяца при +2–5 °С), правда в этом случае прорастает довольно низкий процент семян и растения зацветают на 2–3 год. Деление куста каждые 4–6 лет – проще и эффективнее. Деленки с 2–3 почками и корнями высаживают весной, и около половины растений зацветают в этот же год. Также сравнительно легко их можно размножить весной прикорневыми побегами с «пяткой».

Цимицифуга кистевидная (*Cimicifuga Racemosa* (L.) Nutt.)

Распространение и места обитания

В природе растет на востоке Северной Америки.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 200 см с прямостоячими, ветвистыми стеблями. Корневище сильно развитое, с крупными, мочковатыми многочисленными корнями. Листья крупные, черешковые, расположены в очередном порядке, дважды или трижды тройчатые, по краю зубчатые. Цветки белые, мелкие, с медовым запахом, собраны в длинные, кистевидные конечные соцветия до 80 см длиной. Цветет с июля по сентябрь, цветки в соцветии раскрываются постепенно, снизу вверх.

Действующие вещества

Подземная часть содержит алкалоиды (протопин и аллокриптопин, циклоцимипронидин, цимипронидин метил эфир, допаргин), полифенольные соединения (протокатехиальдегид, метилкофеин, протокатеховая, р-кумариновая, кофейная, феруловая кислота, цимицифуговые кислоты А, В, и D-F и другие), тритерпеновые сапонины (актеол, актеин, цимицифугозид, цимирацемозид, цимиподокарпазид и прочие).

Применение в медицине

Индейцы племен США используют растение для стимуляции менструаций и как болеутоляющее. При ревматизме пьют спиртовую настойку или настой корневищ с корнями, делают ванны с отваром корней или всего растения, втирают спиртовую настойку корней. Настой корней употребляют при простуде и кашле, при сыпи (крапивнице), используют как мочегонное и слабительное средство. Чтобы дети успокоились и лучше спали, им дают настой подземной части; кашичу из раздавленных листьев наносят при болях в спине. Настой корневищ с корнями индейцы применяют как стимулирующее и тонизирующее средства при усталости, а также при лечении туберкулеза: при ознобе, кашле, исхудании.

В научной медицине США и стран Западной Европы препаратами из цимицифуги кистевидной лечат расстройства, связанные с менопаузой.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Как использовать

Предменструальный синдром, климактерий, дисменорея, невралгия, головная боль, гипертония, шум в ушах. 50 г корневищ с корнями цимицифуги кистевидной залить 0,5 л 70 % спирта, настоять 2 недели в темном месте, периодически перемешивая, процедить. Принимать по 20–30 капель настойки на кусочке сахара 2–3 раза в день.

Цимицифуга простая (Cimicifuga Simplex Wormsk.)

Распространение и места обитания

Растет по сырым кустарникам, долинам, лесным полянам и опушкам, по кочкам на травянистых болотах. Встречается на Дальнем Востоке.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 150 см. Корневище толстое, многоглавое. Нижние стеблевые листья на длинных, при основании расширенных черешках, дважды тройчатые; конечные доли на черешках или почти сидячие, продолговато-яйцевидные, глубоко-перистонадрезанные. Цветки белые, собраны в конечную простую поникающую кисть. Цветет в конце августа – сентябре около месяца. Семена созревают в сентябре – октябре.

Сорта различаются по степени рассеченности и окраске листьев, форме и размеру цветоносов.

Действующие вещества

Корневища содержат тритерпеноиды (дауринол, изодауринол, цимигол и другие); до 0,067 % алкалоидов; фенолкарбоновые кислоты (кофейная, феруловая), сапонины, флавоноиды, кумарины, эфирные масла. В надземной части найдены органические кислоты (трансаконитовая), алкалоиды – до 0,08 %.

Применение в медицине

В Забайкалье цимицифугу используют в лечении нарушений менструального цикла и колитов. В тибетской медицине надземную часть употребляют при нервных, внутренних и женских заболеваниях. Траву применяют при диарее и остановке менструации. Корневища считали противоядием и потогонным средством, в частности полезным при оспе. Используют также для полоскания при ангине, воспалении полости рта, гинекологических заболеваниях.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Другие свойства

Хороший осенний медонос.

Как использовать

Невралгия, истерия, мигрень. 50 г корневищ с корнями цимицифуги простой, залить 250 мл 70 % спирта, настоять 5 дней в темном месте, периодически перемешивая, процедить. Принимать по 20–30 капель настойки на кусочке сахара 2–3 раза в день.

Чернушка дамасская, или «Девушка в зелени» (Nigella Damascena L.)

Семейство лютиковые.

Родовое научное название происходит от латинского слова «nigellus» – грамматическая

форма слова «niger» – «черный», дано по окраске семян.

Род насчитывает около 20 видов однолетних травянистых растений, распространенных в Средиземноморье, Южной и Юго-Восточной Европе, на Кавказе, в Малой и Средней Азии.

Распространение и места обитания

Встречается на территории стран бывшего СССР на Украине, в Западном Закавказье. Растет по степным склонам, сорным местам.

Ботаническое описание

Однолетнее травянистое растение высотой до 80 см. Листья дважды или трижды перисто-рассеченные на линейно-шиловидные доли; верхние листья собраны под цветком образуя ажурное зеленое покрывало в 2–3 раза превышающее цветок. Цветки одиночные, диаметром до 4 см, с пятью лепестковидными чашелистиками синего, голубого или белого цвета. Цветет с конца июня по август. Плод, напоминающий шаровидную коробочку, состоит из 5 вздутых, сросшихся почти до верха листовок длиной до 3 см, окруженных тонко-рассеченной, красивой оберткой из верхушечных листьев. Цветет в июне – июле, плоды созревают в августе – сентябре. Семена имеют сильный земляничный аромат.

Сорта отличаются высотой растения (от 15 до 80 см), степенью махровости и окраской цветков (темно-красной, нежно-голубыми, сине-фиолетовой, небесно-голубой, розовой, красный, розовые, розовато-лиловые, белые).

Действующие вещества

В стеблях, листьях и цветках найдены алкалоиды (дамасценин); витамин С; флавоноиды (кверцетин, кемпферол). Семена содержат эфирное масло – до 0,5 %, сексвитерпеновые углеводороды (d-β-элемен, 1-α-селине); стероиды (стерин); алкалоиды (дамасцеин до 0,3 %, дамасцинин); витамин Е; ферменты (липаза); жирное масло – до 42 %.

Применение в медицине

Семена употребляются как мочегонное, ветрогонное, регулирующее менструации средство. Используют при отвердениях и опухолях. В научной медицине России из семян получают ферментный препарат нигедазу, состоящий из ферментов-липаз и назначаемый при панкреатитах, холецистопанкреатитах, хронических гепатитах, хронических гастритах и колитах и тому подобном.

Другие свойства

Медонос.

Как использовать

Тяжесть в желудке, метеоризм, отеки. 1 ч. л. семян чернушки залить 200 мл кипятка, настоять 1 час, процедить. Пить по 1–2 столовой ложке 3–4 раза в день.

Как выращивать

Чернушка светолюбива, холодостойка, легко переносит весенние заморозки. Предпочитает легкие, плодородные, слабокислые или нейтральные почвы, поэтому кислые почвы известкуют. Плохо относится и к избытку, и к недостатку влаги.

Размножается семенами, их сеют в мае в открытый грунт на постоянное место на глубину 2–3 см. Всходы появляются на 15–20 день. Молодые растения зацветают через 2 месяца после посева. Семена можно высевать под зиму. Растения очень плохо реагируют на повреждения корней.

В связи с тем, что растение цветет недолго – всего около 4-х недель, то для того чтобы иметь цветущий ковер из нее более длительное время, необходимо сеять чернушку несколько раз за сезон с месячным перерывом между ними. К тому же вслед за цветками на побегах появляются не менее декоративные вздутые плоды.

Шалфей, или Сальвия (Salvia)

Семейство яснотковые (зубоцветные).

Родовое научное название происходит от латинского слова «salvus» – «быть здоровым», дано из-за некоторых видов применяемых в лечебных целях.

Как выращивать

Шалфей хорошо растет на открытых солнечных участках. Его выращивают на сухих, слабокислых или нейтральных, хорошо дренированных, не слишком легких почвах.

Уход прост: прополки, обрезка отцветших соцветий, подкормка минеральными удобрениями многолетних видов со 2-го года жизни ранней весной. Чтобы у растения было больше листьев, со второго года жизни ежегодно ранней весной до начала сокодвижения растения «омолаживают». Для этого срезают облиственные стебли на уровне почвы, удаляя прошлогодние побеги со сформировавшимися плодовыми почками, на смену которым из спящих почек отрастают новые. Этот прием повышает урожай и качество листьев.

Размножается семенами и вегетативно (делением куста – шалфей дубравный, стеблевыми черенками – шалфей сверкающий) Семена шалфея сверкающего высевают в феврале – начале марта в ящики. Всходы обычно появляются на 10–15 день. Сеянцы пикируют дважды. Для получения крепкой рассады вторую пикировку проводят в горшки по 9 см. В апреле их выносят в парники для закаливания. На постоянное место высаживают в начале июня, после окончания весенних заморозков.

Многолетние виды размножают семенами, стеблевыми черенками и делением куста. Посадку лучше проводить в конце августа – начале сентября. Молодые посадки в первую зиму требуют укрытия.

Шалфеи лекарственный и мускатный сеют в 1–2 декаде мая на глубину 3–4 см. Шалфей дубравный высевают рано весной или под зиму на глубину 1–2 см.

В 1-й год жизни шалфеи лекарственный и дубравный растут медленно, образуя невысокий кустик высотой 25–45 см с небольшим числом облиственных побегов. Начиная со 2-го года на растениях образуется 60 и более хорошо облиственных побегов, высотой до 70 см. Зацветают эти шалфеи на 2-й год жизни. У шалфея мускатного существует 3 группы сортов: цветущие в 1-й и 2-й год жизни, цветущие только в 1-й год и затем отмирающие, цветущие на 2-й год жизни.

Шалфей дубравный делят в мае или в конце августа-начале сентября.

Шалфей сверкающий, или блестящий (Salvia Splendens Sello Ex Nees)

Распространение и места обитания

Родина – Южная Америка (Бразилия).

Ботаническое описание

Полукустарник или многолетнее травянистое растение, выращиваемое как однолетнее, высотой до 80 см. Стебли четырехгранные, светло-зеленые. Листья цельные, расположены супротивно, яйцевидные, заостренные, на черешках, темно-зеленые с верхней стороны и светло-зеленые с нижней. Цветки огненно-красные, крупные, неправильные, собраны в мутовки по 2–6, образующие кистевидные соцветия длиной до 25 см. Венчик и чашечка, реже белые, розовые, фиолетовые. Цветет обильно с июня до первых осенних заморозков. Плоды сухие, распадающиеся на 4 орешка.

Имеются многочисленные сорта с разной окраской цветка (белой, розовой, фиолетовой, двуцветной).

Действующие вещества

Содержит эфирное масло (главными компонентами являются β -кубебен, кариофиллен, фитол и циклооктасульфур, (Z)-3-гексенал, p-цимен, линалоол и другие); неоклеродановые и клеродановые дитерпены.

Применение в медицине

Эфирное масло сорта Blue Ribbon оказывает ларвицидное действие против moskitov. В индийской медицине надземная часть широко используется для лечения сахарного диабета. В опытах на крысах с экспериментально вызванным диабетом водный и метанольный экстракт надземной части показал антигипергликемический эффект.

Все части растения производят антикоагулянтное действие.

Шалфей дубравный (*Salvia nemorosa* L.)

Распространение и места обитания

Встречается в западных районах европейской части России. Растет на степных склонах, песках, суходольных лугах, на опушках лесов, по берегам рек.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 60 см. Нижние листья крупные, черешчатые, продолговатые, с сердцевидным или округлым основанием, острой верхушкой, городчатые по краю, голые, слегка морщинистые. Верхние листья мелкие, сидячие. Прицветники крупные, фиолетовые. Цветки мелкие, фиолетово-синий, собраны по 2–6 в мутовки, образуют соцветия длиной 20–40 см, с несколькими парами боковых ветвей и сближенными ложными мутовками. Плоды – трехгранно-шаровидные, темно-бурые орешки. Цветет с конца июня по начало сентября.

Сорта отличаются окраской цветков (фиолетово-синие, темно-лавандовые, розово-фиолетовые, белые и другие).

Действующие вещества

В корнях найдены дубильные вещества, хиноны (ацетоксиroyлеанон, горминон, неморон, ройлеанон, дезацетилнеморон). Надземная часть содержит эфирное масло – до 0,14 % (в его составе есть α -туйен, α -пинен, β -пинен, мирцен, α -терпинен, γ -терпинен, p-цимол, лимонен, борнеол, камфен, кариофиллен); дитерпеноиды; стероиды. В листьях обнаружено эфирное масло (содержит кариофиллен – 38,8 %, сабинен, гермацен D, α -пинен,

β -пинен); витамин С. Соцветия содержат эфирное масло – до 0,18 % (в его составе присутствуют туйен, пинен, мирцен, терпинен, п-цимол, лимонен, оцимен-1, оцимен-2). В семенах найдено до 26,4 % жирного масла (в котором содержатся жирные кислоты – пальмитиновая, стеариновая, олеиновая, линолевая, линоленовая); стероиды (кампестерин, стигмастерин, авенастерин, ситостерин).

Применение в медицине

В Болгарии настоем лечат диарею у детей, кровохарканье, фурункулез, особенно у маленьких детей, его используют как ранозаживляющее. Надземную часть употребляют при болях в желудке.

Настой свежей или сухой надземной части применяют при отсутствии аппетита, болях в желудке, тошноте, желудочно-кишечных заболеваниях, недержании мочи, болезнях горла. Особенно эффективен настой травы при неврозе сердца и неврастении, а также при простудных заболеваниях.

Другие свойства

Эфирное масло используют в парфюмерно-косметической промышленности. Листья – корм для кроликов, их примесь в сене стимулирует аппетит.

Как использовать

Диарея, фурункулез. 1 ст. л. надземной части шалфея дубравного залить 1 стаканом кипятка, настоять 1 час. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день до еды.

Ангина, воспаленное горло. 2 ст. л. травы шалфея дубравного залить стаканом кипятка, настоять 1 час, процедить. Полоскать горло и ротовую полость.

Шалфей мускатный (Salvia Sclarea L.)

Видовое научное название связано с латинским словом «clarus», что означает «светлый», «ясный» и дано из-за красивых цветков этого растения.

В Средневековье этот вид шалфея называли «oculus Christi» – «христово око» – из-за крупных голубых цветков.

Распространение и места обитания

В природе обитает в горных районах стран Средиземноморья: Италии, Франции, Греции, а также Сирии, Ирана. Растет на каменистых, глинистых и песчаных склонах, среди кустарников, в садах, на пашне как сорное до среднегорного пояса.

Ботаническое описание

Шалфей мускатный – многолетнее травянистое растение, с деревянистым стержневым корнем, проникающий в глубину до 1,5 м. Стебли однолетние, длиной до 120 см, мощные, прямостоячие, четырехгранные, в верхней части ветвистые. Нижние листья крупные, длиной 20–25 см и шириной 7–15 см, длинночерешковые, овально-сердцевидной формы, морщинистые, у основания стебля собраны в розетку.

Стеблевые листья более мелкие, сидячие, супротивные. Стебли и листья сильно опушены. Цветки крупные, до 2 см длиной, двугубые, розовато-фиолетовые, синие, изредка белые, собраны по 3–5 в пазухах прицветников в супротивные полумутовки, которые образуют крупное метельчатое соцветие длиной 50–70 см на концах стеблей. Плод состоит

из 4-х светло– или темно-коричневых, гладких, слегка удлинённых орешка. Цветет в июле – августе. Семена созревают в августе – сентябре.

Действующие вещества

Листья содержат эфирное масло 0,03–0,12 %, а соцветия – до 1,1 % в его составе присутствуют линалилацетат, линалоол, мирцен, нерол, гераниол, карвакрол, цинеол, пинен. В соцветиях и листьях обнаружены флавоноиды, кумарины, дитерпеноиды (склареол), дубильные вещества – до 10 %, органические кислоты (муравьиная, уксусная), смолы. Трава шалфея мускатного, собранная в фазу цветения содержит до 130 мг на 100 г витамина С, до 30 мг на 100 г Р-активных катехинов, а также каротин, токоферол. Семена содержат 27–31 % быстровысыхающего жирного масла с приятным запахом.

Применение в медицине

Ценность шалфея мускатного как лекарственного растения в первую очередь определяется содержащимся в его соцветии эфирным маслом.

В народной медицине надземную часть шалфея мускатного используют для улучшения пищеварения, при почечнокаменной болезни, лихорадке, язве желудка, головной боли, эпилепсии, как антисептик. В стоматологии настоем надземной части полоскают ротовую полость при кариесе, пульпите, периодонтите, гингивите. С настоем соцветий делают ванны при заболеваниях мочевого пузыря, полиартрите, остеомиелите, деформирующем артрозе, трофических язвах; в виде местных аппликаций при фурункулах, гнойных ранах, псориазе; им полоскают горло при острых респираторных заболеваниях.

В Средние века семенами шалфея лечили слабость глаз. В народной медицине Средней Азии жареные семена употребляют при дизентерии, измельченные с маслом – как ранозаживляющее средство, при фурункулезе.

Эфирное масло шалфея мускатного улучшает показатели неспецифической защиты и проявляет иммуномоделирующую активность на Т– и В-системы иммунитета. Положительно влияет на функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной систем. Повышает умственную и физическую работоспособность, качество и количество выполняемой работы, увеличивает содержание в крови кортикостерона, у больных туберкулезом нормализует гормональный статус, оказывает положительный эффект при лечении и реабилитации больных ишемической болезнью сердца.

Эфирное масло нельзя использовать во время беременности.

Другие свойства

Соцветия добавляют в овощные омлеты, используют вместе с другими травами для консервирования рыбы. Как приправу кладут в салаты, овощи, сладкие блюда (джемы, компоты, кондитерские изделия), пудинги.

Шалфей мускатный и его эфирное масло применяют для отдушки дорогих сортов табака, а также сыра и чая. Эфирное масло шалфея мускатного широко применяется в кондитерском и ликеро-водочном производстве – с его помощью изделиям придают мускатный аромат.

Как использовать

Простуда, заболевания верхних дыхательных путей, бронхит . 100 г соцветий шалфея мускатного залить 1 л кипятка, варить на медленном огне 1 час, настоять сутки, процедить. Принимать в теплом виде внутрь по 1/4 стакана 3 раза в день.

Отеки, спазмы кишечника, колиты, заболевания печени . 2 ст. л. измельченных

соцветий шалфея мускатного залить стаканом кипятка, нагревать на водяной бане в течение 15 мин, охлаждать в течение 45 мин, процедить. Пить в теплом виде по полстакана 3–4 раза в день.

Опухоли. Взять свежие соцветия, измельчить, наложить на больное место.

Слабая половая потенция. Употреблять в пищу 1/2 ч. л. измельченных в порошок семян шалфея мускатного, запивая 100 г красного вина 3 раза в день.

Шалфей лекарственный (Salvia Officinalis L.)

Видовое научное название указывает на особую лечебную ценность этого вида шалфея. В народе называют жалвией, кадулой, шальвией, шавлием.

Распространение и места обитания

Встречается в странах Средиземноморья, где растет по сухим горным склонам. В России в диком виде не встречается.

Ботаническое описание

Полукустарник высотой 40–80 см, с мощным деревянистым корнем. Стебли многочисленные, четырехгранные, ветвистые, снизу одревесневающие. Листья супротивные, морщинистые, продолговатые, длиной 3–8 см, опушенные, серовато-зеленые, черешковые, по краю мелкогородчатые. Цветки двугубые, сине-фиолетовые, довольно крупные, длиной до 2,5 см, на коротких цветоножках, собраны по 6–10 в мутовки в пазухах верхних, сильно уменьшенных листьев, образуя верхушечное колосовидное соцветие. Плод – сухой, распадающийся на 4 шаровидных, темно-бурых или черных орешка. Цветет в июне – июле, плоды созревают в августе – сентябре.

Выведены сорта с пурпурно-фиолетовыми листьями, с листьями бело-желтых тонов с примесью фиолетового и другие.

Действующие вещества

Все органы растения содержат эфирное масло (в листьях – до 2,5 %), в состав которого входят цинеол, туйон, пинен, борнеол, камфара. Кроме того, листья содержат дубильные вещества, тритерпеноиды (урсоловую и олеаноловую кислоты), витамины РР, группы В.

Применение в медицине

Великие врачи Гиппократ, Диоскорид, Плиний и другие считали шалфей священной травой и самым полезным лекарством. Ему посвящены строки поэтических медицинских трактатов: «О свойствах трав» и других. Валафрид Страбон в «Садике» высоко отзывался о лекарственных свойствах шалфея: «Взятый руками врача, он при многих полезен недугах...». Старая арабская пословица гласит: «Зачем человеку умирать, если в его саду растет шалфей!»

В народной медицине разных стран настой листьев используют при различных болезнях дыхательных органов, одышке, желудочно-кишечных заболеваниях-диарее, катаре кишечника и язве желудка и воспалительных процессах в печени и почках. Настой листьев пьют для уменьшения обильных потов и ослабления деятельности молочных желез в период отлучения детей от груди. Шалфей лекарственный входит в состав основной смеси трав, применяемой для лечения туберкулеза легких, и часто используется в грудных, мягчительных и желудочных травяных сборах.

В России шалфей лекарственный принадлежал к наиболее популярным средствам от

боли в горле и «жабе»; при этом теплый настой пили, а вываренную траву прикладывали к горлу. Отвар шалфея на молоке принимали от «грудной боли». В настоящее время полосканиями на основе шалфея лечат ангины, гингивиты.

Вязущие, смягчительные, противовоспалительные и дезинфицирующие свойства шалфея обуславливают его эффективность при воспалительных заболеваниях ротоглотки, носоглотки и верхних дыхательных путей. Настоем шалфея полоскают ротовую полость, делают ингаляции, примочки и влажных турунды. При воспалительных заболеваниях кожных покровов, гноящихся язвах и ранах, легких ожогах и обморожениях используют марлевые салфетки, смоченные настоем шалфея, назначают общие и местные ванны с его настоем.

В научной медицине России лист шалфея лекарственного применяют в виде водного настоя и аптечной настойки как смягчительное и противовоспалительное средство при воспалительных заболеваниях носоглотки и верхних дыхательных путей, кожных покровов, лечения гноящихся язв и ран, легких ожогах и обморожений.

Есть положительный клинический опыт применения настоя шалфея при гастритах и язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки с пониженной кислотностью желудочного сока, а также склонности больных к спастическим состояниям желудка и кишечника. Листья шалфея лекарственного входят в состав сбора для приготовления микстуры по прописи М. Н.Здренко.

Эфирное масло шалфея лекарственного обладает сильным антисептическим действием, проявляет противовирусную активность и желчегонные свойства. Масло шалфея лекарственного применяют в ингаляциях и аромалампах для лечения кашля, бронхита, бактериальной инфекции. При массаже и в ваннах эфирное масло шалфея используют при бактериальных инфекциях, кашле, бронхите, ревматизме, артрите, напряжении и болях в мышцах, инфекционных кожных заболеваниях, трещинах и морщинах на коже.

Компрессами с шалфейным маслом лечат инфекционные кожные заболевания, нарывы, морщины.

Эпилептикам И Беременным Женщинам Нельзя Применять Эфирное Масло Шалфея Лекарственного!

Другие свойства

Шалфей лекарственный используют в приготовлении ароматизированных вин. Свежие и сухие листья шалфея добавляют в куриные бульоны, яичницу, омлеты, блюда из отварной рыбы, тушеной говядины и свинины, птицы, колбасные изделия, в капустные, ячно-рисовые и мясные пироги.

Как использовать

Отсутствие или снижение полового влечения (либидо) у женщин. 10 г свежих листьев залить 100 г 70 % спирта, настоять 2 недели, процедить. Пить 2 раза в день по 50 капель.

Нервное истощение (для восстановления энергии). 75 г листьев шалфея лекарственного, залить 1 л вина, настоять неделю; принимать по 1–3 ст. л. после еды. Свежеотжатый сок шалфея, принимаемый по 1 ч. л. 2 раза в день, поможет при умственной, психической или физической астении.

Бронхит. 5 г порошка листьев шалфея смешать с 80 г меда. Принимать по 1 ч. л. 4 раза в день.

Чрезмерная лактация. 1 ст. л. листьев залить 0,5 л кипятка, настоять 30–60 мин, пить по 150 г 3 раза в день до еды.

Переохлаждение, простуда, бронхит, грипп. Вариант 1: щепотку порошка листьев шалфея лекарственного залить стаканом кипятка, подсластить, добавить 2 ст. л. коньяка и выпить горячим. Вариант 2: 10 г листьев шалфея варить 3 мин в 1 л белого вина. Охладить

до комнатной температуры, пить каждые полчаса по 50 г; курс лечения 3 дня.

Угри, себорейные дерматиты. 1 ч. л. измельченных листьев залить стаканом кипятка, настоять 5 мин, делать теплые примочки.

Эхинацея пурпурная (Echinacea Purpurea (L.) Moench)

Семейство астровые (сложноцветные).

В народе эхинацею называют шишка-цветок. Родовое название происходит от греческого слова, означающего «ёж» – дано за колючие игловидные листочки-обертки. Видовое название указывает на окраску трубчатых цветков.

Распространение и места обитания

В диком виде встречается в открытых гористых лесах и прериях, расположенных в восточной части Северной Америки.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 150 см. Корневище короткое, с множеством тонких корней. Стебель прямой, твердый, шершавый. Прикорневые листья на длинных, крылатых черешках, широкоовальные, резко суженные к черешку, собраны в розетку; стеблевые – сидячие, ланцетные, шершавые, расположены в очередном порядке. Краевые язычковые цветки пурпурово-розовые, на верхушке заостренные, до 4 см длиной; срединные трубчатые – красновато-коричневые.

Соцветия одиночные, на длинных неветвистых цветоносах корзинки, диаметром до 8–12 см. Плод – четырехгранная серовато бурая семянка длиной. Цветет с июля по сентябрь. Семена созревают в октябре.

Выведены многочисленные сорта как лекарственного назначения (Танюша), так и декоративные – с разнообразной окраской соцветий (красно-розовые, белые и другие), отличающиеся по степени махровости, пестролистные, низкорослые и гиганты (от 55–60 см до 180 см).

Действующие вещества

Содержит полисахариды: простые сахара (арабиноза, галактоза, глюкоза, ксилоза, манноза, рамноза, пентозаны, фруктоза), олигосахариды (сахароза) и полисахариды (крахмал, целлюлоза, гемицеллюлозы, инулин, пектин). Для надземной части эхинацеи пурпурной характерны оксикоричные кислоты (производные кофейной кислоты), флавоноиды (кверцетин, рутин, кемферол, дигликозиды изорамнетина). Также присутствуют антоцианы, дубильные вещества пирокатехиновой группы, лектины, бетаин глицин, алкалоиды туссиягин и изотуссиягин, сапонины, эфирное масло, ненасыщенные алкиламины (изобутиламины).

Применение в медицине

Индейцы Северной Америки жуют корни при зубной боли, тонзиллите, для лечения желудочно-кишечных болезней, делают из них примочки на укусы змей и насекомых. Сжигают высушенную траву и вдыхают дым, чтобы избавиться от головной боли и вылечить депрессию, также дым хорошо помогает при респираторных заболеваниях. Индейцы Делавары использовали корневища при лечении венерических заболеваний.

В научной медицине многих стран мира применяются сотни фитопрепаратов из всех

частей эхинацеи: травы, цветков, корней, сока. Препараты эхинацеи оказывают противовоспалительное, обезболивающее, антисептическое, детоксикационное действие. Самым главным же действием, считается иммуннореабилитирующее, для лечения и профилактики заболеваний, связанных с иммунодефицитным состоянием – при хронических рецидивирующих заболеваниях воспалительного характера, респираторных заболеваниях (хронических бронхитах, пневмонии и других), септических процессах, гинекологических (аднексит), кожных (экзема, псориаз) заболеваниях, диабете, тиреоидитах.

Противопоказания: лейкомия, туберкулез, ревматизм, коллагенозы, рассеянный склероз, аутоиммунные заболевания. Не принимать дольше 10 дней.

Другие свойства

Индейцы Северной Америки употребляют эхинацею в пищу как овощ, а также в церемониальных целях. Является медоносом и кормовым растением (по количеству незаменимых аминокислот белок эхинацеи сравним с белком бобовых).

Как использовать

Грипп, ангина, пневмония, экзема. 2 ч. л. измельченных корней залить 2 стаканами кипятка, варить на слабом огне 30 мин, настоять до охлаждения, процедить. Пить по 1/3–1/2 стакана 4 раза в день за 30 мин до еды.

Грипп, ангина, пневмония, экзема. 1 ч. л. измельченной надземной части залить 150 мл кипятка, настоять 30 мин, процедить. Пить за 30 мин до еды 3 раза в день.

Грипп, ангина, простатит, пневмония, экзема. Набить, слегка уплотняя, стеклянную банку нарезанными свежими корневищами с корнями или надземной частью эхинацеи, залить 96 % медицинским спиртом, чтобы спирт покрывал сырье на 1–2 см. Настоять 3 недели в темном месте, регулярно перемешивая, процедить. Пить по 1 ч. л., разведя ее предварительно в 1/3 стакане кипяченной воды, 3 раза в день за 30 мин до еды.

Как выращивать

Эхинацею высаживают на открытом, хорошо освещенном месте. Лучше растет и достигает высоких декоративных качеств на плодородных, суглинистых, слабокислых или нейтральных, хорошо обработанных почвах.

Отцветшие стебли необходимо срезать (если не нужны семена); побеги, отличающиеся по окраске цветка, удаляют. Растение нуждается в подкормке комплексными минеральными удобрениями весной – в начале вегетации, и летом – после срезки цветоносов. Довольно засухоустойчиво, но в сухое и жаркое лето необходимо обильно полить.

Размножается семенами и вегетативно. Вегетативное размножение (деление 3–4 летних растений) проводят в мае или в конце лета, аккуратно отрезая деленки с 2–3 почками, кусочком корневища и корнями. Так как культура довольно теплолюбивая, то в средней полосе России семена высевают поздней весной, в середине-конце мая на глубину 2–3 см.

Всходы появляются очень долго, через 3 недели, иногда позже. Для повышения всхожести семян и ускорения процесса рекомендуется перед посевом замачивать семена в ростовых стимуляторах. К концу первого года жизни растения образуют розетки листьев 15–20 см высотой, а на 2-й год зацветают. Цветение продолжается с конца июля – начала августа до сентября.

Эшшольция калифорнийская (*Eschscholzia Californica Cham.*)

Семейство маковые.

Родовое научное название дано в честь естествоиспытателя из Прибалтики – доктора

Иоганна Фридриха Эшшольца.

В США эту эшшольцию называют калифорнийским маком.

Распространение и места обитания

Родина – западные районы Северной Америки.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение, используемое как однолетнее. Образует ветвистые, компактные или стелющиеся кустики высотой до 50 см. Стебли прямые, тонкие, ребристые, серо-зеленые, голые. Листья трижды рассеченные, на длинных черешках, прикорневые собраны в розетку, сизые от воскового налета, напоминают листья полыни. Цветки одиночные, чашевидные, диаметром 5–8 см, блестящие, белые и желтые, открыты только в солнечные дни и полуденные часы (с 10 до 16). Цветет обильно с июня по октябрь. Плод – стручковидная коробочка.

Выведены сорта с разнообразной окраской цветков (карминно-розовые с кремовым пятном в центре, ярко-желтые с крупным оранжевым пятном в центре, оранжевые до карминовых, кремовые, розовые, ярко-малиновые и другие) и отличающиеся по степени их махровости (простые, полумахровые, махровые).

Действующие вещества

Растение содержит алкалоиды, каротиноиды.

Применение в медицине

Многие племена индейцев Северной Америки считают эшшольцию ядовитым растением. Так, они полагают, что это растение вредно для беременных и кормящих грудью женщин – из-за того, что его запах может быть для них ядовитым. Тем не менее, индейцы применяют при зубной боли его листья, а корни с этой же целью помещают в полость зуба. Сок корней используют как примочку, делают обмывания при головной боли, гнойных язвах. Сок корней применяют как рвотное и при болях в желудке, при туберкулезе. Кормящие женщины для прекращения лактации втирают в груди измельченные плоды или сок корней.

Как использовать

Язвы гнойные, головная боль. Выжать сок из свежих корней эшшольции. Нанести на больные места, натереть виски.

Как выращивать

Растения лучше высаживать на светлых, хорошо освещенных местах. К почвам нетребовательно, хорошо растет даже на сухих, песчаных и бедных. При избытке влаги и свежих органических удобрений растения сильно перерастают, заваливаются, теряют декоративные свойства.

Уход очень прост: вырезать отцветшие побеги, если не нужны семена, удалять сорняки и регулярно рыхлить почву.

Размножается семенами, которые высевают весной в апреле – мае или под зиму (октябре – ноябре) сразу на постоянное место. Глубина посева 1–1,5 см. Всходы появляются через 10–14 дней при весеннем посеве. Цвести начинают через 30–45 дней после появления

всходов. Очень легко дает обильный самосев. Сеянцы прореживают, оставляя между растениями 20–25 см.

Ясенец, или Диктамнус (Dictamnus)

Семейство рутовые.

Научное родовое название соответствует древнегреческому названию этого растения. Народное название этих растений– «неопалимая купина» – дано за то, что если в жаркий, солнечный день к ясенцу поднести зажженную спичку, то он вспыхнет. По одной из версий, именно о ясенце идет речь в Библии, когда описываются странствия Моисея с еврейским народом по пустыне на пути из Египта в землю обетованную. Только там кусты неопалимой купины вспыхивали сами собой, что тоже вполне возможно под жарким солнцем пустыни.

Эфирное масло, выделяемое железками, очень летучее и в жаркую погоду на близком расстоянии вызывает ожоги на коже человека и темные пятна (фотодекрматозы). При соприкосновении с растением на коже (особенно потной) образуются пузыри.

Как выращивать

Лучшего развития достигает на открытых, солнечных местах, можно высаживать и в легкой тени. Выращивают на окультуренных и достаточно питательных, нейтральных, хорошо дренированных почвах.

Уход обычный: прополки, рыхление (а лучше мульчирование) почвы, изредка поливы и подкормки (лучше подщелачивающими удобрениями).

Размножаются семенами, делением куста и черенками. Высевают сразу после сбора или под зиму в открытый грунт в рассадник на глубину 2–3 см. При посеве осенью часть семян прорастает только через год. Сеянцы зацветают на 3–4 год.

Деление куста производят в апреле – мае или в конце августа – начале сентября. Черенки нарезают с молодых, неодревесневших побегов, для лучшего укоренения требуется обработка регуляторами корнеобразования.

Ясенец белый (Dictamnus Albus L.)

Распространение и места обитания

Встречается на Украине. Растет в светлых лесах, по опушкам, на полянах, травянистых и каменистых склонах.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 90 см. Стебли прямостоячие, густо опушены железистыми волосками. Листья плотные, на длинных черешках, прикорневые – цельные, стеблевые – непарноперистые с яйцевидными, заостренными на концах листочками, опушены железистыми волосками. Цветки белые, душистые, до 2,5 см в диаметре, собраны в кистевидные соцветия до 20 см длиной. Цветет в июне-июле. Плод – коробочка, семена черные, блестящие, созревают в августе-сентябре.

Известны садовые формы с розовыми и темно-красными цветками.

Действующие вещества

Подземная часть содержит эфирное масло 0,11-0,88 %; алкалоиды и другие

азотосодержащие соединения (диктамнин, прескиммианин, изокулозидин, хаплофин, скиммианин, дубамин, дубинидин и прочие). В надземной части найдено эфирное масло (в его составе присутствуют лимонен, п-цимол, 1,8-цинеол, эстрагол); алкалоиды (диктамнин); кумарины (псорален, ксантотоксин, бергаптен, аураптен). Листья содержат эфирное масло (в его составе есть п-цимол, 1,8-цинеол, лимонен, эстрагол); алкалоиды (скиммианин – 0,027 %, γ -фагарин); кумарины (аураптен, бергаптен, псорален, ксантотоксин); флавоноиды (рутин – 1,3 %, диосмин, изокверцитрин, гесперидин); антоцианы (цианидин, дельфинидин) В цветках обнаружено эфирное масло – 0,15 %; алкалоиды – 0,027 %; флавоноиды – 0,1–0,9 %.

Применение в медицине

В народной медицине отвар и настой подземной части пьют при аменорее, белях, эпилепсии, астении, истерии, как антиспастическое, антигельминтное, детоксикационное, abortивное, слабительное средство, при метеоризме. В китайской медицине кору корней считают эффективной в отношении лепры; их отвар пьют при перемежающейся лихорадкой, скрофулезе, мочекаменной болезни, истерии, как антиспастическое, жаропонижающее, вяжущее, антигельминтное, антисептическое средство.

В Болгарии надземную часть принимают внутрь как потогонное, мочегонное средство, используют при мочекаменной болезни, ревматизме, эпилепсии, женских болезнях. Спиртовой экстракт листьев и цветков употребляют при ревматизме; настой – при диарее. Семенами лечат аменорею, дисменорею, истерию, их используют как детоксикационное, антисептическое, антигельминтное средство.

Растение ядовито, применять с осторожностью.

Другие свойства

Надземная часть, листья и цветки – суррогат чая. Эфирное масло цветков нашло применение в парфюмерии, косметике, как пряность.

Как использовать

Анемия, малокровие. 3 ст. л. листьев ясенца белого залить 0,6 л кипятка, настоять 2 часа, процедить. Пить по 200 г до еды в течение 5 дней.

Анемия, малокровие. 3 ст. л. листьев ясенца белого залить 0,5 л кипятка, настоять 1 час, процедить. Пить по 50 мл несколько раз в день.

Глистогонное, для повышения секреции желудка и кишечника. 2 ч. л. корней ясенца белого залить стаканом кипятка, варить на малом огне 15 мин, настоять 30 мин, процедить. Пить по 2 ст. л. 3 раза в день.

Ясенец кавказский (Dictamnus Caucasicus Fisch. Et Mey.)

Распространение и места обитания

Встречается на Кавказе. Растет в светлых лесах, на опушках, лесных полянах, среди кустарников, на каменистых, травянистых склонах, по сухим руслам рек, поднимаясь до высокогорного пояса.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 80 см. Листья крупные, непарноперистые, темно-зеленые, с продолговато-ланцетными листочками. Стебли и листья

покрыты железистыми волосками. Цветки розовато-сиреневые с темно-пурпуровыми жилками или белые с грязновато-пурпуровыми, душистые, до 2,5 см в диаметре. Цветки образуют на верхушках стеблей метельчатые или кистевидные соцветия длиной до 15 см. Цветет в июне-июле. Семена созревают в августе-сентябре.

Действующие вещества

Подземная часть содержит алкалоиды – 0,34 % (робустин, изодиктамнин, γ -фагарин, изомакулоизид, изоптелеин, диктамнин, скиммианин); дубильные вещества. В надземной части найдено эфирное масло; алкалоиды – 0,15 % (скиммианин – 0,034 %). Листья содержат эфирное масло – 0,16 %; алкалоиды – 0,28 % (скиммианин, диктамнин); витамин С.

Применение в медицине

Отвар подземной части пьют при респираторных инфекциях, депрессивных состояниях, эпилепсии; местно отваром промывают и делают примочки на места пораженные чесоткой, с аллергией и алопецией. Кора корней считается полезной при истерии, диарее, как антиспастическое и антигельминтное средство.

Соком надземной части удаляют бородавки. Экстракт надземной части снижает антикоагулянтные свойства крови. Настой листьев используют при диарее; с ним делают ванны при ревматизме. Сок цветков в виде мази применяют при раке кожи.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Другие свойства

Листья – суррогат чая, пряность. Настой семян нашел применение в косметологии.

Как использовать.

Алопеция, чесотка, аллергическая сыпь . 1 ст. л. корней ясенца кавказского залить стаканом кипятка, варить на малом огне 15 мин, настоять 30 мин, процедить. Применять для примочек и обмываний больных мест.

Бородавки. Аккуратно выжать сок из свежей надземной части, наносить несколько раз в день на бородавки.

Ясенец мохнатоплодный (*Dictamnus Dasycarpum Turcz.*)

Распространение и места обитания

Встречается на юге Восточной Сибири, Дальнего Востока. Растет на суходольных лугах, в разреженных лесах, по опушкам, среди кустарников, на открытых сухих каменистых склонах оврагов, по днищам падей и распадков.

Ботаническое описание

Крупные многолетние прямостоячие растения высотой до 100 см. Стебли в верхней части рассеянно отстояще-волосистые, в соцветии, кроме того, усажены темными бородавчатыми железками с коротким острием на верхушке. Листья крупные, непарноперистые. Листочки расположены по 3–5 пар, продолговатые, оттянуто заостренные, по краю мелкопильчатые. Соцветие верхушечное, кистевидное или метельчато-кистевидное, длиной до 35 см, по всей длине густо покрытые отстоящими простыми волосками и, кроме

того, бородавчатыми железками. Цветки крупные – длиной до 4 см. Плод – коробочка с 4–5 лопастями на толстой ножке.

Действующие вещества

Подземная часть содержит эфирное масло; терпеноиды (лимонин, обакуноновая кислота); алкалоиды – 0,13 %; кумарины. В надземной части найдено эфирное масло (в его составе есть анетол, эстрагол); алкалоиды и другие азотосодержащие соединения (диктамнин, скиммианин, тригонеллин, холин); кумарины (псорален, ксантотоксин). Листья содержат эфирное масло – 0,31 %; кумарины (псорален, ксантотоксин). В плодах найдены кумарины (псорален, ксантотоксин).

Применение в медицине

В китайской медицине отвар подземной части пьют при истерии, перемежающейся лихорадке, тропической малярии, желтухе, аменорее, фимозе, парафимозе; наружно наносят при чесотке, аллергии, общей и гнездовой алопеции, выпадении бровей. В тибетской медицине настой подземной части употребляют как антисклеротическое, abortивное, антигельминтное средство.

В народной медицине настой корней нашел применение при гельминтозах, радикулите, менингите, экземе, дерматомикозах. В китайской медицине кору корней прописывают при псориазе, женских болезнях, желтухе, эпилепсии, как отхаркивающее, abortивное. Надземная часть считается полезной при желтухе. В народной медицине отвар надземной части употребляется как сосудорасширяющее, отхаркивающее, антигельминтное средство. Настойку, отвар и мазь наносят для лечения эпидермофитии стоп.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Другие свойства

Кора корней – инсектицид. Надземная часть используется в виде пряности.

Как использовать

Аменорея, желтуха. 2 ч. л. подземной части ясенца мохнатоплодного залить стаканом кипятка, варить на слабом огне 15 мин, настоять 30 мин, процедить. Пить по 1–2 ст. л. 3 раза в день.

Ясенец голостолбиковый (*Dictamnus Gymnostylis* Stev.)

Распространение и места обитания

Встречается в юго-западных районах европейской части России, на Кавказе. Растет в светлых дубовых лесах, среди кустарников, на лесных полянах, выходах известняков.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 80 см. Стебель до самого низа густо-, длинно-, более или менее курчаво-пушистый. Листья непарноперистые, с тремя – четырьмя парами крупных эллиптических или удлинненно-эллиптических, реже продолговатых, на верхушке обычно неоттянутых, тупых или островатых, пильчатых, снизу густодлиннопушистых листочков. Соцветие кистевидное, реже метельчатое, более или менее

железистое. Цветки розоватые, с пурпурными жилками. Завязь и столбик голые. Плод – коробочка. Цветет в мае – июне. Семена созревают в июле – августе.

Действующие вещества

Подземная часть содержит эфирное масло; алкалоиды. В надземной части найдено эфирное масло – 0,15 %; кумарины (псорален, ксантотоксин, аураптен, гликозид умбеллиферона). Листья содержат эфирное масло – до 0,15 %; кумарины (псорален, ксантотоксин). В соцветиях найдено эфирное масло – до 0,15 %. В плодах – кумарины (псорален, ксантотоксин), в семенах – жирное масло 18–21 %.

Применение в медицине

Подземной и надземной частями лечат депрессивные состояния, эпилепсию, почечнокаменную болезнь, диарею, их используют как антигельминтное средство. Настой и отвар надземной части и корней применяются в виде примочек при ревматизме.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Другие свойства

Надземная часть используется в косметике, а также как пряная приправа. Медонос.

Ясенец узколистный (*Dictamnus Angustifolius* G. Don. Fil. Ex Sweet)

Распространение и места обитания

Встречается в горах юга Западной Сибири, на Алтае. Растет на степных лугах, среди кустарников, поднимаясь в горы на высоту до 3000 м.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 100 см. Листья непарноперистые с 5–6 парами листочков. Листочки продолговатые или удлинненно эллиптические, на кончике оттянутые, острые, по краю мелкопильчатые, снизу, главным образом по жилкам, длинно пушистые. Цветки бледно-розовые, с пурпурными жилками, собраны в кистевидно-метельчатое или кистевидное, сильножелезистое соцветие. Плод – волосистая коробочка с длинными рожками. Цветет в мае-июне; плодоносит в июле-августе.

Действующие вещества

Подземная часть содержит терпеноиды (фраксинеллон); алкалоиды – 0,3 % (γ -фагарин, изодиктамин, изоптелеин, скиммианин, диктамин, дубамин, дубинидин, хаплоперин); стероиды (ситостерин). В надземной части найдены кумарины (умбеллиферон, эскулетин, скополетин, псорален, ксантотоксин, бергаптен, изоимператрин); флавоноиды (кверцетин, изокверцитрин, рутин). В листьях и стеблях содержатся алкалоиды – 0,06 %, дубильные вещества – 0,5 и 2,5 % соответственно. В семенах найдены алкалоиды – 0,025 % (скиммианин, диктамин, дубамин); жирное масло – 20 %.

Применение в медицине

Является детоксикационным средством при укусах змей. Отвар и настой подземной

части и семян употребляют при мочекаменной болезни, малярии, желтухе, дисменорее, истерии, судорогах, спазмофилии, астении. Кора корней используется как диуретическое, потогонное, вяжущее, антигельминтное средство, а также при перемежающейся лихорадке, эпилепсии, аменорее. Соком надземной части лечат экзему, чесотку, аллергию. Настой листьев и цветков в виде примочек используют при ревматизме. Эфирным маслом цветков лечат водянку, желтуху, респираторные инфекции, отит. Семена считаются полезными при эпилепсии.

Растение ядовито, применять с осторожностью!

Другие свойства

Листья, цветки – суррогат чая. Медонос. Жирное масло из семян пригодно для изготовления олифы.

Как использовать

Экзема, чесотка, высыпания от аллергии . Аккуратно выжать сок из свежей надземной части, наносить несколько раз в день на пораженные места.

Аменорея, дисменорея, истерия, судороги . 2 ч. л. подземной части ясенца узколистного залить стаканом кипятка, варить на слабом огне 15 мин, настоять 30 мин, процедить. Пить по 1–2 ст. л. 3 раза в день.

Яснотка пятнистая, или Крапчатая (*Lamium Maculatum* L.)

Семейство яснотковые (зубоцветные).

Распространение и места обитания

Встречается в европейской России, на Кавказе. Растет в лесах, на опушках, среди кустарников, на вырубках, в оврагах, по песчаным берегам рек, по травянистым склонам, поднимается до среднегорного пояса.

Ботаническое описание

Многолетнее травянистое растение высотой до 50 см. Стебли лежачие, сильно ветвящиеся, самопроизвольно укореняющиеся в узлах. Довольно хрупкие, облиственные цветоносы приподнимаются на высоту до 50 см. Листья полувечнозеленые, зубчатые темно-зеленые с серебристым пятном вдоль центральной жилки. Розовато-пурпурные цветки собраны в соцветие – мутовку. Цветет в июне – июле в течение 40–50 дней.

Сорта отличаются окраской цветка (чисто-белые, нежно-розовые, ярко- и темно-пурпурные, светло-фиолетовые и другие) и листьев (темно-зеленые, полностью серебристые, с зелено-желто-серебристым рисунком, листья желтые с серебристым рисунком, листья пурпурные с серебристой полоской и прочие).

Действующие вещества

Листья содержат углеводы и родственные соединения (седогептулоза, галактит); иридоиды (ацетилламиол). В цветках найдены фенолкарбоновые кислоты и их производные (хлорогеновая кислота); флавоноиды (глюкозиды кемпферола, кверцимеритрин); антоцианы.

Применение в медицине

Листья и цветки полезны при болезнях селезенки, выпадении прямой кишки. Цветки используются как кровоостанавливающее и противовоспалительное средство.

Другие свойства

Молодые листья добавляют в супы и борщи. Медонос.

Как использовать

Раны, порезы. Измельчить свежие цветки и нанести на пораженные места.

Как выращивать

Яснотка хорошо растет в светлых или полутенистых, прохладных местах, но если почва влажная, она отлично развивается и на солнце. Хотя растение любит влагу, но от засухи страдает не сильно и быстро восстанавливается.

Предпочитает влажные, умеренно плодородные почвы. Уход несложен: после цветения нужно обрезать цветоносы. При стрижке растений можно добиться не только компактных размеров, но и длительного цветения до осени на отдельных побегах.

Размножается семенами, делением и черенками (стеблевыми и листовыми). В первом случае очень легко укореняется, зацветая при этом на второй год. При наличии на клумбе нескольких сортов яснотки пятнистой можно получить самосев с очень интересной окраской цветков и листьев. Однако самый оптимальный и менее хлопотный способ размножения – вегетативный (делением и отводками).

Фото с вкладки



Агератум Хоустона



Адиантум стоповидный



Адонис весенний



Амарант метельчатый



Алиссум скальный



Амарант хвостатый



Аризема амурская плоды



Аризема амурская



Аризема японская плоды



Аризема японская



Астильба китайская



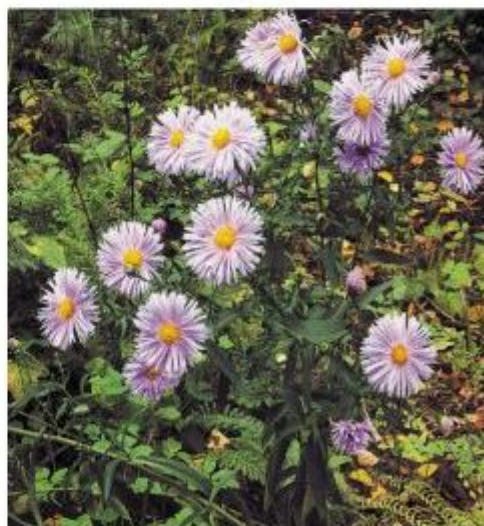
Астильба Тумберга



Астра альпийская белоцветковая



Астра альпийская синецветковая



Астра новоанглийская



Бадан тостолистный



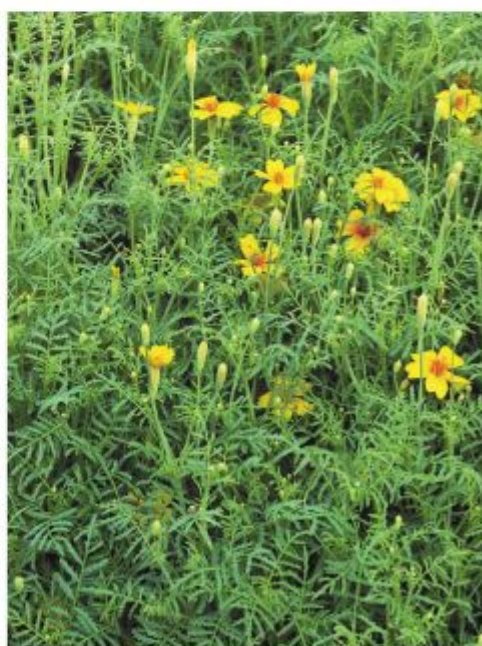
Барвинок малыi



Бархатцы отклоненные



Бархатцы прямостоячие



Бархатцы тонколистные



Белоцветник весенний



Василек синий



Безвременник великолепный



Ваточник мясокрасный



Ваточник сирийский



Вербе́йник ландышевый



Вербе́йник моне́тчатый



Вербе́йник то́чный



Верони́ка сиби́рская



Вербе́йник ду́бравный



Ветреница лесная



Вечерница матроны



Ветреница лютичная



Водосбор железистый



Водосбор обыкновенный



Волжанка американская



Гвоздика турецкая



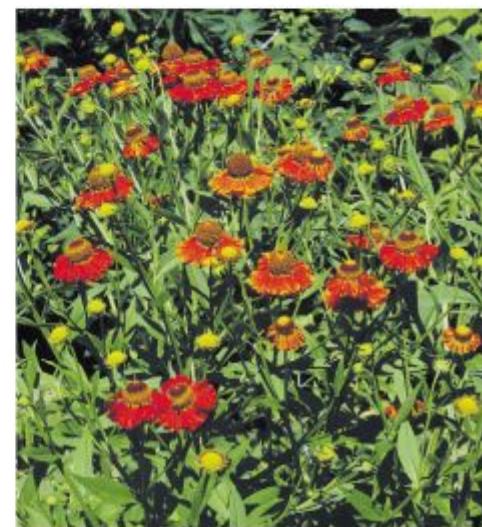
Волжанка обыкновенная



Гвоздика травянка



Гейхера американская



Гелениум осенний



Гипсофила метельчатая



Горец Вейрхта



Горец
змеиный



Горец сахалинский



Дельфиниум высокий



Дербенник иволистный



Живучка ползучая пурпурнолистная



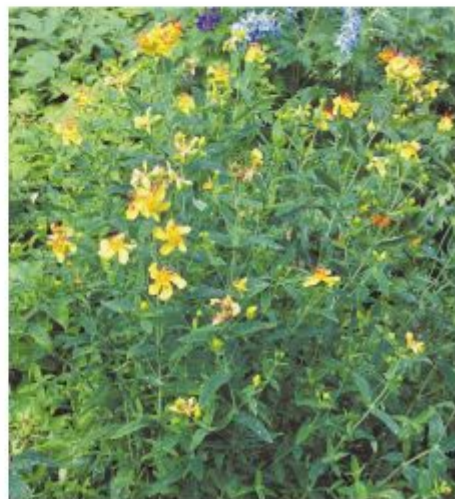
Джеферсония сомнительная



Душица обыкновенная



Живучка ползучая



Зверобой большой



Змеголовник молдавский



Золотарник канадский



Ирис ложноаировый



Ирис мечевидный



Ирис сибирский



Ирис щетинистый



Иссоп
лекарственный



Кандык сибирский



Кислица рожковая



Клещевина обыкновенная
пурпурная



Клещевина обыкновенная



Колючник бесстебельный



Консолида аяксовая



Консолида полевая



Котовник кошачий



Копытень
европейский



Котовник сибирский



Кохия веничная



Кровохлебка лекарственная



Купальница азиатская



Купена лекарственная



Купена многоцветковая



Купальница европейская



Лабазник вязолистный



Лабазник камчатский



Лаконос виноградный



Лаконос американский



Ландыш майский



Леонтица Смирнова



Лесной мак весенний



Лиатрис колосковая



Лилейник малый



Лилейник желтый



Лилейник Миддердорфа



Лобулярия морская



Люпин многолистный



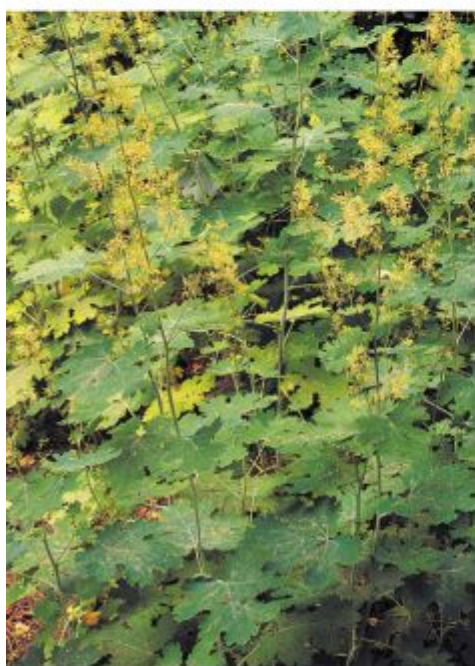
Мак восточный



Мак самосейка



Мискантус китайский



Маклея сердцевидная



Маргаритка обыкновенная



Мордовник обыкновенный



Морозник абхазский



Мускари армянский



Мордовник шароголовый



Морозник кавказский



Мыльнянка лекарственная



Орляк обыкновенный



Очиток белый



Настурция большая



Ноготки лекарственные



Нивяник обыкновенный



Очиток гибридный



Очиток едкий



Очиток ложный



Очиток обыкновенный



Перилла кустарниковая



Подорожник большой
пурпурнолистный



Подofilл Эмода с плодами



Подofilл Эмода



Пион уклоняющийся



Подofilл щитовидный



Подснежник белоснежный



Подсолнечник однолетний



Подснежник Воронова



Примула крупночашечковая



Примула весенняя



Примула обыкновенная



Птицемлечник зонтичный



Пролеска сибирская



Прострел раскрытый



Пупавка красильная



Рудбекия блестящая



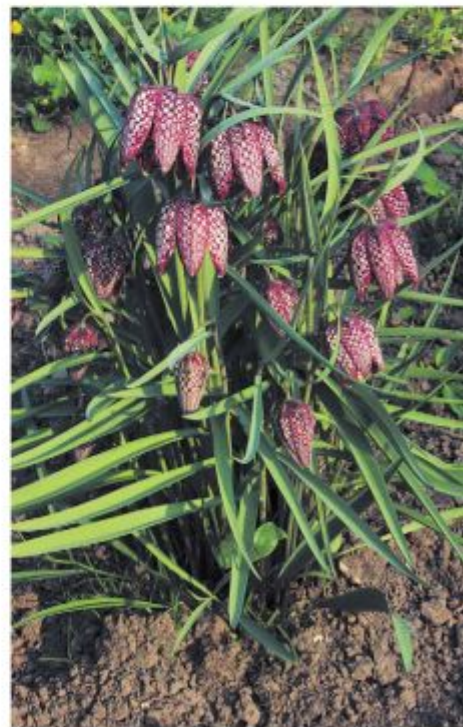
Рудбекия рассеченная



Рута душистая



Рябчик камчатский



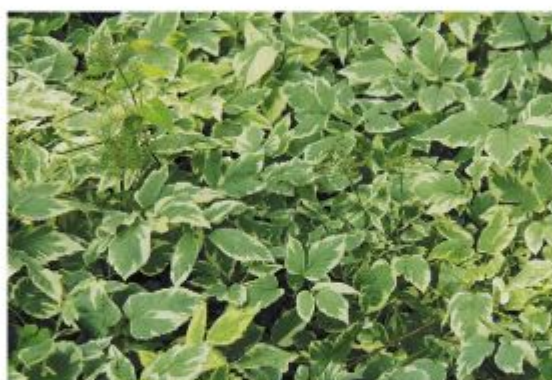
Рябчик шахматный



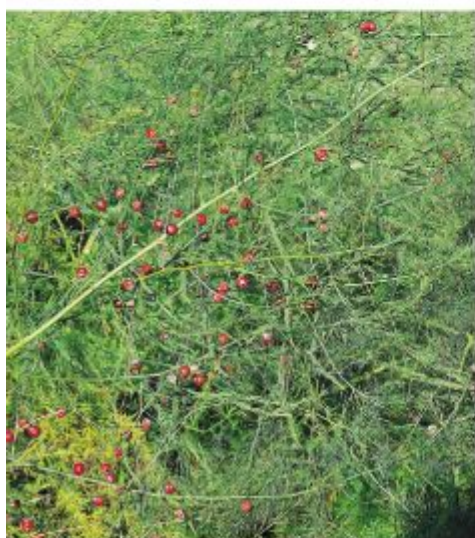
Синеголовник плосколистный



Синюха голубая



Сныть
обыкновенная
пестролистная



Спаржа лекарственная



Стахис шерстистый



Телекия прекрасная



Традесканция виргинская



Тысячелистник обыкновенный
(сорта)



Страусник обыкновенный



Тимьян ползучий



Тысячелистник обыкновенный



Тысячелистник птармика



Фиалка душистая



Фиалка одноцветковая



Фиалка трехцветная



Физалис обыкновенный



Хохлатка плотная



Хауттюйния сердцевидная хамелеон



Хохлатка Маршалла



Хлорант японский



Целозия серебристая гребенчатая



Целозия серебристая перистая



Цимицифуга кистистая



Чернушка
дамасская



Цимицифуга простая



Шалфей дубравный



Шалфей мускатный



Шалфей сверкающий



Шалфей
лекарственный



Эхинацея пурпурная



Эшшольция калифорнийская



Ясенец белый



Ясенец кавказский



Ясенец
пушистоплодный



Ясенец узколистный



Яснотка пятнистая