

*Г. В. Крылов*

**ТРАВЫ ЖИЗНИ  
И ИХ ИСКАТЕЛИ**



Профессор Г. В. КРЫЛОВ

# ТРАВЫ ЖИЗНИ И ИХ ИСКАТЕЛИ

*Второе, дополненное издание*

ЗАПАДНО-СИБИРСКОЕ КНИЖНОЕ ИЗДАТЕЛЬСТВО  
Новосибирск, 1972



В книге описана история поиска и изучения лекарственных и других полезных растений, рассказано о значительном вкладе, сделанном сибирскими учеными в советскую фармакогнозию и фармакологию, о применении растений в научной и народной медицине, приведены сведения о местообитании и естественных запасах ценных растений и рациональных путях их использования. В приложении даны практические советы по сбору, сушке и хранению лекарственного сырья, плодов и овощей.

Книга предназначена прежде всего людям, ведущим заготовку лекарственных, витаминоносных и фитонцидных растений, инструкторам кооперативных организаций, работникам аптек, врачам, а также лесоводам, агрономам, учителям школ. Она содержит немало полезных сведений для краеведов, студентов, школьников старших классов, всех тех, кто использует ценные сведения в быту, желает больше знать о наших зеленых друзьях, их полезных свойствах и истории их открытий.

## ПРЕДИСЛОВИЕ К ПЕРВОМУ ИЗДАНИЮ

В настоящее время значительно возрос интерес к изысканию и использованию лекарственных растений. Появляется много книг о лекарственном сырье растительного происхождения в разных областях нашей страны. В специальных научно-популярных журналах публикуются многочисленные статьи на эту тему. Значительное количество специальных работ посвящено результатам углубленного изучения химического состава лекарственных растений с применением новейших методов исследования. Наряду с более детальным изучением давно используемых в медицине растений открываются новые свойства у мало известных растений, часто применяемых ранее лишь в народной медицине.

Предлагаемая читателям книга профессора Г. В. Крылова содержит новейшие данные о свойствах и химическом составе лекарственных растений Сибири, используемых в народной и научной медицине. Для дикорастущих растений приведены сведения о их распространении, способах сбора и мерах по их сохранению.

Автор сознательно обращает особое внимание на сибирские лекарственные растения. Дело в том, что до Великой Отечественной войны 1941—1945 гг. Сибирь вообще не привлекала внимания заготовителей растительного лекарственного сырья и сведения о наличии его были явно недостаточны. Отношение к сибирским лекарственным растениям изменилось во время войны, когда



обстоятельства вынудили заняться массовым сбором и изучением именно сибирских целебных трав.

На наш взгляд, ценность данной книги состоит прежде всего в том, что автор приводит значительное количество сведений о растениях, применяемых в народной медицине, которые после исследования их современными научными методами могут дать, как это неоднократно бывало в прошлом, новые перспективные лечебные препараты. Растения народной медицины — это тот резерв, из которого научная медицина будет еще долго черпать новые лекарственные средства.

Советская фармацевтическая промышленность ежегодно выпускает новые лечебные препараты и химически чистые действующие вещества — алкалоиды, гликозиды, витамины и т. д. Автор совершенно правильно отмечает, что нередко действие препаратов из сырья растительного происхождения более эффективно, чем действие химически чистых веществ.

Так как книга рассчитана на широкий круг читателей, то, естественно, она носит популярный характер. В частности, говоря о химическом составе растений, автор не стремится дать исчерпывающие сведения, а ограничивается перечислением лишь важнейших активно действующих веществ.

Среди читателей книги будут и заготовители лекарственного сырья, поэтому заготовке и хранению растительного сырья отведены специальные разделы. Кстати, следует отметить, что у нас в стране и, особенно в Сибири, до сих пор заготавливается еще недостаточное количество лекарственных растений и государство вынуждено закупать за границей целый ряд растений, широко распространенных в СССР. Поэтому чрезвычайно важны приводимые в книге сведения о естественных запасах целебных трав. На необходимость расширения заготовки лекарственных растений в нашей стране обратила внимание июньская (1968) сессия Верховного Совета СССР.

Появление книги Г. В. Крылова весьма своевременно, тем более, что выходящие подобные издания пользуются большим спросом.

*Заслуженный деятель науки РСФСР*  
профессор **В. В. РЕВЕРДАТТО**

*Автор посвящает эту книгу  
памяти друга,  
крупнейшего знатока  
лекарственной флоры Сибири  
профессора Лидии Палладиевны  
СЕРГИЕВСКОЙ*

## ВВЕДЕНИЕ

Огромные пространства Сибири и Дальнего Востока заняты разнообразным растительным покровом из представителей дикой флоры. На Крайнем Севере распространены полярные пустыни с редкими и стелющимися от холодных ветров травами, мхами и лишайниками. Затем тянутся зоны тундры и лесотундры, где растения чуть повыше и растут поплотнее, появляются кустарники и кривые деревца.

Значительную территорию занимают зоны тайги и подтаежных районов. Широкие красочные лесостепи и степи тянутся от Урала до Оби непрерывной полосой, а затем, восточнее Енисея, потесненные лесной растительностью, образуют как бы острова между равнинной тайгой и горными, часто кедровыми лесами. И везде, во всех зонах и районах, встречаются полезные растения — лекарственные, пищевые, витаминоносные, ароматические, технические и т. д.

Флористический состав растительности Сибири богат и разнообразен. Из 17,5 тыс. видов высших растений, учтенных во «Флоре СССР», в этой части страны встречается не менее одной трети. Хотя не все представители флоры изучены, многие из них используются в практической деятельности человека. Большинство территорий занято дикими таежными, лесостепными и степными растениями, среди которых насчитывают более 1000 видов лекарственных (из них научной медициной изучено



около 200), свыше 200 пищевых и витаминных (витаминно-носных), около 500 кормовых и медоносных и более 400 технических (среди последних много эфиромасличных, дубильных, красильных и т. д.).

На долю растений культурной флоры — зерновых, овощных, крахмалопроизводящих, масличных, волокнистых, бахчевых, кормовых и плодово-ягодных в Сибири приходится не более 60 видов, занимающих менее 2% общей территории.

Практическая ценность растений в жизни человека огромна. Они обеспечивают нас хлебом, растительными жирами, крахмалом, сахаром, белками, витаминами и фитонцидами, кислотами, смолами и дубильными веществами, лекарствами, медом и воском. Благодаря кормовым растениям человек получает мясо, молоко, животные жиры, сыр, яйца, шерсть, кожи, многие препараты для медицины, пищевой и легкой промышленности.

Значительна роль технических растений, без которых трудно представить современную жизнь человеческого общества и выработку тысяч необходимых предметов повседневного обихода — бумаги, шелка, хлопчатобумажных и льняных тканей, строительных и отделочных материалов, мебели, лака, красок. Растения — это подлинные «травы жизни» (хотя здесь есть деревья и кустарники, травянистые многолетники и однолетки, мхи и лишайники, водоросли и грибы) и спутники человека, без которых немислимо его существование на земле. В процессе эволюционного развития человечество находится в тесной связи с растениями, при этом многие из них являются носителями биологически активных веществ, способствующих улучшению самочувствия человека, усиливающих его сопротивление к неблагоприятным условиям среды, влияющих на сердечно-сосудистую, мозговую, нервную, пищеварительную и выделительную деятельность органов человека.

Жизнь человека немислима без растительной пищи, без воздействия растительных веществ на организм здорового и больного человека.

Несмотря на значительные успехи химии синтеза (создания) лекарств и на достижения в лечении антибиотиками, около 40% лечебных препаратов изготовляют из растений. Для лечения многих тяжелых болезней — сердечно-сосудистых, сердечных, печени, почек, желудочно-



кишечных и т. д. — растительные средства играют большую роль.

Растительное сырье, своевременно и правильно заготовленное и сохраненное, используют в виде порошков и отваров, настоев, настоек и экстрактов, так называемых галеновых и очищенных от балластных примесей новогаленовых препаратов.

Из растений на заводах выделяют химически чистые природные соединения — алкалоиды, гликозиды, флавоноиды, органические кислоты, дубильные и пектиновые вещества, кумарины и фурукумарины, эфирные и жирные масла, терпеновые соединения, витамины, камеди, слизи, пигменты, минеральные соли и антибиотики. Недалеко время, когда биохимики научатся извлекать из растений нужные фитонциды и другие жизненно важные биологически активные вещества.

Человек, живя среди растений (даже горожанин), питаясь и лечась ими, в значительной мере зависит от той среды, которую создает окружающая растительность (количество кислорода, озона, отрицательных ионов, фитонцидов и зооцидов). Его долголетие, работоспособность, настроение и интеллектуальные эмоции зависят от количества и качества зеленых и незеленых растений, которые создают окружающий ландшафт — парк, лес, сад, река или озеро с водными растениями, цветник или комнатные цветы.

Люди издавна охотно лечатся растениями, любят ими, черпают в природе жизнерадостность и творческое настроение.

Знать растения, полезные и вредные, уметь с ними обращаться в повседневной жизни, бережно охранять и разумно использовать — важная задача каждого взрослого человека, каждого школьника.

Охране здоровья советских людей в нашей стране уделяется большое внимание. Коммунистической партией и Советским правительством поставлена задача обеспечить в Советском Союзе самый высокий жизненный уровень, иметь самое здоровое население. Чтобы выполнить эту задачу, необходимо не только развивать и совершенствовать сельскохозяйственное производство, но и улучшать использование природных растительных богатств. На службу советскому человеку должно быть поставлено все разнообразие природного мира, все достижения че-



довеческого опыта и открытия науки, результаты селекции и улучшения растений на основе научного вмешательства. Каждый человек, в зависимости от знания растений, их свойств, биологии развития, характера распространения и особенностей воздействия, может способствовать достижению поставленных задач по улучшению здоровья населения.

Особенно большое значение в жизни людей, живущих в Сибири и на Дальнем Востоке, имеют растения, содержащие ценные соединения — и в первую очередь различные витамины, флавоны, танин, фитонциды и другие биологически активные вещества.

Учитывая возрастающее значение фитотерапии, а также широкий интерес к растительным средствам, народной медицине, автор, используя накопленный опыт и научную литературу, приводит характеристику наиболее важных и перспективных 454 видов диких и культурных растений. Описания растений расположены в алфавитном порядке.

Говоря о целебных свойствах лекарственных растений, как допущенных научной медициной и включенных в Государственную фармакопею СССР X издания, так и применяемых в народной медицине, важно подчеркнуть, что *успешное лечение травами возможно только по назначению врача, поставившего диагноз болезни и установившего дозировку препаратов и режим лечения.*

В настоящую книгу, по сравнению с первым изданием, внесены новые материалы по изучению лекарственного сырья и дополнительно включена характеристика 125 видов растений, уточнены сведения о химическом составе и применении лекарственных средств, дополнены рекомендации по рациональному использованию и охране наиболее ценных видов растений.

Цветные рисунки перерисованы Э. Г. Крыловым из «Атласа лекарственных растений» и других источников, за исключением рисунка золотого корня.

## Глава I

### ИСТОРИЯ ПОИСКА И ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ

Использование полезных и в первую очередь съедобных и лекарственных растений основано на практическом опыте, накопленном в течение многих тысячелетий. В пище первобытного человека растительная пища — клубни, луковицы, корни, листья и плоды окружающих его растений — занимала значительное место. Помимо знаний, передаваемых из поколения в поколение, некоторые полезные растения человек узнавал, наблюдая за поведением диких зверей — оленей, медведей, зубров, лосей, а затем и домашних животных — кошек, собак, коз и т. д. Известно, например, что обитающий в горах Алтая медведь питается десятками видов разных растений. Лось употребляет в пищу более 200 видов.

Природа была не только источником продуктов питания, но и первым целителем, к ней обращался первобытный человек, стремясь найти избавление от болезней. Арсенал полезных растений, обнаруженных эмпирическим путем, пополнялся и в результате наблюдений за дикими больными и ранеными животными, инстинктивно разыскивающими и поедающими несвойственные для их рациона растения.

Недавно введенное в научную медицину лекарственное растение левзея, или маралий корень, было вначале испытано алтайскими охотниками, заметившими, что маралы отыскивают и поедают корни этого растения в период гона. Известное всем сердечное средство валериану,



когда-то находили с помощью кошек. В средние века валериану называли «кошачьим корнем» или «мауном».

Древний человек, не зная химического состава и особенностей биологии растений, приписывал им сверхъестественную силу, нередко создавал легенды о чудесных травах: цветах папоротника, «одолень-траве» — белой кувшинке, «чертогоне» — скабиозе, «царе зелья» — куроне, «корне жизни» — женьшене, «богородской травке» — чабреце. Болезни же приписывали проискам «нечистой силы».

Постепенно складывалась народная медицина — сумма знаний о лечении различных заболеваний растительными средствами, найденными на основе многовекового практического опыта. Прежде всего это коллективный опыт охотников, пастухов и земледельцев, испытывших на себе действие различных растительных препаратов, перепробовавших все растения своих лесов, болот, степей и полупустынь в поисках лекарственных средств. Нередко за познание свойств растений и правильной дозировки человек расплачивался здоровьем, а иногда и жизнью. Не случайно большинство ядовитых растений названо «волчьими», так как отрицательная оценка концентрировалась на фигуре волка — старинного врага пастушеских и земледельческих народов.

Среди «ведунов» и «знахарей», занимавшихся лечением лекарственными травами, было немало выдающихся природоиспытателей и искусных врачей. В то же время знания служили средством подчинения соплеменников и тщательно скрывались от непосвященных под покровом таинственности и вымыслов.

Археологические исследования показали, что уже 5000 лет назад на юге Сибири люди пользовались лекарственными травами. На Алтае в курганах вождей и военачальников встречаются остатки засушенных растений: конопли, полыни, кориандра, а также специальная посуда для растирания и варки лекарственных трав.

В древнеславянском городе Бискупин, существовавшем почти 2500 лет назад, обнаружено около 20 лекарственных растений: валериана, водяной перец, первоцвет, репешок, зверобой, белена, можжевельник, лабазник вязолистный, паслен сладко-горький, спорыш, крапива, фиалка трехцветная, льнянка, коровяк, шишки ольхи, почки сосны, дубовая кора и т. д.



Еще больше сведений о лекарственных растениях найдено в памятниках культуры Ассирии, Вавилона, Египта, Греции, Рима, Индии и Китая. Так, в древнеегипетском папирусе Эберса, датированном 1570 г. до н. э., приведены рецепты лечения многих болезней, причем лекарства, состоявшие из большого числа ингредиентов, включали значительное количество растений — алоэ, белену, клещевину, мяту, анис, морской лук и т. д. Древние египтяне уже классифицировали растения по фармакологическому действию (слабительные, рвотные, отхаркивающие, противогнилостные и т. д.).

Наиболее важные сведения о лекарственных растениях, применявшихся в древней Индии, имеются в медицинской книге «Яджур-веда» («Наука о жизни»). В дошедших до нас разъяснениях и переработках этого труда, выполненных индийским врачом Чарака (1 в. н. э.), упоминается 500 лекарственных растений. В дополнениях, сделанных в VII—VIII вв., приведено уже более тысячи видов, из которых многие получили широкую известность в средневековой Европе как пряности (гвоздика, сenna, корица, кротон, куркума, кардамон, кемферия, мускатный орех, ороксил, черный перец, сахарный тростник), продовольственные культуры (рис, батат), тропические плоды и сильнодействующие лекарственные яды (чилибуха, или стрихниновый орех). С индийской медициной связано применение знаменитой раувольфии, препараты которой (например, резерпин) широко применяются современной медициной.

Много лекарственных растений было известно древним народам Юго-Восточной, Центральной и Северной Азии.

Народы и племена Дальнего Востока самобытно использовали десятки целебных растений — плоды и листья лимонника, плоды актинидий, лотос, корни женьшеня, солодку, листья подорожника и т. д.

Народности Южной Сибири в лечебных целях широко применяли луковичы даурской и кудреватой лилий (саранки), кандыка, зопника, отвары ивовой коры, желтую акацию (гороховник), корни шиповника, пиона, бадана, гвоздики, стебли и листья черемши, лиственничную губку. О лечебных свойствах последней есть указания в древнегреческой и римской литературе (у Диоскорида, Плиния, Галена). В средние века в Европе лиственнич-



ная губка «из Агарии» считалась важнейшей составной частью так называемого эликсира жизни.

Описания действия многих растений встречаются в трудах древнегреческих ученых — Гиппократ, Пифагора, Теофраста, Аристотеля, Диоскорида. Великий греческий врач Гиппократ, живший более чем 300 лет до н. э., знал свыше 200 видов лекарственных растений. Он впервые создал стройное учение о причинах возникновения болезней и методах их лечения. Одно из основных положений его учения было утверждение, что целебными свойствами обладают все части растения и нужно использовать его полностью, в натуральном виде или в виде сока, не нарушая сочетаний веществ, созданных природой.

Ученик Аристотеля Теофраст систематизировал накопленные сведения о 500 видах растений, подразделив их на деревья, кустарники и травы, и дал довольно подробное описание их и характеристику действия. Поэтому нередко Теофраста называют «отцом ботаники». Последователем Теофраста был врач Диоскорид, оставивший описание 600 видов лекарственных растений. Его сочинение «Материя медика», или «О лекарственных средствах», несколько столетий было настольным руководством для врачей и фармакологов ряда стран.

Римские ученые Плиний Старший, Цельс и особенно Клавдий Гален обобщили в своих трудах опыт применения лекарственных трав. Гален (131—201 гг. н. э.) знал свыше 300 лекарственных растений, 80 животных объектов и 60 минералов. Его перу принадлежит около 400 сочинений по разным вопросам естествознания и философии, половина которых посвящена медицине.

В противоположность Гиппократу Гален считал, что в лекарственных растениях заключены два начала — действующее и бесполезное или даже вредное для человека, от которого нужно избавиться. Он установил весовые и объемные соотношения при изготовлении настоев, отваров и экстрактов из целебных растений. Извлечения из лекарственного растительного сырья быстро завоевали популярность в европейской медицине и впоследствии получили название галеновых препаратов, сохранившиеся до наших дней.

В древней Руси обычными лекарственными средствами были: полыни, крапива, хрен, подорожник, листья мяты, рябина, можжевельник, чемерица, редька, чеснок,

лук, черемуха, кора дуба и ясеня, листья и сок березы и т. д.

Помимо местных, на Руси употребляли и некоторые иноземные растения, привозимые из Греции, Индии и других стран. После принятия христианства в Киевскую Русь стали поступать византийские рукописи, содержащие ценные сведения о лекарственных растениях.

Особенно интересна сельскохозяйственная энциклопедия X в. «Геопоники», посвященная византийскому императору Константину VII Багрянородному (издана в 1960 г. АН СССР на русском языке). В ней собраны любопытные ботанические, медицинские и историографические сведения. Наряду с разнообразными практическими советами по садоводству, земледелию и животноводству в ней дана характеристика лечебного действия многих растений — различных овощных, а также дикорастущих: бессмертника, вяза, боярышника, девясила, дельфиниума, ивы, крапивы, сосны, лилии, люпина, лютика, мальвы, мандрагоры, Melissa, можжевельника, молочая, мяты, нарцисса, ольхи, осоки, полыни, спаржи, сусака, тимьяна, тмина, фиалки, цикория, цикуты, чемерицы, щавеля и др.

Среди овощных особым вниманием пользовались капуста, редька, тыква, свекла, укроп, кориандр, чеснок, огурцы, пастернак, салат. Например, капусте приписывали большое значение: «Если отварить капусту, растереть ее, положить опять в ту воду, в которой она варилась, и, остудив, смазать этим раны свежие и старые, а также опухоли, то боль проходит. Подагру и артрит лечат отваром из капусты; в него кладут ячной муки, кориандра, руты, немного соли и прикладывают это к больному месту... Капуста так питательна, что дети, которые ее едят, скорее растут... Отваренная и съеденная в чистом виде перед едой капуста очищает голос и бронхи. Если съесть ее в сыром виде, то она прекращает бессонницу и страшных снов не будет...»

В древнерусском «Изборнике» великого князя Святослава Ярославовича, переведенном с греческого языка в 1073 г., перечислен по месяцам здоровый рацион питания, включающий репу, капусту. Среди лекарств упоминается полынь, белена, болиголов и др.

Из знатоков лекарственных растений в те времена пользовалась большой известностью внучка Владимира Мономаха Евпраксия Мстиславна (1108—1180 гг.), про-



званная Добродеей. Живя в Киеве, она собирала и изучала травы и корни, лечила ими больных. Выйдя замуж за сына византийского императора (и приняв имя Зои), она написала медицинское руководство «Алимма» («Мази»), в котором описала способы приготовления лекарств из растений.

Врачеватели обменивались иноземными травами и получали их от купцов. Так, первый русский путешественник, посетивший Индию, тверской купец Афанасий Никитин (XV в.), описавший свои странствия в книге «Хождение за три моря», сообщил об индийских пряностях и лекарствах. Многие лекарственные растения упоминает крупный арабский путешественник Ибн-Батута, побывавший в Индии, Китае и южной части Руси.

Большое значение в развитии древней, а затем средневековой медицины сыграла Салернская медицинская школа (Кампания), развивавшая лучшие традиции античной медицины и впитавшая в себя достижения арабской. Уже в IX в. здесь существовала корпорация врачей «Гиппократова община», объединившая лучших врачей того времени. Ими были созданы практические руководства «Антидонарий», включавший описание 60 лекарственных растений, и «Пассионарий» — о диагностике заболеваний.

В XII в. Салерно стал знаменитым медицинским центром Европы. Особенностью школы был ее светский характер. В мрачную эпоху господства инквизиции и средневекового мракобесия школа проповедывала идеи, далекие от религиозной схоластики. Среди ее преподавателей были женщины, в том числе и хирурги. Ученые Салерно близко подошли к мысли о существовании болезнетворных микробов: им было известно, что заражение происходит не только от контакта с больным, но и от прикосновения к его вещам.

В Салернской школе впервые были использованы химические методы изготовления лекарств. Среди выдающихся работ салернских ученых достойное место занимает медико-ботаническая поэма «О свойствах трав», где описано фармакологическое действие 77 растений. Автором ее был, очевидно, врач, так как поэма являлась практическим руководством для лечения многих болезней.

В XIV в. крупнейший философ, алхимик и врач Арнольд из Виллановы (около 1235—1311 гг.) написал зна-



менитый «Салернский кодекс здоровья» — медицинское кредо школы в области диетического питания, гигиены и профилактики заболеваний. По мнению советских ученых акад. АМН СССР В. Н. Терновского и проф. Ю. Ф. Шульца, «салернские предписания для сохранения здоровья не утратили своего значения и во многом соответствуют современным гигиеническим и диетическим требованиям»<sup>1</sup>.

Однако в эпоху средневековья первенство в развитии медицины перешло к арабам. Обширные сведения о лекарственных растениях, используемых разными народами, содержат труды врачей средневекового арабского государства. Среди них наибольшей известностью пользовался «Канон врачебной науки» выдающегося таджикского ученого Абу-Али-Ибн-Сины, жившего в Бухаре в X—XI вв. (980—1037 гг.). В Европе он известен больше под именем Авиценны. «Канон врачебной науки» на русском языке издан в 1954—1960 гг. в Ташкенте АН Узбекской ССР. Характеристике лекарственных растений посвящен второй том (всего шесть) «О простых лекарствах» (1956).

В трудах Ибн-Сины красной нитью проведено изречение: «Три орудия есть у врача: слово, растение, нож». Он описал применение свыше 700 видов растений, знаменитое мумие и ряд препаратов животного и растительного происхождения, собрал воедино и систематизировал медицинские знания того времени, обогатив их собственными наблюдениями. Сочинение Ибн-Сины в 1437 г. было переведено на латинский язык и выдержало 30 изданий. В течение нескольких веков оно служило руководством для европейских врачей и фармацевтов.

В первой половине XVI в. в области лекарственной терапии произошел революционный скачок, подготовленный предыдущими работами европейских и арабских медиков. Он связан с возникновением иатрохимии (лечебной химии), основателем которой был швейцарский врач и химик Филипп Аврелий Теофраст Бомбаст фон Гоген-

---

<sup>1</sup> «Салернский кодекс здоровья, написанный в четырнадцатом столетии философом и врачом Арнольдом из Виллановы». М., изд. «Медицина», 1970. Вступительная статья с блестящей характеристикой салернской школы написана В. Н. Терновским и Ю. Ф. Шульцем. В книге даны стихотворные переводы 102 глав кодекса и отрывки из поэмы Псевдо-Макра «О свойствах трав».



гейм, вошедший в историю под именем Парацельса (1493—1541 гг.).

Парацельс подверг критике слабые стороны учения непрерываемых авторитетов древности Гиппократ и Галена и обосновал свою теорию возникновения заболеваний и способов их лечения. Парацельс рассматривал жизнь как химический процесс, а болезнь — как результат нарушения химического равновесия организма, и считал, что для устранения заболевания необходимо ввести недостающие вещества либо вывести избыточные продукты жизнедеятельности.

Парацельс стремился с помощью спирта выделить из растений «квинтэссенцию» — действующие вещества в чистом виде. Хотя препараты Парацельса немногим отличались от галеновых и содержали большое количество балластных и сопутствующих соединений, сама идея извлечения активно действующих биологических веществ была рациональной и оказала значительное влияние на развитие европейской медицины.

Под влиянием Парацельса и дальнейшего развития химии природных соединений возникла практика изготовления новогаленовых препаратов, включающих активно действующие соединения, очищенные от примесей, консервированных для длительного хранения и биологически стандартизованных. Так, в современной медицине широко применяют новогаленовый препарат коргликон, содержащий сумму сердечных гликозидов ландыша майского, и, одновременно, галеновый препарат — настойку ландыша майского.

Развитие русской медицинской науки было надолго задержано татаро-монгольским нашествием. Арсенал народной медицины, правда, пополнился несколькими лекарственными растениями, завезенными татаро-монголами, например, аиром, фитонцидные свойства которого широко использовались кочевниками, но в целом татаро-монгольское иго замедлило научный прогресс. Лишь после изгнания татаро-монгольских орд началось возрождение народной медицины.

Опыт применения лекарственных растений был обобщен в цветниках, травниках («вертоградах») и лечебниках, переписывавшихся от руки и пользовавшихся большой популярностью. Ценный практический опыт нередко скрыт в них под различными поверьями, иносказатель-

ной шелухой, но под ненужными напластованиями часто скрываются наблюдения, проверенные несколькими поколениями людей.

Названия многих растений, применявшихся в народной медицине, содержат прямые указания, против какой болезни они использовались: успокойная трава (синеголовник), порезник, или поранник (подорожник), молодило (омолаживающее, оздоравливающее), вывишник (лечащее вывихи — гравилат), порплишник (применяемое против порплицы — струпьев на голове — вербена лекарственная), выпадошная трава (лечащая выпадок — кожную сыпь — бузульник), почечуйная трава (лечащая почечуй — геморрой — горец почечуйный).

В русских травниках много чистцов, грыжников, желтушников, золотарников, порушников (применявшихся для лечения порухи — болезни желудка), причем одно и то же название нередко дано нескольким растениям, применявшимся против какой-либо одной болезни, поэтому практический опыт может стать достоянием современной науки при объединении усилий ряда специалистов. Далеко не последняя роль здесь принадлежит лингвистам, так как иногда бывшее применение растения, законсервированное в названии, исчезло из памяти народа вместе со словом, обозначавшим болезнь, против которой оно употреблялось.

При Иване IV в Москве была открыта первая русская аптека (1581 г.). В составленном по царскому указанию лечебнике перечислено 50 российских и более 20 иностранных растений: мята, воронец, живокость, валериана, заморская гвоздика, миндаль, индийская чилибуха, китайская камфара, мускатный орех.

В России в это время наряду с русскими лекарями Семеном Ларионовым, Артемием Назарьевым, Федотом Яковлевым работали приглашенные из-за границы голландец Аренд Классен, англичанин Яков Френшем. В 1620 г. царь Михаил Федорович учредил специальный Аптекарский приказ, который ведал сбором трав и всем врачебным делом в России. В Аптекарский приказ поступало и местное лекарственное сырье, и иностранное.

С расширением связей со странами Центральной и Восточной Азии в Аптекарский приказ стали поступать новые лекарственные растения. В 1638 г. посланник русского царя Старков получил от Алтын-хана, главы госу-



В 1675 г. из Москвы было снаряжено посольство в Китай. Его возглавил Николай Гаврилович Спафарий, составивший подробное географическое описание Сибири и северного Китая до Пекина (Камбалыка). С ним вместе был направлен «для изыскания тамошних лекарств и всякого коренья из Оптиeki лекарь и алхимист Яган...» Несмотря на малочисленность сведений о растениях, в дневнике Спафария есть указание, что западносибирские ханты (остяки) собирают в запас, сушат и едят коренья белого сусака, а на островах Енисея растут дикий хмель и «пьяный корень».

Как сообщает крупный знаток истории поиска лекарственных растений В. Л. Некрасова, к концу XVII в. в России уже существовала известная географическая специализация заготовки лекарственных растений. Солодковый корень привозили из Астрахани, почечуйную траву из Казани, «можжевеловые ягоды» из Костромы, три вида зверобоя — из Сибири, чай и ревень доставлялись из Китая, пряности — из Индии и т. д. Сбор дикорастущих лекарственных растений в разных местах России велся специальными людьми — помясами, или травниками, к которым прикомандировывались аптекарские ученики. К травникам относились с особым уважением и почтением, о чем свидетельствует следующая царская грамота, посланная в 1675 г. енисейскому воеводе: «А буде те служилые и иные люди, которые объявя лекарства, к Москве с нашими великого государя дела и с лекарством ехать не похотят, и их в неволю не посылать, чтоб им в том оскорбления не было»<sup>1</sup>.

В числе наиболее интересных по тому времени лекарственных растений был и ревень. По свидетельству историка Н. И. Костомарова, в торговле отличали два «ряда» корней ревеня: «копытчатый и черенковый». Чтобы избавиться от китайской зависимости в ревете, сибирским воеводам рекомендовали искать его на территории Сибири. Известно любопытное сообщение якутского воеводы Арсеньева, что служилые люди Ивашко Сафронов и Ивашко Кичин нашли на реке Учуре хороший копытчатый ревень, который отправлен для испытания в Москву. Не оставил этого вопроса без внимания сибирский геог-

---

<sup>1</sup> В. Н. Скалон. Русские землепроходцы XVII века в Сибири. М., изд. МОИП, 1951, стр. 73.

граф и историк С. У. Ремезов. Так, на одном из листов «Чертежной книги Сибири» он указывает по притокам Алдана — «корень ремень в наволоках».

Интерес к ревеню не уменьшился и в XVIII в. В 1758 г. указом Сената сибирскому губернатору Ф. И. Соймонову и томскому воеводе Семену Волховскому предписывалось снарядить отряд в Абаканский острог «с тем, чтобы осмотреть те места, где ремень родится и где должно размножать его... взять пробы... разузнать, с каким успехом или пользой ремень может быть там разводим и что необходимо к лучшему его размножению». На Алтай на поиски ревеня был направлен ученый аптекарь Иван Сиверс, которого сопровождал врач А. М. Залесов. Сиверс провел несколько лет в путешествии по югу Сибири, изучил два вида (белый и кровавый) ревеня, высеял семена их на плантации в Усть-Каменогорске в 1793 г.

Несколько раньше, в 1719 г., по распоряжению Петра I в Сибирь был направлен данцигский врач Даниил Готлиб Мессершмидт (1685—1735 гг.) «для изыскания всяких раритетов (редкостей.— Г. К.) и аптекарских вещей: трав, цветов, корения и семян, и протчих принадлежащих статей в лекарственные составы». Этот исследователь, первый ученый, посетивший Сибирь, проделал огромную работу. Путешествуя более восьми лет по разным местам Сибири, вплоть до Китая, он тщательно собрал семена, а также сведения о русских и местных названиях, лечебном применении и времени сбора 380 видов сибирских растений.

Шесть томов рукописей Мессершмидта остались неопубликованными, хотя, по свидетельству крупных русских ботаников И. П. Бородин и Д. И. Литвинова, они содержат ценные сведения и долго использовались более поздними путешественниками — И. Гмелиным, Палассом, Амманом и Фуссом.<sup>1</sup> Во время экспедиции 1831 г. Фусс утопил в Лене наиболее ценный, шестой, том сочинений Мессершмидта.

В 1725 г. в Петербурге была открыта Академия наук. В числе задач, поставленных перед нею, было и изучение природных богатств России. Частично эту задачу выполняли аптеки, принимавшие лекарственное сырье,

<sup>1</sup> И. П. Бородин. Коллекторы и коллекции по флоре Сибири. СПб, 1908, стр. 78; Д. И. Литвинов. Библиография флоры Сибири. СПб, 1909, стр. 178—179.



поступавшее из экспедиций. Кроме того, на специальных аптекарских огородах разводили лекарственные травы (зеленые лавки были по распоряжению Петра I запрещены в 1701 г.). Таким образом, аптеки являлись медицинскими центрами, где исследовалось действие лекарственных сырья и велись поиски способов его использования. В Сибири первая аптека была учреждена в Барнауле (1736 г.), затем в Тобольске (1763 г.), в Омске (1798) и в других городах.

Одним из крупных академических предприятий была организация Второй камчатской экспедиции. В состав ее вошли академики историк Г. Ф. Миллер и ботаник И. Г. Гмелин (1709—1757 гг.). К ним был прикомандирован студент Степан Крашенинников, ставший впоследствии первым русским академиком-ботаником.

Из-за ряда причин (разногласия с начальником Витусом Берингом и т. д.) академики на Камчатку не поехали, а послали туда двадцатитрехлетнего студента, снабдив инструкциями, что и как смотреть, собирать, записывать. Сами они остались зимовать в Якутске. Миллер следующую зиму провел в Иркутске, а потом путешествовал по Сибири, собирая материал для своей «Истории Сибири».

Гмелин из Якутска поехал в Киренск, затем в Иркутск, Енисейск, Мангазею, Красноярск, Абакан и в Саяны. Пробыв в Сибири более девяти лет (1734 — февраль 1743 г.), Гмелин составил обширную четырехтомную «Флору Сибири», в которой описал 1178 видов растений, используя материалы Мессершмидта и других ученых. Прикомандированный художник снабдил труд Гмелина рисунками 294 видов, сделанными с натуры.

Хотя труд Гмелина не содержал столь подробных сведений об использовании растений, как работа Мессершмидта, тем не менее он стал фундаментом ботанических знаний XVIII в. Сочинение Гмелина чрезвычайно высоко оценил крупнейший ботаник Европы Карл Линней. Линней считал, что Гмелин провел такую же работу по значимости и объему, как все ботаники Европы, вместе взятые. Это была оценка гениального шведского ученого, описавшего более 1500 видов разных растений, создавшего принципы классификации всех растений Земли и предложившего бинарную номенклатуру (название растений по роду и виду).

Бинарная номенклатура позволила ввести единообразие в наименования растений и ликвидировать местничество в их названиях. Линней живо интересовался растительным разнообразием Сибири и даже вырастил у себя в саду в Упсале более сотни сибирских видов интересных растений. Он посоветовал своему другу И. П. Фальку и ученику К. О. Лаксману поехать в Сибирь, что они и сделали. В 1766 г. Линней руководил составлением докторской диссертации первого сибирского ученого А. М. Карамышева (1744—1791 гг.) по истории ботанического изучения Сибири. В работе последнего приведен список сибирской флоры из 351 растения.

Участник Второй камчатской экспедиции С. П. Крашенинников (1711—1755 гг.) пробыл в Сибири и на Камчатке более девяти лет. Итогом его работы явился обстоятельный труд «Описание земли Камчатки», изданный в 1755 г. после смерти автора. В нем, наряду с комплексным описанием природы и населения, приведена характеристика полезных растений, используемых камчадалами (34 вида), с указанием, какие из них принимают в лечебных целях.

Интересно сообщение Крашенинникова об использовании хвои кедрового стланика и листьев черемши для лечения скорбута (цинги). Здесь русский ученый одним из первых описал лечебное действие растений, содержащих витамины, хотя последние были открыты лишь через 150 лет. Крашенинников заложил в 1738 г. первый опытный огород на Камчатке, в котором разводил репу, редьку, бобы, морковь, а также малину, смородину, рябину и др. На протяжении последних 12 лет, после возвращения из Сибири, кроме обработки материалов о Камчатке, он занимался переводом на русский язык «Флоры Сибири» Гмелина, был редактором и профессором натуральной истории и ботаники в Академическом университете и руководил работами Ботанического сада Академии наук. Вместе с М. В. Ломоносовым он подготовил ряд крупных русских ученых и в их числе академика И. И. Лепехина.

Хотя Михаил Васильевич Ломоносов не был в Сибири, но он живо интересовался многими вопросами изучения природных богатств и в том числе полезных растений. Почти все академические экспедиции второй половины XVIII в. проводились на основе идей Ломоносова



и инструкций, составленных великим русским ученым. Ему принадлежит прозорливое пророчество, что «Российское могущество прирастать будет Сибирью и Северным океаном». В лаборатории Ломоносова были сделаны первые химические (фармацевтические) анализы лекарственных растений, привезенных из Сибири.

Проведенные уже после смерти Ломоносова академические экспедиции 1768—1774 гг. внесли серьезный вклад в изучение лекарственных и других полезных растений. В этих экспедициях руководящая роль принадлежала академикам И. И. Лепехину и П. С. Палласу. Много полезного труда в них вложили также фармацевт И. Георги, ботаник И. П. Фальк, врач С. М. Кашкаров и студенты В. Ф. Зуев и Н. П. Соколов (ставшие впоследствии академиками). Два последних исследователя перевели с латинского на русский язык сочинения Палласа «Путешествие по разным местам Российского государства» и «Описание растений Российского государства с их изображениями». Эти книги содержат много интересных и не потерявших значения до сих пор сведений о лечебном применении многих травянистых и древесных растений.

Академик И. И. Лепехин первым из ученых-путешественников написал свои «Дневные записки» на русском языке и привел много новых материалов о лекарственных растениях. Ученый принял активное участие в составлении первой гражданской фармакопеи (1778 г.), изданной на латинском языке, в которую было включено 302 вида русских лекарственных растений (из них более половины растущих в Сибири).

Опираясь на труды И. И. Лепехина, П. С. Палласа, И. Г. Гмелина, С. П. Крашенинникова и на опытные работы «аптекарского огорода» в Петербурге, профессор Н. М. Амбодик-Максимович издал в 1783—1788 гг. капитальный четырехтомный труд «Врачебное веществословие, или описание целительных растений, в пищу и лекарства употребляемых». В нем была помещена характеристика и цветные рисунки многих важнейших лекарственных растений. Этот труд не потерял своего исторического значения, а некоторые рекомендации по приготовлению лечебных блюд из пищевых растений могут успешно использоваться и в наше время.

Интерес к сибирским академическим экспедициям XVIII в. и лекарственным растениям был так велик, что

их результаты изучали не только ученые-медики, ботаники, но и великие русские писатели XIX в. Так, А. С. Пушкин внимательно проанализировал труд С. П. Крашенинникова о Камчатке, Н. В. Гоголь перевел с латинского языка на русский отчет о путешествии П. С. Палласа и составил по нему конспект, а также собрал интереснейшие сведения о применяемых в разных губерниях России лекарственных растениях<sup>1</sup>. А. С. Грибоедов, отметив, что Россия ввозит аптекарских товаров на 2 млн. рублей, разработал проект разведения лекарственных трав, винограда, маслин, разных фруктовых деревьев на Кавказе, что, по его мнению, могло привести к отмене импорта этих товаров.

Записка А. С. Грибоедова об учреждении Российской Закавказской компании, написанная совместно с П. Д. Завелейским, представленная И. Ф. Паскевичу, вызвала только удивление и возмущение чиновников-крепостников, ставленников Николая I. Авторы записки предполагали, что в итоге проведения всех мероприятий на отводимых Компании землях можно будет получать ежегодно различного растительного сырья (в том числе лекарственного) на 29 млн. рублей. А «правильное разделение работ займет каждого по способностям, и в общем движении... край... возродится для новой, неведомой ему доселе, жизни». Конечно, такие предложения шли в разрез с действиями главной администрации крепостнической Российской империи. Россия продолжала ввозить лекарства из-за границы и вывозить (продавая по дешевке) лекарственное сырье. А записка А. С. Грибоедова была положена под сукно и пролежала в архиве до первой (сокращенной) публикации в «Русском вестнике» — 63 года. Полный текст этого прозорливого и до сих пор недостаточно оцененного агрономического и экономического документа был опубликован только в 1951 г. в «Историческом архиве».

В первой половине XIX в. под влиянием господствующего при царском дворе духа неметчины было прекращено разведение лекарственных растений в аптекарских огородах, упразднена государственная заготовка лекар-

<sup>1</sup> Конспект книги П. С. Палласа «Путешествие по разным провинциям Российского государства в 1768—1773 гг.» вместе с заметками о лекарственных травниках опубликован в полном собрании сочинений Н. В. Гоголя, изд. АН СССР, т. IX, 1952, стр. 277—418.



ственного сырья внутри страны, но зато усилился ввоз лекарств из-за границы. Появившиеся с развитием капитализма в России частновладельческие торговые фирмы и аптеки не использовали лекарственные ресурсы страны. Даже русскую фармакопею Медицинский совет заменил немецкой. Не отсюда ли пошло ставшее почти традиционным у онемечившейся аристократии и интеллигенции XIX в. утверждение, что иноземные лекарства действуют лучше русских, хотя эти лекарства изготовляли из русского сырья, как это было с солодкой, валерианой, крохлебкой, адонисом и многими другими растениями?

В первой половине XIX в. было прекращено разведение лекарственных растений в аптекарских огородах и ликвидирована государственная заготовка лекарственных сырья внутри страны.

Так было в центральных районах царской России времен Николая I. Иная картина наблюдалась в Сибири. Во многих местах этого заброшенного, дикого и полудикого края появились ростки медицинской культуры. Отправленные на поселение в 30-х годах XIX в., после отбытия каторжных работ, и пробывшие в Сибири более 20 лет декабристы — люди наиболее образованные для своего времени — много сделали для изучения лекарственных растений и расширения их применения в практической медицине.

Братья А. П. и П. П. Беляевы, А. А. и Н. А. Крюковы, И. В. Киреев в Минусинске завели образцовое садоводство и лекарственное огородничество, врач Ф. Б. Вольф близ Иркутска, М. И. Муравьев-Апостол в Вилюйске, а затем в Ялуторовке, братья А. И. и П. И. Борисовы и многие другие занимались изучением лекарственной флоры, разведением противочинготных овощей и применяли свои знания для лечения ссыльных и местного коренного населения Сибири.

Многие декабристы еще на каторге по совету Ф. Б. Вольфа изучили книгу «патриарха русских врачей» XVIII в. И. К. Каменецкого «Краткое наставление о лечении болезней простыми средствами». Некоторые декабристы участвовали в сибирских экспедициях столичных и иностранных ученых. Так, А. Гумбольдта на Алтай сопровождал декабрист С. М. Семенов, который сообщил немецкому ученому ряд важных сведений о лекарственной флоре Алтая. И. Д. Якушкин участвовал в сборе материа-



лов о лекарственных растениях для экспедиции А. Ф. Миддендорфа. И. И. Завалишин написал книгу о природе Западной Сибири, в которую включил сведения о сибирской народной медицине.

Однако в целом обстановка в стране была крайне неблагоприятна для развития русской науки. Несмотря на это отдельные русские ученые создали крупные труды по научному лекарствоведению. Среди них выделяется руководство по лекарствоведению А. П. Нелюбина «Фармакография, или химико-фармацевтическое и фармако-динамическое описание приготовления и употребления новейших лекарств», изданное в 1827 г.

Первая четверть XIX столетия ознаменовалась крупными открытиями в области изучения химического состава лекарственных растений. Еще во второй половине XVIII в. удалось выделить из растений ряд органических кислот и органических эфиров — соединений этилового спирта с органическими кислотами. Значение этого открытия первоначально не было оценено, и органические кислоты в практике не применялись.

Вскоре последовало открытие алкалоидов, которое сразу же привлекло внимание врачей и фармацевтов, решивших, что наконец выделена «квинтэссенция» Парацельса. Медицина получила довольно устойчивые вещества с широким спектром действия, позволяющие воздействовать в нужном направлении на физиологические процессы, протекающие в человеческом организме. Кроме того, появились условия для определения научно обоснованных доз действующих веществ. В этом отношении открытие алкалоидов, по словам магистра фармации Е. А. Шацкого, имело для медицины почти такое же значение, как открытие железа для мировой культуры.

Алкалоиды, органические кислоты и эфиры оказались не единственными действующими веществами лекарственных растений. Почти одновременно с ними были открыты сапонины и гликозиды. Ученые приступили к невыполнимой ранее задаче — химическому синтезу лекарственных препаратов, чему немало способствовали работы русских химиков. В 1842 г. Н. Н. Зинин впервые получил из нитробензола анилин, исходный продукт огромного количества красок и лекарств (фенацетин, ацетанилида и др.).

Ученик Н. Н. Зинина А. М. Бутлеров, создавший мно-



гочисленную школу химиков-органиков, обосновал теорию строения органических соединений, являющуюся основой современного органического синтеза. Ученые подошли к пониманию связей между химическим строением и физиологической активностью веществ.

В 1880 г. было сделано величайшее открытие в медицине: доктор Н. И. Лунин обнаружил витамины — «Неизвестные вещества, необходимые для жизни растений». Значение витаминов для растений, животных и человека было раскрыто лишь в советское время.

Вторая половина XIX в. характеризовалась усиленным изучением анатомии и фармакогнозии лекарственных растений. Этому способствовало обособление фармакологии в самостоятельную науку и деятельность целой плеяды талантливых русских фармакологов и врачей.

Большие заслуги по внедрению в медицинскую практику отечественных лекарственных растений принадлежат основоположнику русской научной медицины профессору С. П. Боткину. При клинике С. П. Боткина была создана специальная экспериментальная фармакологическая лаборатория, во главе которой стоял великий русский физиолог и фармаколог И. П. Павлов. При его непосредственном участии изучалось действие на организм многих растительных препаратов: горицвета, ландыша, строфанта, лобелии, чемерицы и др.

Преемником И. П. Павлова был крупнейший русский фармаколог Н. П. Кравков, создавший большую школу фармакологов, внесшую ценный вклад в проблему взаимосвязи химического строения веществ и их физиологического действия, а также исследовавшую действие лекарственных веществ на патологически измененный организм.

Расширение международной торговли и в том числе лечебными препаратами и лекарственными травами потребовало углубленного изучения и развития товароведения лекарственного сырья — фармакогнозии.

В 1878 г. в Петербурге был издан знаменитый «Ботанический словарь» Н. И. Анненкова — результат тридцатилетнего кропотливого труда. В нем дана краткая лечебная характеристика и синонимика более 3500 лекарственных растений, использовавшихся в народной медицине России и странах Западной Европы. По своему плану и обширности сведений в ботанической литера-

туре никогда до этого времени не издавалось ничего подобного. Труд Н. И. Анненкова был удостоен Академией наук Демидовской премии. Он до сих пор представляет большую ценность как обобщение многовекового народного практического опыта.

Наиболее крупная сводка химического состава и лечебного действия всех применяемых на Земле лекарственных растений была составлена профессором Юрьевского (теперь Тартуского) университета И. Г. Драгендорфом в 1898 г. В ней было приведено 12000 видов растений.

Поиски новых лекарственных средств стимулировало открытие патогенных микробов и выяснение их роли в возникновении заболеваний.

В Сибири изучением новых лекарственных средств растительного происхождения занимались ботаники-энтузиасты народной медицины Н. М. Мартьянов, П. Н. Крылов, Г. А. Стуков, фармацевты А. Э. Леман, К. Л. Гольде, тобольский агроном Н. Л. Скалозубов и другие; на Дальнем Востоке — ботаники К. И. Максимович, Р. К. Маак, А. П. Павловский. О применении лекарственных растений в сибирской и восточной медицине сообщали путешественники Н. М. Пржевальский, В. К. Арсеньев, Г. Н. Потанин.

Н. М. Мартьянов организовал в Минусинске краеведческий музей, где демонстрировал гербарий растений, применявшихся в народной медицине. В 1893 г. он опубликовал книгу о народно-медицинских средствах Минусинского края.

Большое влияние на изучение лекарственных растений Сибири оказали работы П. Н. Крылова (1850—1931 гг.). Будучи фармацевтом в Казани, он опубликовал две обзорные книги о народных лекарственных средствах Пермской и Казанской губерний (1876 и 1882 гг.). После переезда в Томск в 1885 г. в связи с открытием первого Сибирского университета, П. Н. Крылов создал там ботанический сад и питомник лекарственных растений, где культивировали ландыш, валериану, белену, дурман, наперстянку, мяту, ревень, шалфей, персидскую ромашку, клещевину, бадан и другие виды.

П. Н. Крылов подготовил кадры сибирских ботаников, много сделавших по изучению общего флористического фонда Западной Сибири и изучению лекарствен-



ных растений. За 45 лет жизни в Сибири Порфирий Никитич провел 24 экспедиции в различные районы Западной и Восточной Сибири, посетил Дальний Восток. обстоятельно изучая распространение (ареал) растений, особенности морфологии и жизни, ученый постоянно интересовался лекарственными растениями, используемыми в народной медицине. Им были написаны семитомная «Флора Алтая и Томской губернии» и двенадцатитомная «Флора Западной Сибири» (завершенная после смерти исследователя его учениками профессорами Л. П. Сергиевской и Б. К. Шишкиным). В последнем капитальном труде приведено описание 3380 видов растений, в том числе 1000 видов, применяемых в народной медицине, и 130, используемых научной медициной.

По совету П. Н. Крылова, его ученик, впоследствии видный профессор ботаники Л. А. Уткин, исследовал большое количество растений, применявшихся в народной медицине. Его работа, как и классический труд П. Н. Крылова, не потеряла своего значения<sup>1</sup>.

Незадолго до мировой войны профессор ботаники Военно-медицинской академии В. К. Варлих издал сводную работу с атласом рисунков «Русские лекарственные растения» (второе издание вышло в 1912 г.). Этот труд принес большую пользу, так как обратил внимание на врачебное применение и необходимость введения в культуру отечественных лекарственных растений. Это было тем более важно, что царская Россия вывозила за границу лекарственное сырье, а ввозила препараты, изготовленные из него. Так, в 1913 г. при общей потребности страны в химико-фармацевтических препаратах на сумму 14,6 млн. руб. внутри страны производилось лишь на 1,9 млн. руб. (9%). Из-за границы поступало 89,3% органических лекарственных препаратов, причем основным поставщиком была Германия, на долю которой приходилось 90% всех импортных лекарств.

Во время первой мировой войны остро встала проблема обеспечения армии и населения отечественными лекарствами на базе использования своего естественного и культивируемого растительного сырья. В связи с этим департамент земледелия предпринял попытки улучшения

---

<sup>1</sup> Л. А. Уткин. Народные лекарственные растения Сибири. М., изд. НИХФИ, 1931.

сбора лекарственных растений и введения их в культуру в ряде мест. Активное участие в совещании, созванном департаментом земледелия по вопросу улучшения производства заготовок лекарственных растений, приняли В. К. Варлих, В. В. Пашкевич, П. Н. Крылов, В. Л. Комаров (впоследствии академик и президент Академии наук СССР).

По поручению департамента земледелия В. Л. Комаров написал справочник о сборе, сушке и разведении лекарственных растений, издававшийся трижды — в 1915, 1916 и 1917 гг.

После Великой Октябрьской социалистической революции, во время гражданской войны и экономической блокады, положение с лекарственным сырьем снова стало тяжелым. Чтобы ликвидировать лекарственный голод, нужно было развернуть исследования и заготовку многих лекарственных растений (до революции в Сибири заготавливали лишь листовичную губку, спорынью, отчасти адонис (горицвет) и кровохлебку.

На основе декрета правительства — «О сборе и культуре лекарственных растений», принятого по указанию В. И. Ленина в 1921 г., в Новониколаевске (Новосибирске) был создан отдел лекарственного сырья и научно-исследовательское бюро при Сибцентросоюзе, в организации которого активно участвовали П. Н. Крылов и его ученик В. В. Ревердатто. Возглавил отдел, по рекомендации П. Н. Крылова, видный специалист по заготовке лекарственных растений А. Н. Обухов, автор книги «Лекарственные растения», которая выдержала пять изданий (1952—1965 гг.).

На основании материалов экспедиции 1921 г. в Северо-Западный Алтай профессор В. В. Сапожников составил записку о важнейших лекарственных растениях этого района, где указал предварительные сведения о возможных размерах заготовки аира, белены, зверобоя, дурмана, чабреца, бадана, пижмы, валерианы и указал на необходимость фармакологического исследования левзеи, аквилегии липкой, красной и белой щетки (родиолы четырехлепестковой и холодной), скабиозы, казак-травы (горечавки крупнолистной), душицы, тысячелистника, зизифоры, красного корня (копеечника) и других растений, применявшихся в сибирской медицине.

На первом сибирском краевом научно-исследователь-



ском съезде, проходившем в Новосибирске в 1926 г., В. В. Ревердатто сделал обобщающий доклад «Растительный мир Сибири как производительная сила», где привел установленный Сибздравом ассортимент лекарственных трав, произрастающих в Сибири. В него включили 23 вида растений, указав степень важности заготовки и места наибольшего распространения. В докладе были приведены цифры фактических заготовок наиболее важных растений в 1921 г. — солодки, спорыньи, папоротника мужского, толокнянки, валерианы, белены, адониса, ликоподия, салепа (клубни ятрышника), бадана и данные о возможных заготовках аира, можжевельника, душицы, тмина, чабреца, клюквы, брусники, черники, малины, черемухи, рябины и кедровых орехов.

Позднее, возглавляя кафедру геоботаники Томского университета, а в 1944—1951 гг. руководя Медико-биологическим институтом Западно-Сибирского филиала Академии наук, В. В. Ревердатто (1891—1969 гг.) на протяжении ряда лет занимался выявлением перспективных видов лекарственных растений и организацией комплексного их изучения фармакогностами, фармакологами и клиницистами. По его сообщению<sup>1</sup>, изучение лекарственных растений состоит из ряда этапов, в которые входят: литературные и опросные изыскания средств, применяемых в народной медицине, выяснение (расшифровка) научного названия растения, сбор намеченного к изучению лекарственного сырья в местах его характерного произрастания, получение препаратов для исследования, фармакологические испытания на животных, клинические испытания, выявление отличительных (фармакогностических) признаков лекарственного сырья и лечебных препаратов.

В годы Великой Отечественной войны В. В. Ревердатто вместе с профессорами Н. В. Вершининым и Д. Д. Яблоковым организовал всестороннее изучение наиболее важных лекарственных растений Сибири. Результаты исследований были изложены в пяти выпусках научных сборников «Новые лекарственные растения Сибири, их лечебные препараты и применение» (1944—1959 гг.), а все трое ученых были удостоены в 1947 г. Государственной премии.

<sup>1</sup> Оно приведено в брошюре Н. В. Лазарева «Пути изыскания новых лекарственных средств». Л., 1950, стр. 9—10.

За годы Советской власти неизмеримо выросли и окрепли такие разделы медицины, как фармакогнозия (наука о лекарственном сырье растительного и животного происхождения) и фармакология (наука о действии лекарств), на базе которых была разработана Фармакопея (сборник стандартов на разрешенные Фармакопейным Комитетом Министерства здравоохранения СССР лекарственные полуфабрикаты и препараты с указанием исходного сырья, способов изготовления, форм контроля и правил отпуска лекарств по рецептам врачей)<sup>1</sup> и основана фармацевтическая промышленность.

В развитии наук о лекарственном сырье и лекарствах большую роль сыграли сибирские научные центры, созданные в Томске, Иркутске, Омске, Барнауле, Новосибирске, Владивостоке и т. д. Наряду с исследованиями, проведенными сотрудниками центральных научных институтов ВНИХФИ (Всесоюзный научно-исследовательский химико-фармацевтический институт, созданный в 1927 г.), ВИЛР (Всесоюзный научно-исследовательский институт лекарственных растений, организованный в 1931 г.), ВНИИВ (Всесоюзный научно-исследовательский институт витаминов) и других, на сибирских кафедрах фармакологии и фармакогнозии проводится большая работа, имеющая общесоюзное значение.

Следует отметить, что томская школа ботаников, созданная П. Н. Крыловым и В. В. Ревердатто, так же, как и томская школа фармакологов Н. В. Вершинина, на протяжении последних 30—35 лет провела значительные работы по изучению десятков видов лекарственных растений сибирской флоры. Действительный член Академии медицинских наук СССР Николай Васильевич Вершинин (1867—1951 гг.) с 1908 г. до самой смерти возглавлял кафедру фармакологии Томского гос. университета, а затем медицинского института. Им написано оригинальное руководство «Фармакология как основа терапии», выдержавшее 11 изданий.

Ученый подготовил и воспитал целое поколение советских фармакологов, среди которых такие видные профессора, как А. Д. Тимофеевский, Н. С. Спасский,

---

<sup>1</sup> Первая Фармакопея в России на русском языке была издана в 1866 г., первая советская Государственная фармакопея (VII издание с начала публикации) вышла в 1925 г.; VIII издание — в 1946; IX — в 1961 и X в 1968 г.



А. Д. Васильевский, Е. М. Думенова, А. С. Саратиков, К. С. Шадурский и другие.

Н. В. Вершинин внес большой вклад в изучение сердечных гликозидов и разработку новых методов фармакологических исследований. Под его руководством была изучена синтетическая камфара из пихтового масла, освободившая страну от необходимости ввозить японскую камфару, сырьем для которой служили листья камфарного лавра.

С томской ботанической и фармакологической школой связана деятельность профессора Б. П. Токина, открывшего в 30-х годах фитонциды, ныне широко используемые в медицине. Б. П. Токин возглавил в годы Великой Отечественной войны Сибирский комитет ученых, который провел огромную работу по изучению и мобилизации лекарственного сырья.

В комплексных исследованиях лекарственной флоры участвовали ботаники, фармакологи, химики, фармакологи, клиницисты и специалисты других профессий. Среди ботаников Томска особенно большую роль играли В. В. Ревердатто и Л. П. Сергиевская, эвакуированные сюда профессора Б. П. Токин и К. Т. Сухоруков, доценты (теперь профессора) А. В. Положий, Н. Н. Карташова, Л. Н. Березнеговская, доценты Н. К. Быченникова, Т. П. Березовская.

В контакте с томскими учеными работали барнаульский ботаник В. И. Верещагин, омский — Н. А. Плотников, новосибирский — В. С. Алгазин. Последний опубликовал в 1950 г. сводку о полезных растениях Западной Сибири, в которой дал сведения о 300 видах представителей флоры: лекарственной (свыше 110 видов), медоносной, витаминной и технической.

В результате комплексного химико-фармакологического исследования, проведенного в Томском медицинском институте, Е. М. Думенова, Л. Н. Дьяконова и В. Г. Минаева установили, что желтушник и сирения содержат действующие вещества, сходные с импортным строфантом. Настойка шлемника байкальского оказалась хорошим лечебным средством при гипертонии. А. С. Саратиков разносторонне изучил действие экстрактов володушки и пижмы и опубликовал монографическую сводку «Желчеобразование и желчегонные средства».

Позднее, в Новосибирске, на основе работ В. Г. Минаевой в лаборатории биохимии Центрального Сибирского ботанического сада был получен новый препарат буплерин, эффективный при холецистите и других заболеваниях печени и желчного пузыря. В. Г. Минаева исследовала свыше 200 видов растений сибирской флоры на содержание флавоноидов — биологически активных веществ.

А. С. Саратиков изучил влияние левзеи (маральего корня) на повышение работоспособности и устранение явлений утомления, а затем с коллективом учеников провел сравнительный анализ стимулирующего и адаптогенного действия левзеи, женьшеня, элеутерококка и золотого корня.

Работы сибирских ученых тесно примыкают к исследованиям ленинградской школы фармакологов, возглавляемой заслуженным деятелем науки РСФСР профессором Н. В. Лазаревым. Ленинградский ученый выделил в отдельную группу новый тип лекарственных средств — адаптогены — вещества синтетического и растительного происхождения, повышающие неспецифическую сопротивляемость организма к некоторым неблагоприятным факторам среды. По предложению Н. В. Лазарева были фармакологически изучены наиболее активные адаптогены дальневосточной флоры.

Н. В. Лазареву принадлежит фундаментальное двухтомное «Руководство по фармакологии» (1961), в котором широко освещена проблема лекарственного воздействия лечебных средств на основные патологические процессы.

На Дальнем Востоке в Институте биологически активных веществ под руководством профессора И. И. Брехмана проведены капитальные исследования фармакологии женьшеня и элеутерококка, а также большой группы растений дальневосточной флоры и особенно из семейства аралиевых. И. И. Брехману и ботанику Г. Э. Куренцовой принадлежит сводная работа о лекарственных растениях Приморского края<sup>1</sup>. В ней указано, что на Дальнем Востоке в научной и народной медицине используют более 500 видов лекарственных растений, из которых хорошо изучена только небольшая часть.

<sup>1</sup> И. И. Брехман, Г. Э. Куренцова. Лекарственные растения Приморского края, Владивосток, Приморское книж. изд., 1961.



да азот и имеющие щелочную реакцию. В растениях находятся в виде солей органических, а иногда и неорганических кислот. Большинство их нерастворимо в воде, но их соли — водорастворимы. Наиболее богаты алкалоидами высшие цветковые растения, причем химическое строение их тем сложнее, чем выше в эволюционном отношении растение. Обычно растение содержит несколько алкалоидов (например, мак — 26), из которых преобладают одна или две группы близких по структуре соединений и индивидуальных компонентов. Ботанически родственные виды растений часто содержат родственные по своей химической структуре алкалоиды, что облегчает целенаправленный поиск новых лекарственных растений.

Обычно содержание алкалоидов измеряется в сотых и десятых долях процента (максимальное количество отмечено в корнях барбариса — 15%). Алкалоиды обладают сильным и специфическим физиологическим действием. Их применяют в медицине как средства, возбуждающие и угнетающие нервную систему, повышающие и понижающие кровяное давление, влияющие на сердечную деятельность и дыхание, на чувствительность и тонус мускулатуры и т. д. Нередко алкалоиды обладают бактерицидными и бактериостатическими свойствами. Они используются для лечения заболеваний внутренних органов, нервных болезней. К алкалоидам относятся кофеин, морфин, кодеин, эфедрин, никотин и др. Алкалоидоносные растения нередко применяют в виде галеновых препаратов (настоек, настоев и отваров) или порошков, в которые входят очищенные от балластных веществ соли алкалоидов. Чаще они являются сильно ядовитыми или сильнодействующими лекарственными средствами, применяются по строгой дозировке врача и хранятся в аптеках по спискам А и Б.

**Гликозиды** — твердые кристаллические вещества, распадающиеся под влиянием ферментов или кипячения в воде с небольшим количеством кислоты на какой-либо сахар (глюкон) и несахаристую часть — агликон. В чистом виде гликозиды обычно кристаллические вещества, легко растворимые в воде и труднее в спирте, с очень горьким вкусом. Гликозид может содержать один или несколько сахаров, которые при гидролизе отщепляются постепенно. Поэтому при неумелом извлечении получен-

ный гликозид может быть обедненным сахаром. Терапевтическое действие оказывают агликоны, химическое строение которых и свойства отличаются многообразием, но сахара обеспечивают растворимость и легкую всасываемость гликозидов. В медицине особенно широко используются сердечные гликозиды, действующие избирательно на сердце. Под влиянием сердечных гликозидов улучшается сердечная деятельность, усиливается скорость кровотока, снижается венозное давление, уменьшается возбуждение центральной нервной системы.

В медицине широко применяются индивидуальные сердечные гликозиды (например, строфантин, конваллятоксин, адонитоксин, эризимин, дигитоксин и др.), извлеченные из растений, и галеновые и неогаленовые препараты, приготовленные из травы горицвета, желтушника, ландыша, наперстянки и т. д. Сердечные гликозиды характерны для растений семейств лютиковых, крестоцветных, лилейных, ластовневых, норичниковых и др.

Гликозиды, как правило, очень ядовиты и могут быть использованы только по назначению и под контролем врача. Неправильное их применение при сильном истощении сердечной мышцы может вызвать ее паралич.

**Гликоалкалоиды** — вещества, обладающие свойствами и гликозидов и алкалоидов. Состоят они из сахаристой части и агликона, который является алкалоидом: содержит азот и образует с кислотами соли. Большинство гликоалкалоидов токсичны. К гликоалкалоидам относятся соланин, содержащийся в ботве картофеля, траве черного и сладко-горького пасленов, и томатин, найденный в ботве помидоров.

**Сапонины** — гликозиды, водные растворы которых при встряхивании дают обильную и устойчивую пену, не содержащую щелочи. В чистом виде они представляют собой аморфные вещества белого или желто-коричневого цвета, растворимые в воде, щелочных растворах, горячем спирте. Сапонины найдены почти в половине видов лекарственных растений Сибири, особенно их много у представителей семейств гвоздичных и первоцветных.

Сапонины действуют раздражающе на слизистые оболочки глаз, носоглотки. Небольшие дозы их при приеме внутрь безвредны, но большие вызывают рвоту и понос в результате раздражения желудочно-кишечного тракта. При непосредственном введении в кровь вызывают гемо-



лиз крови и отравление. В медицине применяется отхаркивающее действие сапонинов. Часть их действует мочегонно. В последние годы выявлено седативное (успокаивающее), противоязвенное и противосклеротическое действие некоторых сапонинов. Различают две группы: стероидную и тритерпеновую. Медицинское применение зависит от химической структуры сапонинов этих групп. Стероидные сапонины часто сопровождают сердечные гликозиды. Так, например, к сапонинам относится глицирризин, выделенный из солодкового корня, который обладает сильным противовоспалительным действием.

**Горечи** — безазотистые неядовитые гликозиды сочень горьким вкусом, способствующие повышению аппетита. Различают простые и ароматные горечи, содержащие кроме горьких веществ эфирные масла. Горечи усиливают или возбуждают аппетит, улучшают секреторную деятельность желудка и кишечника. Они встречаются в составе многих растений, но особенно часто и в значительном количестве у представителей горечавковых и сложноцветных.

**Дубильные вещества, или таниды** — неядовитые безазотистые ароматические соединения, хорошо растворяющиеся в воде и спирте. Таниды представляют собой сложные вещества, состоящие из полифенолов, танинов и флорафенов. Они широко распространены почти во всех растениях. В некоторых из них, например в коре леспедецы, ели, дуба, корневищах кровохлебки, земляники, лапчатки, бадана, траве зверобоя, плодах черемухи, черники их содержание достигает 10—30% и более. В медицине используются наружно как вяжущие и бактерицидные свойства при воспалении слизистых оболочек, ожогах, кровотечениях; внутрь — при желудочно-кишечных расстройствах и отравлениях растительными ядами и тяжелыми металлами.

**Флавоноиды (биофлавоноиды)** — гетероциклические соединения, плохо растворимые в воде, желтого цвета, родственные по химическому строению и являющиеся оксипроизводными флавона. Встречаются в растениях в свободном состоянии и в виде гликозидов. Для человека не токсичны. Наиболее богаты флавоноидами молодые органы растений семейства бобовых (например соевые), зонтичных, гречишных, розоцветных, лютиковых, сложноцветных и др.



Флавоноиды обладают различным фармакологическим действием, поэтому сфера их терапевтического применения велика. Часть их — вещества Р-витаминного действия (полифенолы). Они повышают прочность стенок капилляров, участвуют в окислительных процессах, что важно при лечении гипертонии, геморрагического диатеза и других заболеваний, связанных с увеличением проницаемости кровеносных капилляров. Ряд флавоноидов обладает спазмолитическим действием на гладкую мускулатуру и применяется для лечения печени и почек, особенно при камнях. Некоторые регулируют работу желез внутренней секреции (прежде всего щитовидной). Кроме того, флавоноиды Р-витаминного действия участвуют в окислительно-восстановительных процессах, а некоторые обладают способностью расслаблять спазмы сосудов, заживлять раны, удалять радиоактивные вещества из организма. В медицине широко применяют четыре вещества этой группы — рутин, гесперидин, кверцетин и эпикатехин.

**Витамины** — органические соединения, необходимые для жизнедеятельности человеческого организма. Они служат материалом для построения ферментных систем. Витамины играют важную, а иногда исключительную роль в обмене веществ, процессах усвоения и использования белков, жиров и углеводов, в защитных функциях различных органов человека. Большинство витаминов в организме не синтезируются, а поступают с пищей, главным образом растительной. Синтез витаминов происходит в основном в зеленых частях растения. Снижение содержания витаминов влечет за собой изменения в составе ферментных систем организма, что приводит к снижению его защитных сил. Витамины являются обязательным ингредиентом в составе тканей организма и активно участвуют в процессах обмена. Широко применяются в клинике внутренних болезней. Теперь известно более 30 разных витаминов, из которых большинство создается в растениях.

В последние годы буквенные обозначения витаминов заменяются их названиями, данными по химическому составу или характерным признакам.

**Ретинол, или аксерофтол (витамин А)**, участвует в образовании зрительного пигмента и обеспечивает нормальное зрение, поддерживает нормальное состояние



эпителия, повышает устойчивость организма к инфекции. Суточная потребность составляет 1,5—2,0 мг, или 5000—6000 и. е. (интернациональных единиц действия). При его недостаточности развивается гемералопия (куриная слепота) и поражение роговицы глаза (ксерофтальмия), возможна задержка в росте и снижение сопротивляемости к инфекциям, развитие камней в почечных лоханках и мочевом пузыре. Он повышает устойчивость организма к некоторым ядам и токсинам.

Из растений в человеческий организм витамин А поступает в виде желтого пигмента каротина (провитамина А)<sup>1</sup>, широко распространенного в растительном мире. Особенно богаты каротином листья петрушки, крапивы, люцерны, одуванчика, шпината, щавеля, укропа, зеленого лука, кресс-салата. Значительное количество каротина имеется в листьях зверобоя, тысячелистника, лебеды, борщевика, сушеницы болотной, в хвое сосны, кедра, пихты, ели, лиственницы, а также в цветках ноготков (календулы), содержащих наиболее ценный из изомеров каротина (бета-каротин). Из плодов наиболее ценные формы и значительное количество каротина содержат плоды шиповника, красного перца, темноокрашенные сливы, красные томаты, тыква, арбуз, плоды лесной рябины, облепихи, черной смородины, черники, крыжовника, корнеплоды красной моркови.

Сырьем для промышленного получения каротина служат высококаротинные сорта моркови и тыквы. Как лечебное средство каротин применяют при различных заболеваниях глаз и кожи, печени, инфекционных болезнях, атеросклерозе, тиреотоксикозе и гипертонии.

**Группа витамина В** включает в себя все витамины с этим буквенным обозначением, а также никотиновую, фолиевую и пантотеновую кислоты, холин, биотин и ряд других веществ.

**Тиамин (витамин В<sub>1</sub>)** играет большую роль в человеческом организме. Он обуславливает усвоение углеводов и жиров, нормальную работу нервной системы и защитных свойств организма. Суточная потребность 2—3 мг.

---

<sup>1</sup> Установлено, что для нормальной жизнедеятельности организма одна треть суточной потребности должна поступать с продуктами, содержащими витамин А, а две трети — за счет содержащих каротин; витаминная активность каротина в 3 раза меньше, чем активность витамина А.

Потребность в нем увеличивается в организме на 30—50% при усиленной физической и умственной работе и нахождении на холоде.

При недостаточности этого витамина возникают серьезные расстройства различных функций, главным образом центральной нервной системы, сердечно-сосудистой системы и желудочно-кишечного тракта. Тиамин содержится в зародышах и оболочках зерен злаков, пшеничных отрубях, в картофеле, капусте, моркови, помидорах и других растениях. Лечебное применение имеет при полиневритах, радикулитах, парезах, заболеваниях нервной, эндокринной и сердечно-сосудистой систем, органов пищеварения, при переутомлении и нервном истощении, кожных заболеваниях нервного происхождения, в хирургической и акушерской практике.

**Рибофлавин** (витамин  $B_2$ ) — играет большую роль в процессах роста и восстановления клеток и тканей и нормальной деятельности органов зрения. При недостатке рибофлавина появляются мокнущие трещины у углов рта и ушей, поражается роговица глаза, теряется острота зрения, происходит воспаление слизистой оболочки рта и языка, дерматит на лице, возникают головные боли, снижается аппетит и вес человека. Суточная потребность в этом витамине 2—3,5 мг.

Широко распространен в молочных и мясных продуктах и меньше в растениях. Сравнительно богаты им зерна злаков, причем при их прорастании количество рибофлавина увеличивается в 3—10 раз, зеленые томаты, зеленый горох и лук.

**Пиридоксин** (витамин  $B_6$ ) входит в состав ферментов, влияющих на белковый обмен, и участвует в расщеплении и синтезе аминокислот.

Необходим для нормального функционирования нервной системы, усвоения жиров, кроветворения. Суточная потребность в пиридоксине 2—4 мг. Он довольно широко распространен в растительном и животном мире. Относительно богаты им дрожжи, печень, мясо, рыба, а также стручки гороха, фасоли и бобов, зерна кукурузы, пшеницы, картофель, овощи. При его недостатке возникают отеки, дерматозы, изменения со стороны нервной системы, нередко сопровождающиеся судорожными припадками. Пиридоксин назначают при бессоннице, токсикозах беременных, пеллагре (в сочетании с никотиновой кисло-



той), острых гепатитах, дрожательном параличе, хорее, некоторых заболеваниях периферической нервной системы и других болезнях.

**Цианокобаламин** (витамин В<sub>12</sub>) участвует в секреторной деятельности желудка, кроветворении и работе нервной системы. Основным источником являются продукты животного происхождения — печень, почки, яичный желток. Этот витамин содержится в сине-зеленых водорослях, бактериях и некоторых грибах.

**Пангамовая кислота** (витамин В<sub>15</sub>) влияет на обмен кислорода в клетках тканей, стимулирует функцию надпочечников, печени. Суточная потребность 2 мг.

Встречается в семенах многих растений. Применяется в комплексе лекарственных средств при некоторых заболеваниях сердца, при ревматизме, атеросклерозе и заболеваниях печени, особенно обусловленных хроническим алкоголизмом.

**Холин** играет роль в обменных процессах. Встречается в капусте, шпинате, сое. При его отсутствии начинается отложение жира в печени, поражения почек и кровотечения. Холин применяется для лечения заболеваний печени и при атеросклерозе.

**Никотиновая кислота** (ниацин, витамин РР, противопеллагрический фактор). Суточная потребность 10—15 мг. Встречается во многих злаках, овощах (помидорах), бобовых, фруктах, грибах.

При его отсутствии развивается пеллагра, характеризующаяся тремя Д: дерматитом, диареей — длительным поносом, вызванным поражением желудочно-кишечного тракта, и деменцией — синдромом поражения центральной нервной системы. Никотиновую кислоту и ее амид (ниацин) применяют как сосудорасширяющее средство при атеросклерозе, при заболеваниях печени, при энтероколитах, некоторых формах психоза и отравлениях сульфаниламидами.

**Пантотеновая кислота** необходима для нормального белкового и водного обмена, усиливает процессы регенерации тканей. Содержится в некоторых овощах и злаках, в частности ее относительно много в спарже, горохе, пшенице, ячмене, ржи.

Применяется при некоторых нервных заболеваниях и местно — при ожогах и хронических язвах.

**Вещества Р-витаминного действия**, уменьшающие про-



ницаемость и хрупкость капилляров и улучшающие усвоение аскорбиновой кислоты. Относятся к флавоноидам и в виде гликозидов присущи многим растениям. Наиболее богаты ими плоды шиповника, черной смородины, черноплодной рябины, зеленые листья чая, зеленая масса гречихи, цитрусовые. Для терапевтических целей применяют два аналога витамина Р: из растительного сырья — рутин, получаемый из зеленой массы гречихи, и комплекс катехинов чайного танина при заболеваниях, сопровождающихся нарушением проницаемости сосудов: геморрагических диатезах, кровоизлияниях в сетчатку глаза, цинге, скарлатине, кори, гипертонии, лучевой болезни, некоторых болезнях печени и желчного пузыря, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. Применяют и для профилактики поражения капилляров при введении в организм больших доз антикоагулянтов.

**Фолиевая кислота** (витамин В<sub>9</sub>, или антианемический фактор) стимулирует кроветворение, воздействует на кроветворные функции костного мозга, способствует лучшему усвоению цианокобаламина (витамина В<sub>12</sub>), предупреждает развитие атеросклероза.

Впервые была выделена из листьев шпината. Основным источником фолиевой кислоты для человека служат зеленые листья растений. Особенно ею богаты салат, листья свеклы, шпината, цветная капуста, картофель, бобы, пшеница, рожь, кукуруза, грибы. При ее недостатке развивается макроцитарная анемия — заболевание крови.

Применяется при поражениях кроветворной системы, заболеваниях печени, особенно связанных с ожирением, а в сочетании с цианокобаламином — для лечения анемий, спру, пеллагры, язвенных колитов, крапивницы, глосситов, вирусного гепатита, диареи и других болезней.

**Аскорбиновая кислота** (витамин С) — одна из важнейших для нормальной деятельности человеческого организма. Она участвует в регулировании окислительных и восстановительных процессов, влияет на обмен веществ в тканях, ускоряет заживление ран, повышает свертываемость крови и сопротивляемость к инфекциям, оказывает антитоксическое действие при отравлениях многими ядами и бактериальными токсинами. Суточная потребность в аскорбиновой кислоте для взрослого человека 70—120 мг. В условиях Крайнего Севера эта потребность повышается на 30—50%.



Широко распространена в растениях. Особенно ее много в плодах шиповника, перца, актинидии, черной смородины, в облепихе, барбарисе, рябине, землянике, хвое сосны, кедра, ели и пихты, яблоках и сливах, капусте, укропе, зеленом луке, первоцвете, фиалке трехцветной и др.

Применяется при авитаминозах, кровотечениях различной этиологии, инфекционных заболеваниях и интоксикациях, для ускорения заживления ран и при многих других патологических состояниях организма.

**Биотин** (витамин Н) принимает участие при обмене жирных кислот и переносе в организме  $\text{CO}_2$ .

Содержится в печени и молоке животных, а также в сое и горохе.

При недостатке биотина исчезает аппетит, наступает быстрая утомляемость, появляются мышечные боли и т. д.

**Парааминобензойная кислота** входит в состав фолиевой кислоты и участвует в процессах защитных реакций организма, в пигментации кожи и волос.

Источниками ее являются дрожжи, печень животных, а также пшеница и рис.

**Антирахитичный витамин Д.** Существует несколько разновидностей этого витамина ( $\text{D}_1$ ,  $\text{D}_2$ ,  $\text{D}_3$ ,  $\text{D}_4$ ,  $\text{D}_5$ ). Практическое значение имеют кальциферол, или эргокальциферол ( $\text{D}_2$ ), и холикальциферол ( $\text{D}_3$ ).

Этот витамин регулирует обмен фосфора и кальция в организме, влияет на отложения их в костях, является специфическим средством против рахита.

Им богата печень рыб, морских животных и рогатого скота. В растениях и грибах содержится провитамин Д, который под влиянием облучения ультрафиолетовыми лучами превращается в эргокальциферол.

**Токоферол** (витамин Е) оказывает многостороннее действие на организм.

Содержится преимущественно в растительных продуктах: в масле пшеничных зародышей, в кукурузном, облепиховом и других растительных маслах.

Недостаток его вызывает болезненные изменения в скелетных мышцах, в мышце сердца, нервных клетках и половых железах, ведет к повышению хрупкости и проницаемости капилляров, нарушению течения беременности и самопроизвольному аборту.

Применяют при мышечной дистрофии, некоторых за-

болеваниях сетчатки глаз, привычных абортах и токсикозах беременности.

**Филлохинон** (витамин К, противогеморрагический фактор) повышает свертывание крови и принимает участие в образовании протромбина, обладает антибактериальным и антимикробным действием и выраженным болеутоляющим свойством.

Содержится во многих бобовых, злаках, овощах, ягодах и других растениях. Особенно богаты им листья крапивы, люцерны, шпината и капусты, кукурузные рыльца.

Применяется как кровоостанавливающее и ранозаживляющее средство при лечении кровотечений, ран, ожогов, при обморожении, в хирургической и акушерской практике для предупреждения угрожающих кровотечений, при избыточном введении коагулянтов.

Кроме перечисленных витаминов в растениях встречаются незаменимые ненасыщенные жирные кислоты (витамин F) и малоизученный противоязвенный витамин U.

**Органические кислоты** — многоосновные оксикислоты, содержащиеся в клеточном соке растений. Наиболее часто встречаются яблочная, лимонная, винная, щавелевоуксусная, галловая, хинная. Накапливаются в плодах, ягодах и листьях, обуславливая их вкус, а иногда и действие. Так, антисептическое, жаропонижающее, потогонное и противоревматическое действие земляники, малины и ежевики обязано салициловой кислоте. Валерьяновая кислота и ее эфиры обуславливают успокаивающее действие плодов калины на центральную нервную систему. Антисептическое действие препаратов брусники и клюквы связано с бензойной кислотой.

Соли органических кислот плодов и ягод имеют щелочную реакцию и способны нейтрализовать кислые продукты, образующиеся в организме в результате обмена веществ, что весьма важно для жизнедеятельности и при некоторых заболеваниях (нефрит, сахарный диабет).

**Лактоны и кумарины.** Лактоны — это циклические эфиры оксикислот.

В последнее время выявлено лекарственное значение лактонов, и в частности кумаринов сложных веществ, производных бензо-альфапирона, являющихся лактонами дважды ненасыщенной ароматической оксикоричной кислоты. Изучено более 100 природных соединений —



производных кумаринов. Последними особенно богаты растения из семейств зонтичных, рутовых, бобовых и сложноцветных.

Значение лактонов и их представителей кумаринов пристально изучается в связи с выявленной противоопухолевой активностью, влиянием на состав крови, на чувствительность организма к свету и т. д.

**Фитонциды** — органические вещества различного химического состава, обладающие бактерицидным, фунгицидным и протистоцидным действием, вырабатываемые растениями для самозащиты от патогенных микроорганизмов. Различают летучие фитонциды, действующие на расстоянии, и нелетучие тканевые соки, действующие контактным способом. Считают, что летучие фитонциды многих растений усиливают защитные силы организма больного и здорового человека и, усваиваясь легкими и кожными покровами, благотворно действуют на его организм. К летучим фитонцидам относят некоторые эфирные масла (пихтовое) или их отдельные фракции (например, фракция можжевельного масла, используемая для лечения трихомонадных кольпитов), цианогенные гликозиды, содержащиеся в цветках и листьях черемух, серосодержащие соединения хрена и редьки и т. д.

Фитонцидные свойства многих высших растений, и в частности чеснока, лука, хрена, капусты, красного перца, крапивы, березы, сосны, кедра, пихты, черемухи, калины, сирени, смородины, зверобоя обыкновенного и других, использовались с глубокой древности и используются теперь в научной медицине при ряде инфекционных и вирусных заболеваний.

**Эфирные масла** — смеси разнообразных летучих, ароматических соединений, состоящих главным образом из терпеноидов и их производных. Получают их путем перегонки растительного сырья с водяным паром. Эфирными маслами особенно богаты хвойные, а из покрытосеменных представители семейств зонтичных, губоцветных, сложноцветных.

В медицине эфирное масло применяют для ароматизации ряда галеновых препаратов, для исправления вкуса лекарств. Некоторые эфирные масла и их терпены имеют лечебное значение и используются в чистом виде как антибиотики или служат сырьем для получения ценных препаратов (например, из мятного масла получают



ментол, из эфирного масла пихты сибирской — камфору и т. д.). Многие эфирные масла входят в состав фитонцидов.

**Минеральные соли** неорганических кислот находятся в растворенном состоянии или выкристаллизовываются в виде оксалатов. Иногда их называют зольными элементами. Это макроэлементы — калий, кальций, магний, натрий, сера, фосфор, кремний, железо и микроэлементы — медь, цинк, кобальт, марганец, никель, серебро, алюминий, содержание которых определяется в тысячных долях процента.

Минеральные соли имеют огромное значение для нормальной жизнедеятельности организма. Они содержатся в клетках всех тканей и в плазме крови, входят в состав витаминов, ферментов и других активных металло-органических соединений.

Целый ряд заболеваний связан с недостатком в организме того или иного микроэлемента. Известно, что медь, кобальт, марганец, цинк и молибден участвуют в окислительно-восстановительных ферментных процессах, магний и железо имеют противовоспалительное действие, железо и мышьяк влияют на процессы кроветворения; соли калия способствуют усилению мочеотделения. Препараты из лекарственных растений, применяемые как кровоостанавливающее средство, имеют повышенное содержание кальция и железа, которые оказывают каталитическое действие.

Некоторые элементы непосредственно используются для лечения: йод — при тиреотоксикозе, кобальт — при лейкоцитозе, железо — при малокровии. Продукты, содержащие микроэлементы, используют в диетотерапии.

**Смолы** — твердые или полужидкие органические соединения разнообразного химического состава с характерным запахом. Близки по химическому составу к эфирным маслам, нередко последние входят в композицию смол. В медицине используют ранозаживляющее действие сосновой, кедровой и пихтовой смолы.

**Жирные масла** — сложные смеси эфиров глицерина с одноосновными кислотами. Накапливаются в основном в семенах и плодах растений. Особенно ценны масла семян льна, конопли, подсолнечника, кукурузы, сибирского кедра.

В медицине используют в качестве основы для мазей,



а также приготовления ряда лечебных препаратов в смеси с витаминами.

**Камеди** — полисахариды, состоящие из калиевой, магниевой и марганцевой солей нескольких «сахаро-камедевых кислот». Химический состав изучен недостаточно. Образуются в результате слизистого перерождения клеточных стенок, как патологические продукты в результате травм, либо служат резервными запасами воды и питания для растения. Некоторые камеди используют как связывающие вещества, часть имеет активное физиологическое действие.

**Слизи** — безазотистые вещества, преимущественно полисахариды, продукт ослизнения клеточных стенок. Сильно разбухают в воде или легко растворяются в ней, образуя вязкие коллоидные растворы. Некоторые слизи нашли применение в медицине как обволакивающие средства (например, салеп из клубней ятрышников).

**Пектиновые вещества** — углеводы, образующие межклеточное вещество, имеющееся в небольших количествах во всех частях растения. Особенно богаты пектинами корни и плоды. В холодной воде не растворяются, но при кипячении переходят в раствор, содержащий сахар, который, остывая, образует студень или густой коллоидный раствор. В большинстве случаев это балластное вещество, которое надо удалять при изготовлении лекарственных препаратов. В последние годы выяснилось, что некоторые пектины способны связывать ядовитые соединения свинца, кобальта, цезия и благоприятно действуют при заболеваниях органов пищеварения (колиты, энтериты, энтероколиты), при ожогах и язвах.

**Крахмал** — важнейший резервный питательный углевод, состоящий из полисахаридов. Иногда употребляют в медицинской практике как обволакивающее средство при желудочно-кишечных заболеваниях.

**Клетчатка** в чистом виде представляет собой остов всех высших растений, так как клеточные стенки состоят из целлюлозы. Нерастворима в воде и в обычных растворителях. Часто бывает балластным веществом. Почти не переваривается в желудочном тракте, но, механически раздражая его стенки, способствует пищеварению. Клетчатка съедобных растений усиливает выделение пищеварительных соков и перистальтику кишок, предупреждает запоры. Продукты, богатые клетчаткой, исполь-

зуются в диетотерапии, так как повышают выделение холестерина из организма, что важно для профилактики атеросклероза.

Перечисленными и кратко охарактеризованными веществами не ограничивается полезность лекарственных растений. Так, например, к числу биологически активных веществ следует отнести, кроме названных, также хлорофилл, содержащийся в большом количестве во всех высших растениях. Его в последние годы научились извлекать в чистом виде и готовить из него ценные лечебные препараты. К действующим химическим веществам относятся также ферменты, содержащиеся в различных тканях и органах растений в незначительном количестве, но входящие в состав витаминов и многих других биологически активных соединений и обеспечивающие все биоэнергетические и биохимические реакции в растениях во время их жизни, а также определенные изменения в процессе хранения и переработки лекарственного сырья.

Следует отметить, что химический состав растений непостоянен. Он зависит не только от вида данного растения, но и от фазы развития и от части (или органа) растения. Он меняется также в зависимости от экологических условий, т. е. зонально-высотных и типологических особенностей, от характера погодных условий (засушливости, дожливости лета, наличия или отсутствия временных заморозков, характера солнечной инсоляции и радиоактивного фона и т. д.). Он также меняется в зависимости от обстановки во время заготовки лекарственных растений. Некоторые вещества достигают максимума содержания и активности в период цветения и в особенности в утренние часы и т. д. Имеет значение и последующие после заготовки способы сушки и другой консервации лекарственного сырья и его хранения до момента приготовления лекарств.

Наконец имеют большое значение и способы приготовления лекарственных препаратов. Основные правила и приемы сбора и сушки лекарственного сырья приведены в приложениях 1 и 2. Ниже даны способы приготовления простых лекарственных препаратов в домашних и походных условиях.



## Способы приготовления простых лекарственных препаратов

Лекарственное растительное сырье перерабатывают на заводах фармацевтической промышленности на лечебные препараты. В аптеках по рецептам врачей или без рецептов, в зависимости от химического состава растений, продаются разные сухие лекарственные растения, их смеси и выработанные на заводах галеновые и неогаленовые лечебные препараты. Из приобретенных в аптеке или заготовленного самостоятельно сырья в домашних условиях можно приготовить водные настои, отвары, экстракты, спиртовые настойки, чаи или сборы, соки, порошки и мази, *которые следует применять только по совету врача, при наличии правильно поставленного диагноза болезни.*

**Настои** — жидкая лекарственная форма, получаемая путем настаивания измельченного лекарственного сырья. При настаивании извлекаются различные действующие вещества, оказывающие влияние на организм человека. Для приготовления настоев используют мягкие и более нежные части растения: цветки, листья, стебли. Настои готовят двумя способами: горячим и холодным.

При первом способе взвешенное или отмеренное по объему<sup>1</sup> измельченное (ножницами, ножом или истолченное в ступке) растительное сырье помещают в эмалированную, фарфоровую или стеклянную (из тугоплавкого стекла) посуду и заливают кипятком, чаще в соотношении 1 : 10, т. е. на одну часть сырья берут 10 частей воды. Полученную смесь закрывают крышкой, ставят в водяную баню или в горячую печь на 15—20 минут и следят, чтобы лекарственная смесь не кипела. После этого настой охлаждают при комнатной температуре, процеживают через несколько слоев (2—4) марли или через полотнояную (лучше льняную) ткань, и лекарство готово к употреблению.

При приготовлении холодным способом взвешенное и измельченное растительное сырье помещают в эмалированную или стеклянную посуду, заливают необходимым

---

<sup>1</sup> При дозировке по объему считают, что чайная ложка содержит 5 г измельченного лекарственного сырья; десертная — 10 г; 1 столовая «без верха» — 15 г; столовая полная «с верхом» — 20 г; стакан воды соответствует 200 г.



количеством остуженной кипяченой воды, закрывают крышкой и настаивают от 4 до 12 часов (в зависимости от химического состава и размеров сырья, что указано в характеристике соответствующих растений). После этого смесь фильтруют через марлю, и она готова для использования.

**Отвары** — жидкая лекарственная форма, имеющая много общего с настоем, приготовленная из более плотных и твердых частей растений — корней, корневищ, коры. Отмеренное или взвешенное измельченное сырье помещают в закрывающийся крышкой сосуд и заливают холодной водой в необходимых соотношениях (обычно 1:10; 1:20 для внутреннего применения и 1:5 для наружного). После этого ставят на легкий огонь или в кипящую водяную баню и кипятят 20—30 минут. Охлажденный отвар фильтруют через марлю и используют по назначению.

Отвары, содержащие дубильное сырье (корневища бадана, кровохлебки, кору лиственницы, дуба, листья толокнянки) следует фильтровать сразу после снятия с огня или водяной бани, не ожидая их остывания.

Настои и отвары лучше приготавливать ежедневно, так как они быстро портятся, особенно летом. В случае дефицитности сырья или невозможности ежедневного приготовления их следует хранить не более 3 суток в темном и прохладном месте (в холодильнике или погребе).

**Экстракты** — полужидкая (густая) лекарственная форма, получаемая в домашних условиях выпариванием в закрытой посуде отваров или настоев (чаще до половины первоначально взятого объема). В зависимости от химического состава сырья экстракты хранятся более длительное время, чем настои и отвары (в холодильнике или погребе).

**Настойки** — жидкая лекарственная форма, пригодная для длительного хранения. Обычно готовят на 40—70°-ном спирте. Измельченное сырье заливают разведенным спиртом соответствующей крепости (или водкой) в соотношении 1:5; 1:10; 1:20. Смесь закрывают плотной крышкой или пробкой и выдерживают в темном месте при комнатной температуре 7 суток. Затем настойку фильтруют через марлю, выливают в темную бутылку и используют по назначению (обычно каплями по 10—30, в зависимости от характера химического состава сырья).



Спиртовые настойки пригодны для хранения в течение нескольких месяцев и даже лет.

**Чай и сборы** состоят из смеси нескольких видов лекарственных растений, измельченных на фармацевтических заводах или в аптеках и взятых в заданных пропорциях.

В домашних условиях или в походе их готовят, используя весы или обычную меру (ложку, стакан), тщательно перемешивают после измельчения и хранят в плотной упаковке (металлических банках, стеклянных сосудах, картонных коробках). Чай и сборы используют для приготовления настоев, отваров, настоек, компрессов, ванн и т. д.

**Соки** — жидкая лекарственная форма, приготовленная из свежего сырья (ягод, плодов, зеленых частей растений, клубней, корнеплодов и т. д.) без его кипячения. Отобранные растения или их части моют в воде, измельчают и помещают в соковыжималку или пропускают через мясорубку. Отжатый сок хранят в стеклянной или эмалированной посуде в холодном месте и используют по назначению.

Порошки готовят из измельченного в ступке сырья, предварительно высушенного, которые хранят в сухой таре (коробках, стеклянных банках с плотными крышками) и используют по назначению.

**Мази** для наружного применения готовят из мелко измельченного лекарственного сырья, растертого на жирной основе — несоленом сливочном масле, вазелине, сале, растительном масле и т. д. Хранят в темном прохладном месте.

При хронических заболеваниях препараты из растительного сырья принимают продолжительное время от 1,5 до 3 месяцев, иногда делая перерывы через 1,5 месяца на 1—2 недели, либо заменяют препаратами из других растений, обладающих сходным действием.

### Глава III

## ДИКИЕ ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ В НАУЧНОЙ И НАРОДНОЙ МЕДИЦИНЕ

Адонис весенний, горичвет, стародубка. *Adonis vernalis* L. Семейство лютиковых.

Многолетнее травянистое ядовитое растение с коротким корневищем, густо усаженным шнуровидными буровато-черными корнями. Стебли слабоветвистые, с бурыми чешуями у основания, до 60 см высоты. Листья сидячие, пальчатораздельные на узкие линейные доли. Цветы крупные (до 6 см в диаметре), одиночные, золотисто-желтые. Цветет одновременно с появлением листьев с апреля-мая до середины июня, в зависимости от географической широты. Плоды — сборные семянки из морщинистых, опушенных, с коротким, крючкообразно загнутым вниз носиком орешков, созревающие в июне — июле.

Встречается в лесостепной и степной зонах Западной Сибири и европейской части СССР. Растет преимущественно на черноземных почвах — в разнотравных степях, на лугах, в березовых колках лесостепи, на опушках разреженных лесов.

Растение было посвящено ассирийскому богу солнца Адону и названо в честь его адонисом. Это название заимствовано греками, у которых существовала поэтическая легенда о прекрасном Адонисе — возлюбленном златокудрой Афродиты, погибшем на охоте. В память об Адонисе Афродита приказала вырасти из его крови золотистым цветам, распускающимся весной.

Трава адониса содержит сердечные гликозиды — адонитоксин, адонивернит, цимарин и другие, сапонины, фитостерин, спирт адонит; корни и семена — сердечные гликозиды и кумарин вернадин.

В научную медицину адонис введен в конце XIX в. знаменитым клиницистом С. П. Боткиным и его учеником врачом Н. А. Бубновым. Препараты адониса показаны



при хронической недостаточности сердечной деятельности, неврозах сердца и эмфиземе легких, а в сочетании с бромидами — при нервных заболеваниях. Оказывают успокаивающее действие на центральную нервную систему, не вызывают явлений кумуляции. В Государственную фармакопею СССР X издания включены трава горицвета (адониса) как кардиотоническое средство и новогаленовый препарат адонизид. Кроме того, фармацевтическая промышленность выпускает противоастматические таблетки (драже), микстуру Бехтерева, таблетки адонисбром и ряд других комплексных сердечных средств, в состав которых входит адонис (например, кардиовален).

Адонис — сильнодействующее средство, и прием его препаратов без должных показаний может отрицательно сказаться на деятельности сердца. *Пользоваться препаратами адониса можно лишь по назначению врача.*

В народной медицине адонис весенний издавна используется при сердечных и почечных заболеваниях, против водянки, истерии и судорог. Ценится как сердечное, болеутоляющее, успокаивающее и мочегонное средства.

Для медицинских целей собирают надземную часть растения, срезая траву острыми ножницами или садовыми секаторами. Заготавливают лекарственное сырье в сухую погоду во время цветения растения, до начала осыпания плодов. Траву сушат на воздухе в тени или в сушилках при температуре не выше 50° С.

В связи с распашкой степей, неумелыми заготовками и большой потребностью в этом растении естественные запасы адониса весеннего резко уменьшились. Для их сохранения и восстановления необходимы специальные природоохранные меры — создание заказников, запрещение распахать участки компактных зарослей, особенно в лесостепных районах Кемеровской, Новосибирской и Омской областей.

Восточнее Енисея в островных степных районах Красноярского края, Иркутской, Читинской областей и Бурятской АССР распространен адонис сибирский *Adonis sibiricus* Patr. Он отличается от весеннего более крупными листьями и значительно меньшими цветками. Биологическая активность адониса сибирского слабее, чем весеннего.

На Дальнем Востоке, в Приморье, встречается адонис амурский *Adonis amurensis* Rgl. — многолетнее растение с цельными узкими продолговатыми листьями. Фармакологическое действие его сходно с адонисом весенним.

В Кулундинской степи встречается адонис пушистый



(волжский) *Adonis wolgensis* Stev., действие которого сходно с весенним, но почти вдвое слабее.

Для удовлетворения потребностей в сырье адониса следует выявить запасы и разумно организовать заготовку и использование этих видов полезных растений, что в известной мере может уменьшить недостаток сырья для выработки сердечных препаратов из адониса весеннего.

Аир болотный, ирный корень, лепеха, татарское зелье. *Acorus calamus* L. Семейство ароидных.

Многолетнее травянистое растение с длинным ползучим изогнутым коричневым корневищем, внутри белым, и многочисленными тонкими корнями. От верхней части корневища пучком отходят ярко-зеленые мечевидные листья. Стебель полый, трехгранный, с желобком и толстым, отклоненным в сторону соцветием-початком. Цветы мелкие, зелено-желтоватые, невзрачные. Цветет в июне — июле. Плоды — зеленые суховатые ягоды, собранные в плотный початок, в Сибири чаще всего не вызревают. Все растение, особенно корневище, обладает сильным пряным запахом.

Распространен в южной половине лесной (начиная от Нарыма на Оби, Маклакова на Енисее, Богучан на Ангаре), в лесостепной и степной зонах Сибири, на Дальнем Востоке и в других районах СССР. Растет на болотах, в стоячих водах, по берегам прудов, рек с тихим течением.

Корневище содержит крахмал, фитонциды, до 4,8% эфирного масла (в состав которого входят сесквитерпены, терпеноиды, азарил-альдегид), гликозид акорин, алкалоид каламин, камедь, аскорбиновая кислота, дубильные вещества, смолы.

Корневище аира включено в Государственную фармакопею СССР X издания. Одно из лучших горько-приятных желудочных средств. Входит в состав горькой аппетитной настойки и желудочного сбора. В аптеке можно купить аппетитный сбор (чай), содержащий корневище аира, траву полыни, листья вахты и семена тмина. Столовую ложку сбора кипятят в стакане воды 20 минут, процеживают через марлю и принимают 3—4 раза в день за 20 минут до еды по столовой ложке. Порошок корневища вместе с корой крушины входит в состав сложных таблеток (викалин и викаир), назначаемых при гиперацидных гастритах и язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. Препараты обладают выраженными антимикробными, противокислотными и спазмолитическими свойствами. Толченое корневище добавляют в зубной порошок при альвеолярной пиорее и дру-



гих видах разрыхления десен как укрепляющее средство.

Иногда препараты аира назначают при заболеваниях печени, желчного пузыря, почечнокаменной болезни.

Аир издавна известен народной медицине. О его лечебных свойствах писали Диоскорид, Гален, Авиценна. Настой корневища принимали как тонизирующее средство при угнетении нервной системы, желудочных и кишечных коликах, поносах, как противохолерадное и мочегонное средство. Корневище рекомендовали жевать во время эпидемий холеры и гриппа. Водный отвар корневищ (неполную чайную ложку на 2—3 стакана кипятка варят 15 минут в закрытой посуде и принимают по полстакана 3 раза в день перед едой, слегка подсластив) рекомендуют при плохом пищеварении и отсутствии аппетита. Порошком из корневища присыпают гноящиеся раны и фурункулы. М. А. Носаль и И. М. Носаль сообщают о благоприятном действии водочной настойки при цинге и в качестве обмывания при гноящихся язвах. В смеси с другими лекарственными растениями корневище аира используют против выпадения волос. А. П. Попов (1969) приводит следующий рецепт: 20 г корневища аира, 20 г корня лопуха, 10 г цветков ноготков и 15 г шишек хмеля заварить в 1 л кипятка и смачивать голову на ночь перед мытьем.

В болгарской народной медицине корневище аира употребляется также при заболеваниях желчного пузыря и почек, малокровии, нерегулярных менструациях.

Корневища выкапывают ранней весной или осенью, промывают холодной водой, провяливают, режут на мелкие куски и сушат при температуре не выше 35° С.

Аистник, журавельник цикутный. *Erodium cicutarium* L. Семейство гераниевых.

Однолетнее травянистое растение с шершавым, покрытым волосками стеблем до 45 см высоты. Листья супротивные, перистые, с перистонадрезанными долями; прикорневые собраны в розетку. Цветки светло-малиновые, мелкие. Цветет в июле — августе. Плоды — сухие семянки, похожие на клюв аиста. Носик семени в сырую погоду выпрямляется, а в сухую закручивается спиралью. Это свойство помогает семени штопором внедряться в землю. Видовое название растение получило за сходство с вехом (цикута).

Широко распространен в лесной и лесостепной зонах Сибири. Растет как сорняк на полях, огородах, сухих лугах.

Растение содержит дубильные вещества, флавоны и аскорбиновую кислоту.

В народной медицине аистник считают кровоостанавливающим, «кровоочистительным» и противосудорожным средствами. Водный настой пьют при простуде, воспалении легких и горла, плеврите, женских болезнях, грудной жабе (2 чайные ложки сухой травы настаивают 8 часов в стакане холодной кипяченой воды и принимают по четверти стакана 4 раза в день). Водочным настоем травы промывают гноящиеся раны, в отваре купают детей при диатезе.

Собирают надземную часть растения в июле — августе.

Аквилегия сибирская, водосбор. *Aquilegia sibirica* Lam. Семейство лютиковых.

Многолетнее травянистое растение с коротким корневищем. Стебель прямой, ветвистый, до 60 см высоты. Листья тройчатые, прикорневые на черешках, с округлыми лопастными листочками. Цветки крупные (5—6 см в диаметре), лилово-синие, по 2—6 на стебле. Цветет в мае — июне. Плод — сборная листовка.

Встречается в Сибири в диком виде в горных районах, на увлажненных почвах. Благодаря своей декоративности широко распространена в цветниках.

Химический состав не изучен.

В народной медицине аквилегию применяют как мочегонное, слабительное и потогонное средства, а также при воспалении легких, кашле, желтухе, желудочных коликах, кровотечениях; наружно — при кожных заболеваниях (в виде примочек и обмываний). В тибетской медицине входит в состав порошков от септических заболеваний и ожогов и применяется в виде присыпки (Гусева, 1966). *При приеме внутрь нужно быть осторожным: растение ядовито.*

Актинидии. Семейство актинидиевых.

Актинидия аргута, острая. *Actinidia arguta* Planch.

Вьющаяся лиана, поднимается по дереву на высоту 25—30 м, т. е. до верхней части кроны. Стебли светло-серые, толщиной до 10—15 см и изредка до 18—30 см, с шелушащейся корой. Листья блестящие, широкоовальные, заостренные, с пильчатыми краями, светло- или темно-зеленые. Цветы белые, на тонких цветоножках, поникшие. Цветет в июле. Плоды крупные (от 1,5 до 3 см длины), шаровидные, сочные, зеленые, съедобные, созревают в октябре.

Распространена на Дальнем Востоке — на юге Приморского края — в широколиственных кедрово-грабовых лесах.

Плоды содержат большое количество аскорбиновой кислоты, каротина, сахара. Съедобны в свежем и переработанном виде.



В народной медицине плоды актинидии острой применяют как противогинготное и противоглистное средство (1—2 стакана ягод натошак).

Собирают слегка недозревшие плоды в августе — сентябре (спелые транспортировать трудно). При заготовке нельзя отделять лианы от опорных деревьев, так как они погибают и не восстанавливаются.

Актинидия коломикта, кишмиш. *Actinidia kolomikta* Maxim.

Лиана, обвивающая стволы деревьев. Стебель длинный, до 15 м, до 2 см толщины. Молодые побеги красно-коричневые, покрытые чечевичками. Листья очередные, на длинных черешках, эллиптические, длиннозаостренные, двоякоостропильчатые, с сердцевидным основанием, в середине лета часто покрываются ярко-розовым налетом. Цветки белые или розоватые, поникающие, на тонких цветоножках, собраны в пучки в пазухах листьев. Цветет в июне. Плоды удлиненные зеленые, сочные ягоды с продольными темно-зелеными полосками, созревающие в августе — сентябре.

Распространена на Дальнем Востоке, включая Сахалин и Курильские острова. В Приморском крае доходит до северного Сихотэ-Алиня. Растет в смешанных лесах, на прогалинах, вырубках, на каменистых россыпях.

Плоды содержат сахар, органические кислоты, дубильные, пектиновые и красящие вещества, много аскорбиновой кислоты, каротин. По содержанию аскорбиновой кислоты близки к плодам шиповника, превосходят черную смородину, лимон и апельсин. В коре найдены сердечные гликозиды и дубильные вещества.

Плоды актинидии используют как ценное лакомство, профилактическое и противогинготное средство (А. И. Шретер, 1970).

В народной медицине плоды применяют также при туберкулезе, коклюше, зубном кариесе, различных кровотечениях и как противоглистное средство.

Актинидия полигамная, или дикий перчик. *Actinidia polygama* Maxim.

Лиана, поднимающаяся по стволам деревьев на 4—6 м. Листья еще более остроконечные, чем у актинидии коломикта, цветы одиночные, крупные. Плоды с оранжевым оттенком, заостренные, горьковатые. Созревают в конце сентября — октября. Горький привкус исчезает после заморозков.

Изредка встречается на юге Приморского края в смешанных лесах.

Плоды содержат большое количество каротина, сахар, аскорбиновую кислоту.

Лечебные свойства сходны с актинидией коломикта.

Д. П. Воробьев (1968) отмечает, что сок плодов актинидии полигамной действует на кошек подобно валерьяне. Растение заслуживает дальнейшего изучения.

Алтей лекарственный, проскурняк, просвирник. *Althaea officinalis* L. Семейство мальвовых.

Многолетнее медоносное травянистое растение высотой до 150 см с толстым, коротким, многоглавым корневищем и прямыми войлочноволосистыми стеблями, с лопастными, опушенными с обеих сторон листьями. Листья на черешках, по краям городчато-пильчатые. Цветы крупные, правильные, бледно-розовые, собраны на верхушках ветвей в колосовидные соцветия. Цветет с июня по сентябрь. Плод в виде просвирки, распадающейся на сплюснутые бурые семанки.

Распространен в степной и лесостепной зонах Западной Сибири, в некоторых районах Средней Азии и европейской части Советского Союза. Растет на лугах (преимущественно солонцеватых), по берегам рек и озер. На Украине и на Северном Кавказе имеются промышленные плантации алтея лекарственного

Корни содержат большое количество слизи и крахмала, пектиновые вещества, сахара, лецитин, фитостерин, аспарагин, бетаин, жирное масло, немного танина, минеральные соли.

Корень алтея включен в Государственную фармакопею СССР X издания как отхаркивающее средство. Слизистое вещество корня оказывает болеутоляющее и смягчающее действие при воспалении дыхательных путей, коклюше, кашле, воспалительных заболеваниях кишечника, мочеполовых путей, острых гастритах и энтероколитах.

Обычно препараты алтея рекомендуют при катаральном состоянии дыхательных путей.

Фармацевт и с к а я



Алтей лекарственный.



промышленность выпускает сухой экстракт алтейного корня, который назначают в виде водных настоев и микстур (1 : 30) и алтейный сироп. Корень алтея входит наряду с листьями мать-и-мачехи и травой душицы, либо с солодовым корнем и плодами укропа, в состав грудных чаев и сборов для полоскания при воспалении горла, миндалин и зева. Столовую ложку сбора заваривают 2 стаканами кипятка, настаивают 20 минут и пьют горячий настой по четверти или по половине стакана 3 раза в день как отхаркивающее. Иногда при воспалении слизистой оболочки глаз и кожи рекомендуют компрессы из холодного настоя алтейного корня.

Лечебные свойства алтея были известны еще в IV в. до нашей эры. Древнегреческий ученый Теофраст рекомендовал принимать алтей с вином при кашле, переломах костей, а к нарывам прикладывать листья, смоченные оливковым маслом. Авиценна называл это растение «многополезным» и приводил ряд способов применения семян, цветов и травы от разных болезней. В народной медицине водные настои и отвары алтея рекомендуют при различных заболеваниях легких, бронхиальной астме, расстройствах желудочно-кишечного тракта, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, воспалении мочевого пузыря. Компрессы из настоя алтея применяют при ожогах и воспалении кожных покровов.

Корни алтея выкапывают осенью, отбрасывая деревянистое основание и мелкие разветвления, очищают от земли, слегка провяливают, соскабливают ножом кожу и сушат.

Альфредия поникшая, атаман-травя. *Alfredia segetia* Cass. Семейство сложноцветных.

Многолетнее медоносное травянистое растение высотой 150—300 см. Одно из наиболее мощных растений горных еланей Алтая. Корневище усажено многочисленными корневыми мочками. Стебель прямой, паутинисто-шерстистый, бороздчатый, ветвистый в верхней части, внутри полый. Листья крупные, выемчатозубчатые с шипиками, нижние до 50 см длины, продолговато-яйцевидные, верхние сидячие, острозубчатые, снизу беловолочные. Цветочные корзинки поникающие, зеленовато-желтые, 4—5 см в поперечнике. Цветет в июле—августе.

Распространена в горных районах Западной и Восточной Сибири — на Салаире, в Кузнецком Алатау, Горной Шории, на Алтае, в Саянах. Растет на еланиях, в субальпийском поясе, по долинам рек и склонам, в разреженных пихтачах и кедровниках.

Химический состав не изучен.



Адонис весенний





Аир болотный



Бадан толстолистный





Василек синий



Багульник болотный



Вахта трехлистная





Володушка золотистая



Горец змеинный





Горец перечный

В народной медицине, по сообщению Л. А. Уткина (1931), отвар травы пьют при нервных заболеваниях, головокружении и эпилепсии. Наружно используют в виде примочек и компрессов.

Заслуживает специального изучения как перспективное растение, запасы которого сравнительно велики.

Аралия маньчжурская, чертово дерево. *Aralia mandshurica* Rupr. et Maxim. Семейство аралиевых.

Стройное небольшое деревцо высотой до 5 м с одиночным светлым стволом, густо усаженным острыми, плотными шипами. Огромные (до 1 м) двоякоперистые листья образуют пальмовидную крону. В центре ее расположено зонтикообразное соцветие из мелких желтовато-белых цветков, до 50 см в диаметре. Цветет в августе, плодоносит в сентябре. Распространяется семенами.

Встречается в зоне смешанных и широколиственных лесов Приморья и среднего Приамурья. Растет на лесных опушках, вырубках, пожарищах, на обочинах лесных дорог.

Корни содержат тритерпеновые сапонины (аралозиды А, В и С), гликозиды, фитостерины, эфирное масло, аскорбиновую кислоту, тиамин, рибофлавин, смолы, алкалоид аралин.

Аралия изучена ВИЛР, и в 1957 г. ее настойка была разрешена к применению как полноценный заменитель женьшеня и эффективный стимулятор центральной нервной системы. Ее рекомендуют в качестве тонизирующего средства при нервных и психических заболеваниях (неврастения, общая астения, психостения), остаточных явлениях после сотрясения и контузий головного мозга, при пониженной половой потенции. Благоприятно действует при гипотонии. *Настойка противопоказана при повышенной возбудимости, бессоннице и гипертонической болезни.* Лечение препаратами аралии может проводить только врач. Установлено сильное антидиуретическое действие корней аралии.

В народной китайской медицине настой корней рекомендуют при диабете, кору и древесину используют как мочегонное средство.

Лекарственное сырье — корни толщиной 2—4 см, выкопанные поздней осенью, после созревания и отпадения плодов. Здоровые деревья следует оставлять для воспроизводства естественных запасов (дерево на 10 м<sup>2</sup> зарослей).

Астра альпийская. *Aster alpinus* L. Семейство сложноцветных.



Многолетнее декоративное медоносное растение с толстым ветвистым корневищем и прямостоячими опушенными стеблями. Прикорневые листья цельнокрайние, продолговатые, стеблевые — более мелкие, узкие. Цветет в мае—июне. Цветки в крупных корзинках на верхушках стеблей, краевые синие с фиолетовым отливом, срединные — желтые. Плоды — продолговатые семянки с летучкой.

Встречается в лесостепной зоне Западной Сибири на опушках сосновых боров и в южных районах, где растет на скалах, каменистых и щебнистых почвах.

Химический состав изучен недостаточно. Растение содержит сапонины, алкалоиды и флавоноиды.

В народной медицине настой травы рекомендуют при туберкулезе легких и кожи («золотухе») и расстройствах желудочно-кишечного тракта. В тибетской медицине настой цветков пьют при заболеваниях желудка.

Астрагал датский, сладкая трава. *Astragalus danicus* Rotz. Семейство бобовых.

Многолетнее медоносное растение до 35 см высоты. Стебель узловатый, лежащий или приподнимающийся, с рыжеватыми, плотно облегающими волосками. Листья сложные, непарноперистые, из 7—15 пар ланцетно-овальных листочков с прилистниками, сросшимися у основания. Цветки розово-фиолетовые, мотыльковые, собраны в округлые соцветия на длинных цветоносах. Цветет в мае—июне. Плоды — трехгранные прямостоячие мохнатые бобы.

Распространен на Алтае и во многих областях европейской части СССР на склонах и заливных лугах. Высокопитательное пастбищное растение, перспективное для введения в культуру.

Химический состав не изучен.

В народной медицине водный настой свежей травы применяют как тонизирующее средство. В. П. Махлаюк (1967) приводит такой рецепт: 2 столовые ложки измельченной свежей травы настоять 4 часа в полутора стакана остуженной кипяченой воды, процедить и пить по четверти стакана 3—4 раза в день.

Траву собирают во время цветения, сушат в тени и хранят в закрытых стеклянных банках.

Багульник болотный, багун, болотник, головолом. *Ledum palustre* L. Семейство вересковых.

Вечнозеленый, душистый, невысокий (до 120 см) кустарник с темно-серой корой. Листья линейно-продолговатые, кожистые, на коротких черешках; сверху темно-зеленые и блестящие, снизу покрыты рыжевато-коричневым войлоком и мелкими железками. Цветы мелкие, белые, собраны в многоцветковые кисти на верхушках ветвей. Цветет в мае—июне. Плоды — продолговатые поникающие коробочки.

Встречается в тундровой и лесной зонах Сибири и Дальнего Во-

стока. Растет на торфяных, преимущественно сфагновых болотах и в сырых хвойных лесах, в горных лесах Алтая, Саян и т. д.

Растение содержит эфирное масло, в состав которого входит ледол, обладающий раздражающим действием на слизистые оболочки и парализующим на центральную нервную систему, гликозид эриколин (арбутин), дубильные и красящие вещества, фитонциды, флавоноиды, сахар, камедь, аскорбиновую кислоту, микроэлементы. Эфирное масло действует бактерицидно.

В научной медицине используют однолетние олиственные побеги («траву») багульника как отхаркивающее, антисептическое и сильное гипотензивное (успокаивающее) средства. Водный настой рекомендуют при бронхитах и коклюше (чайную ложку травы залить 2 стаканами кипятка, настоять 30 минут, процедить и принимать по полстакана 4 раза в день). Клинически установлено положительное действие багульника при бронхиальной астме. Иногда багульник назначают при спастических энтероколитах. Жидкая часть эфирного масла (элеоптен) в виде 10%-ного раствора в льняном масле эффективна для лечения острых ринитов и гриппа.

В народной медицине настой багульника применяют для лечения бронхиальной астмы, коклюша, туберкулеза легких, перемежающейся лихорадки, подагры, ревматизма. А. Н. Обухов (1965) и М. А. Носаль (1959) рекомендуют для противоастматического чая 25 г травы багульника и 15 г листьев крапивы жгучей залить 1 л кипятка и настоять 8 часов в закрытой посуде в теплом месте, процедить и пить по четверти стакана 4 раза в день после еды. Имеются указания на успешное лечение таким чаем мучительного кашля и одышки. Курс лечения — не менее 2 недель. При коклюше детям дают по чайной ложке настоя 3 раза в день. Г. М. Свиридонов сообщает об успешном применении отвара багульника, собранного в горах Алтая (в смеси с медункой и мать-и-мачехой) для снятия удушья при эпилептических приступах.

*Лечение препаратами багульника может проводить только врач.* Неправильная дозировка вызывает воспаление слизистой оболочки желудочно-кишечного тракта.

Листья багульника используют как инсектицидное средство.

Для лечебных целей собирают верхушки цветущих однолетних ветвей и сушат в тени, развесив пучка-



ми. Хранят в плотно закрытых металлических коробках.

Бадан толстолистный, монгольский, или чагирский чай. *Bergenia crassifolia* Fritsch. Семейство камнеломковых.

Многолетнее травянистое растение до 50 см высоты с мясистым, ползучим, сильно разветвленным корневищем и мощным корнем. Листья крупные, кожистые, темно-зеленые, к осени краснеющие, собраны в прикорневую розетку, зимующую под снегом. Цветки лилово-розовые, правильные, в сложном метельчато-щитковидном соцветии на верхушке голого стебля. Цветет с мая до июля в зависимости от географической широты и высоты местности.

Широко распространен в лесном и альпийском поясах Алтая, Саян, Танну-Ола, в Забайкалье, Витимо-Олекминских горных системах, в Приморском и Хабаровском краях. На юге заходит по горам в Северную Монголию. Растет на хорошо дренированных каменистых осыпях, в трещинах скал, на древних моренах, поднимаясь на высоту 2500 м, до вечных снегов, где ютится в расщелинах скал, принимая стелющиеся формы.

Содержит значительное количество дубильных веществ (до 25%), относящихся к группе галлотанинов, галловую кислоту, гликозиды бергенин и арбутин, распадающийся на сахар и гидрохинон, обладающий бактерицидным и мочегонным действием, сахара, многоатомные фенолы, аскорбиновую кислоту, каротин, фитонциды. В листьях много дубильных веществ, арбутина и свободного гидрохинона. Особенно богаты арбутином старые листья.

Препараты бадана обладают способностью суживать кровеносные сосуды и уплотнять сосудистую стенку, а также выраженным противовоспалительным и бактерицидным действием. Фармакологические и клинические исследования показали, что экстракт из корней бадана действует на дизентерийную палочку.

Из корневищ и корней бадана готовят жидкий экстракт, назначаемый как вяжущее и антисептическое средство при лечении колитов, энтероколитов и других желудочно-кишечных расстройств неинфекционного происхождения (по 20—25 капель в день). Иногда его применяют местно при консервативном лечении эрозий шейки матки, а также для полосканий при стоматитах и гингивитах. Из листьев готовят препараты бергальбин и беркрассин для лечения воспалительных процессов мочевых путей.

В народной медицине бадан издавна применяют как

сильное вяжущее, противовоспалительное, кровоостанавливающее и дезинфицирующее средства при расстройствах желудочно-кишечного тракта, изъязвлении и воспалении слизистой оболочки полости рта и носа, лихорадке, воспалении легких, головной боли, женских болезнях. Отваром корня (2 чайные ложки на стакан кипятка) смазывают кровоточащие десны.

При воспалительных процессах в полости рта настой корней, корневищ и листьев бадана смешивают с настоем зеленого чая. При заболеваниях женской половой сферы применяют спринцевание жидким экстрактом бадана (столовую ложку на 1 л кипяченой воды). Для приготовления экстракта 3 столовые ложки измельченного корневища заливают стаканом воды и выпаривают до половины раствора. Порошком из корней присыпают долго не заживающие раны и мокнущие сыпи. Чай из листьев бадана — признанный тонизирующий напиток.

В тибетской медицине бадан применяют при лечении туберкулеза, воспалении легких, желудочно-кишечных заболеваниях, суставном ревматизме, а также как жаропонижающее средство.

Наиболее значительные заросли бадана находятся на Алтае. По подсчетам канд. сельскохозяйственных наук Ю. П. Сурова, здесь можно ежегодно заготавливать более 50 тыс. тонн этого ценного лекарственного и технического сырья, а общие запасы в Северо-Восточном Алтае на площади эффективного сбора достигают 568 тыс. тонн. Стоимость тонны сухих корневищ бадана, по свидетельству канд. экономических наук Б. С. Спиридонова, 264 руб. Самые богатые баданники расположены в кедровниках таежного подпояса (на участках с высотой 1000—1400 м). Практически сырье можно заготавливать все лето с оборотом (возвратом на одно и то же место) при сборе листьев в 3—4 года и корневищ в 10 лет.

В процессе заготовки срезанные ножом листья откладывают в сторону отдельно от корневищ. Последние слегка провяливают на деревянных вешалах, затем досушивают в сушилках до воздушно-сухого состояния.

Бадан тихоокеанский. *Bergenia pacifica* Kom. Семейство камнеломковых.

Сходное с баданом толстолистным многолетнее травянистое растение, отличающееся лишь более мелкими листьями с клиновидным или притупленным, а не сердцевидным или округлым основанием и



менее ветвящимся соцветием ярко-розовых цветков, при засушивании становящихся фиолетовыми.

Встречается только на Дальнем Востоке — в Приморье и Нижнем Приамурье, на Сихотэ-Алине. Растет на склонах по окраинам каменистых россыпей предгорной части верхнего горного пояса среди кустарников, чаще кедрового стланика, или по верхней границе леса. Обычно образует заросли (Кадаев, Фруентов, 1968).

Химический состав не изучен. Очевидно, он близок к химическому составу бадана толстолистного, поскольку морфологические различия между этими видами незначительны.

В народной медицине используется при тех же заболеваниях, что и бадан толстолистный. Обладает выраженным вяжущим и противовоспалительным действием.

Растение заслуживает всестороннего изучения и использования в научной медицине, так как запасы сырья значительны.

**Баранец, плаун ядовитый.** *Lycopodium selago* L. Семейство плауновых.

Невысокое растение с разветвленными прямостоячими или восходящими стеблями до 15 см высоты и линейно-ланцетными заостренными листьями, расположенными в 8 рядов. В пазухах листьев находятся желтые спорангии с гладкими спорами.

Растет в темнохвойных лесах на Алтае, изредка — в горах Джунгарского Алатау, поднимаясь до альпийского пояса.

Надземная часть растения содержит алкалоиды, наиболее ценный из которых селягин, вызывающий рвоту, гликозид кверцетин, белковые соединения, сахара, микроэлементы.

По данным В. И. Чопика и Ю. И. Никитина (1963), люди, страдающие тяжелым хроническим алкоголизмом, после лечения плауном получали стойкое отвращение к алкоголю. Методика лечения разработана проф. И. В. Стрельчиком. *Лечение проводится только в специализированном лечебном заведении*, так как неумелое пользование этим растением может привести к тяжелым последствиям.

Заготавливают траву плауна все лето и сушат в тени на открытом воздухе.

**Бальзамин лесной, прыгун, недотрога.** *Impatiens holi-tangere* L. Семейство бальзаминовых.

Однолетнее травянистое ядовитое медоносное растение с узловатым просвечивающим стеблем до 100 см высоты. Листья нежные, очередные, продолговато-яйцевидные, на коротких черешках, с крупно-зубчатыми краями. Сорванное растение быстро увядает. Цветки

желтые, повислые, неправильные, со шпорцем, собраны в кисти. Венчик пятилепестной, причем 4 лепестка сростаются попарно. Цветет с конца июня до сентября. Плоды — продолговатые коробочки, раскрывающиеся при созревании и разбрасывающие семена. Отличительная особенность — при прикосновении к плодам они растрескиваются и с силой выбрасывают семена.

Распространен в Западной и Восточной Сибири, в Казахстане, на Дальнем Востоке и в Средней Азии. Растет на влажных затененных местах и в оврагах. Издавна культивируется в садах.

Растение в период цветения содержит значительное количество аскорбиновой кислоты. Химический состав изучен недостаточно.

В народной медицине водный настой травы в небольших дозах применяют при водянке, камнях в почках и мочевом пузыре и как рвотное средство. Измельченные свежие листья оказывают противовоспалительное действие, поэтому их прикладывают к ранам, геморроидальным шишкам и язвам. Наружно настой травы используют для обмывания ран и в ваннах при ревматических болях.

*Применение бальзамина, как ядовитого растения, требует большой осторожности.*

Барбарис сибирский. *Berberis sibirica* Pall. Семейство барбарисовых.

Невысокий колючий медоносный кустарник до 100 см высоты с серой корой на старых ветвях и коричнево-красной на молодых, с мелкими кожистыми листьями с шиповидно-зубчатым краем. Цветы желтые, одиночные, на коротких цветоножках, со своеобразным запахом. Цветет в мае—июне. Плоды — красные продолговатые ягоды.

Растет на скалах, каменистых склонах и россыпях в невысоких горах, реже в пределах высокогорно-альпийского пояса на Алтае, в Казахстане и в Забайкалье.

Растение содержит алкалоиды, из которых наиболее важен берберин, лимонную, яблочную кислоту, около 0,15% аскорбиновой кислоты.

В народной медицине издавна применяется водный настой корней как маточное средство, отвар плодов как противочинготное, ягоды — в качестве легкого слабительного. В Забайкалье водный настой корней известен как лекарство от различных простудных заболеваний и малярии, а также при заболеваниях печени и желчного пузыря.

Растение перспективно для изучения и как источник для получения берберина.



В научной медицине применяют близкие к барбарису сибирскому барбарис обыкновенный *Berberis vulgaris* L., распространенный в европейской части страны, и барбарис амурский *Berberis amurensis* Rupr., встречающийся на юге Дальнего Востока. Их препараты используют в гинекологической и акушерской практике как маточное кровоостанавливающее средство, особенно при атонических и гипотонических кровотечениях в послеродовом периоде. Спиртовая настойка листьев барбариса применяется в качестве желчегонного средства. Настой сухой травы входит в состав комплексного препарата холелитина, назначаемого при желчнокаменной болезни, калькулезном холецистите, гепатохолециститах и рецидивирующей желтухе.

Кроме того, из барбариса получен новогаленовый препарат сульфат берберина, предназначенный для лечения хронического гепатита, гепатохолецистита, холецистита и желчнокаменной болезни. *Препараты барбариса следует принимать только по назначению врача. При беременности противопоказаны.*

В последние годы установлено, что алкалоид берберин, помимо свойств снижать кровяное давление, замедлять сердечную деятельность, усиливать желчеотделение и вызывать сокращение матки, обладает противоопухолевым действием (Галицкий, Воронцова, Карпухина, 1966). В прошлом препараты барбариса использовали для лечения лейшманиоза и малярии.

**Башмачок красный**, крупноцветный. *Cypripedium macranthum* Swartz. Семейство орхидных.

Многолетнее травянистое растение до 30 см высоты. Стебель прямой, железистый. Листья очередные, с дугонервным жилкованием, обхватывающие стебель. Цветки крупные, одиночные, фиолетово-розовые с неправильным околоцветником, один листок околоцветника имеет форму башмачка. Цветет в июне—июле. Плод коробочка.

Распространен в лесной и лесостепной зонах Сибири, на Дальнем Востоке и в европейской части СССР. Растет в сосновых и лиственных лесах на песчаных почвах.

Химический состав не изучен.

В народной медицине водный настой травы (чайная ложка на стакан кипятка) пьют при женских кровотечениях, детской грыже и головной боли; в последнем случае одновременно применяют компресс из свежих листьев на голову.

Собирают надземную часть растения во время цветения.

**Башмачок пестрый, пятнистый.** *Cypripedium guttatum* Swartz. Семейство орхидных.

Многолетнее травянистое растение до 25 см высоты с одиночным крупным бело-лиловым с крапинками цветком. Цветет в мае—июне.

Распространен в лесной зоне Сибири и на Дальнем Востоке. Растет в разреженных хвойных и лиственных лесах, травянистых борах, среди кустарников.

Растение содержит эфирное масло, смолистые вещества, танин.

В сибирской народной медицине отвар корня и надземной части растения, так называемой черной травы, пьют при эпилепсии, головных болях, отсутствии аппетита, психических расстройствах (чайную ложку на стакан кипятка).

Растение введено в зарубежные Фармакопеи. В Британском фармацевтическом кодексе указано, что корень башмачка пестрого обладает действием, сходным с валерианой, но слабее выраженным. Как и предыдущий вид, заслуживает фармакологического изучения и принятия мер к сохранению естественных запасов этого красивого реликтового растения.

**Бедренец-каменеломка.** *Pimpinella saxifraga* L. Семейство зонтичных.

Многолетнее эфирно-масличное растение до 60 см высоты с веретенообразным корнем. Стебель тонкий, ветвистый, с розеткой из листьев при основании. Листья прикорневые — перистые, стеблевые — перистораздельные. Цветки мелкие, белые, из пяти лепестков, собраны в сложные зонтики. Цветет в июле—августе.

Растет почти повсеместно на сухих местах, лугах, склонах, среди кустарниковых зарослей, в лесах.

Корневища и корни содержат эфирное масло, смолы, дубильные вещества, сапонины, фурукумарины, камедь.

В народной медицине используют противовоспалительное, смягчительное, отхаркивающее и обволакивающее действие растения. Спиртовые и водные настойки корней и корневищ пьют при заболеваниях дыхательных путей, воспалении голосовых связок, кашле, хронических желудочных болях, камнях в почках. Настоем полощут горло при ангине. Соком из корней мажут пигментные пятна. В болгарской народной медицине — излюбленное желудочное средство. В немецкой народной медицине настой



корней рекомендуют также при астме, скарлатине, подагре и ревматизме. В ряде стран Западной Европы (Норвегия, Швейцария, ГДР) бедренец включен в Фармакопеи как средство против бронхиальной астмы и бронхитов.

Корневища с корнями заготавливают ранней весной или осенью, в сентябре, выкапывая наиболее старые растения, моют, режут вдоль и сушат в тени.

Белена черная, бешеная трава. *Nyoscyamus niger* L. Семейство пасленовых.

Двулетнее травянистое растение с цилиндрическим полым стеблем и неприятным запахом. В первый год развивается прикорневая розетка из крупных длинночерешковых листьев, яйцевидных, с перистонадрезанным краем. Листья мягкие, клейкие. На следующий год вырастает стебель до 100 см высоты с сидячими стеблеобъемлющими яйцевидными крупнозубчатыми листьями. Все растение покрыто клейкими железистыми волосками. Соцветие — зонтик. Цветки крупные, венчик воронковидный, грязновато-лиловый. Плод — двухгнездная кувшинчатая коробочка. Семена мелкие, желтовато-серые. Цветет почти все лето.

Белена растет в Сибири повсеместно — в южной половине лесной, в лесостепной и степной зонах, около жилья, вдоль дорог, на залежах. Промышленные плантации имеются в Новосибирской и Воронежской областях.

Растение содержит ядовитые алкалоиды гиосциамин, гиосцин (скополамин), атропин и другие, в семенах найдены гликозиды гиосципикрин и гиосцерин, белковые и смолистые вещества, до 35% жирного масла, сахар, минеральные соли, камедь, щавелевокислый кальций.

Белена включена в Государственную фармакопею X издания. Экстракт белены применяют как спазмолитическое и болеутоляющее средства. Как наружное обезболивающее средство для растираний при невралгиях, ревматизме и других заболеваниях назначают беленное масло вместе со скипидаром, хлороформом и т. д. Беленное масло входит в состав линимента капсина, предназначенного для лечения радикулита, неврита, миозита, артрита. Листья белены входят в состав сложных порошков и сигарет астматолога и астматина, применяемых для курения при бронхиальной астме. *Препаратами белены можно пользоваться только по назначению и под контролем врача.*

В народной медицине белена известна с древности как сильное болеутоляющее и противоспазматическое средство. Она упоминается еще в трудах Диоскорида.

Листья белены применяли от головной боли, кашля, бронхиальной астмы, спазмов желудка и кишечника, при затрудненном мочеиспускании, болезненных менструациях, бессоннице, истерии. Отвар листьев в растительном масле закапывали в ухо при воспалении последнего. Листья, настоянные на водке, рекомендовали как втирание при ревматизме, простреле, подагре, ушибах. Дым от семян вдыхали от зубной боли. Горячие ванны с белой использовали как болеутоляющее средство при опухолях суставов.

Лекарственное сырье — листья и верхушки растений. Розеточные листья первого года жизни собирают осенью, стеблевые — во время цветения. Траву заготавливают в конце цветения и в начале образования плодов в сухую и ясную погоду. Сушат немедленно в тени, разостлав тонким слоем. После работы надо тщательно вымыть руки. *При неумелом обращении с белой возможно отравление.*

Белозор болотный, белоцвет, мочегонная трава. *Parnassia palustris* L. Семейство камнеломковых.

Многолетнее травянистое растение до 30 см высоты с коротким корневищем и прямым неветвящимся ребристым стеблем-цветоносом. Прикорневая розетка из овальных листьев с длинными черешками, на цветоносах — по одному сидячему цветку. Цветки белые, довольно крупные, из пяти лепестков с заостренными краями, с нежным ароматом, который появляется только днем под воздействием солнечных лучей. Цветет в июле — августе.

Распространен в Сибири, на Дальнем Востоке, на Кавказе, в Средней Азии в сырых заболоченных местах.

Растение ядовито. Содержит алкалоиды, сапонины, дубильные вещества, флавоноиды.

В недалеком прошлом белозор болотный широко применяли в народной медицине. Использовали корни, наземную часть, семена. Считали, что он регулирует сердечно-сосудистую деятельность и нервную систему. Использовали его как мочегонное, кровоостанавливающее, вяжущее средство. Водный настой травы и корней применяли при кишечных заболеваниях, эпилепсии, маточных кровотечениях, кровохарканье, неврозах сердца, в качестве примочек и присыпок при конъюнктивите глаз; отвар семян — против кашля.

Обычно чайную ложку травы настаивают 2 часа в пол-литра стакана кипятка и пьют по столовой ложке 3—4 раза в день.

Заслуживает фармакологического изучения.



Береза бородавчатая, повислая. *Betula verrucosa* Ehrh. Семейство березовых.

Однодомное дерево с белой корой, до 20 м высоты. В нижней части ствола у старых деревьев появляются трещины с черной окраской. Листья треугольно-ромбические, двоякопильчатые, ветви повислые. Цветет в апреле — мае. Сережки мужские и женские.

Распространена во всей лесной и лесостепной зонах СССР. Часто используется для озеленения населенных пунктов.

Почки содержат смолу, эфирное масло, бетулоретиновую и аскорбиновую кислоты, сапонины, виноградный сахар, дубильные вещества, фитонциды; листья — бетулоретиновую и аскорбиновую кислоты, дубильные вещества, гиперозид, тритерпеновые спирты, каротин, эфирное масло, фитонциды, в листьях и почках есть антибиотические вещества с выраженным бактерицидным действием.

В научной медицине используют диуретическое действие отвара листьев и почек (при отеках сердечно-сосудистого происхождения без раздражения почек) и желчегонное (при холециститах). Лечение настоем почек проводится под контролем врача, так как смолистое вещество может вызвать раздражение почек. Настой листьев побочных явлений не вызывает.

Березовый сок применяют для лечения и профилактики авитаминозов. Наружно спиртовые настойки почек показаны при вяло протекающих грануляциях, пролежнях и раздражениях кожи. Березовый деготь, получаемый при сухой перегонке бересты, обладает сильным дезинфицирующим действием. Применяется наружно для лечения паразитарных заболеваний кожи, гнойных ран и ожогов. Смесь из березового дегтя, касторового масла и этилового спирта используется для лечения жирной себореи, сопровождающейся зудом.

Деготь входит в состав ряда мазей (Вилькинсона, Конькова, Вишневского) и лечебного дегтярного мыла. Таблетки из березового угля — карболен — назначают при ненормальном газообразовании в желудочно-кишечном тракте (метеоризм) и при отравлениях как адсорбирующее вещество. Эфирное масло, выделенное из дегтя, иногда применяют против аскаридоза.

В народной медицине настои и отвары березовых почек рекомендуют при водянке, отеках, артритах, миозитах, различных заболеваниях желудка, печени, желчного

пузыря, ревматизме, подагре, простудных поражениях суставов (столовую ложку почек заваривают стаканом кипятка, настаивают 1—2 часа и пьют по столовой ложке 3—4 раза в день. Для приготовления отвара столовую ложку почек кипятят 15 минут в стакане кипятка).

Настой листьев применяют от отеков, заболеваний почек, неврозов, малокровия, как потогонное средство (чайную ложку измельченных листьев настаивают в стакане кипятка и пьют по полстакана 2 раза в день, добавив немного соды). Сок рекомендуют при малокровии и особенно больным туберкулезом легких, фурункулезом и ангиной. Наружно сок применяют для лечения экзем и как ценное косметическое средство, хорошо тонизирующее кожу.

Отваром и спиртовой настойкой сухих березовых почек лечат кожные заболевания, особенно на лице (угри, сыпи, раздражения). Лечебное действие таких обмываний признано современной медициной. Ванны и припарки из березовых листьев применяют при суставном ревматизме, подагре, простудных заболеваниях.

Из молодых листьев весной готовят витаминный напиток (100 г измельченных и хорошо промытых листьев залить 2 стаканами слегка остуженного кипятка, настоять 3—4 часа, процедить и пить по стакану 2—3 раза в день перед едой).

Косметическая промышленность выпускает специальный крем «Березиль», в состав которого входит настой березовых почек. Предназначен для смягчения кожи рук. Эффективен для лечения мелких трещин и заусениц.

В домашних условиях легко приготовить смесь для лечения жирной себореи волосистой части головы, сопровождающейся перхотью и зудом, из 5—10 г березового дегтя, 10—20 г касторового масла и 100 мл этилового спирта. Втирать в кожу головы за 3—5 часов до мытья волос (Юркова, 1971).

Почки срезают весной, прогревают до набухания, высушивают в тени. Сырье можно хранить не более 2 лет.

Береза белая, пушистая. *Betula pubescens* Ehrh.

Дерево с гладкой белой корой, до 12 м высоты. Почки на молодых ветках удлинённо-конические, заостренные, без опушения, темно-коричневые или бурые, слегка блестящие от смолистого вещества, с приятным, особенно сильным при растирании, запахом и вяжущим смолистым вкусом.



В народной медицине настой почек березы белой пьют при расстройствах желудка и используют как втирание при заболеваниях суставов. Листья применяют так же, как и листья березы бородавчатой.

На Дальнем Востоке с лечебными целями используют березу маньчжурскую. *Betula mandshurica* Nakai.

Березовый гриб (чага). *Inonotus obliquus* Pil. Семейство трутовых грибов.

Гриб, паразитирующий на стволах взрослых берез. Плодовые тела имеют вид твердых желвакообразных наростов с растрескавшейся черной поверхностью. Внутренняя часть наростов коричневая, твердая, ближе к древесине — более светлая и мягкая. Гифы гриба разрушают древесину берез и вызывают загнивание дерева.

Химический состав чаги изучен слабо. Гриб содержит красящие вещества хромогенного полифенол-карбонового комплекса, агарициновую кислоту, тритерпеноид инотодиол, смолы, небольшое количество алкалоидов и солевые вещества, включающие в себя натрий, калий и значительное количество марганца, усиливающего действие многих ферментов.

В практическую медицину введена в 1955 г. Препараты чаги показаны при язвенной болезни, гастрите и особенно при раковых опухолях желудка, легких и других внутренних органов (в тех случаях, когда лучевая терапия и хирургическое вмешательство исключены). Установлено, что в начальных стадиях развития рака чага может задержать рост опухоли, успокаивает боли и улучшает самочувствие больных, но она не является радикальным средством лечения злокачественных новообразований. Несмотря на то, что в Сибири иногда настой чаги пьют вместо чая, *применять его для лечения опухолей можно только по совету врача.* В аптеках готовят и густой экстракт чаги — бефунгин.

В народной медицине чага — старинное средство лечения желудочно-кишечных заболеваний и раковых опухолей.

Заготавливать чагу можно в течение всего года.

Бодяк полевой, осот розовый. *Cirsium arvense* L. Семейство сложноцветных.

Многолетнее двудомное корнеотпрысковое растение до 120 см высоты с сильно развитыми боковыми корнями, которые после уничтожения надземной части растения способны давать новые стебли. Листья очередные, продолговато-ланцетные, с выемками по краям,

колючие. Цветочные корзинки однополые, сиренево-розовые, ароматичные, собраны в метельчатое соцветие. Цветет в июне — сентябре. Злостный сорняк, встречающийся повсеместно в посевах, на огородах, в садах.

Трава содержит алкалоиды, цианогенные гликозиды, гликозид талиацин, в плодах свыше 27% жирного масла.

В народной медицине припарки из травы осота рекомендуют прикладывать как болеутоляющее к геморроидальным шишкам, водным настоем травы промывают участки кожи при различных заболеваниях, особенно при поражениях волосистой части головы. Настой обладает противовоспалительным и бактерицидным действием. Отвар травы пьют от желудочных и кишечных колик.

Траву собирают во время цветения.

Бодяк разнолистный, татарник. *Cirsium heterophyllum* Hill. Семейство сложноцветных.

Многолетнее растение с прямостоячим, бороздчатым, паутинистоволосистым стеблем до 150 см высоты. Листья перистонадрезанные, ланцетные, колючие, сверху зеленые, снизу беловолочные. Цветы — крупные пурпурные шаровидные корзинки. Цветет в июле — августе. Плоды — продолговатые семянки.

Распространен в лесной и лесостепной зонах равнинной части и в горных районах Сибири. Предпочитает влажные места.

В народной медицине считается древним противовоспалительным, кровоостанавливающим и ранозаживляющим средством, что нашло отражение в синонимах (горлянка, маточник, порезник и другие). Водный настой травы (столовую ложку на стакан кипятка, настоять несколько часов и пить по столовой ложке 3 раза в день) пьют при ангине, воспалении гортани, женских заболеваниях, туберкулезе легких. Отваром полощут рот при заболеваниях слизистой рта и языка. Свежую измельченную траву прикладывают к фурункулам, ссадинам, ранам. Гнойные язвы и раны присыпают порошком из сухих листьев.

Траву собирают во время цветения растения и сушат в тени на свежем воздухе.

Борец. Семейство лютиковых.

Борец бородатый, аконит бородатый. *Aconitum barbatum* Pers.

Травянистое ядовитое растение с длинным корнем, состоящим из сросшихся мочек, и высоким пушистым стеблем 50—120 см высоты. Листья очередные, крупные (6—13 см в поперечнике), пяти-девятираздельные, опушенные снизу. Цветы серо-желтые, слегка опушенные, собраны в кисти 8—25 см длины. Цветет в июле — августе.



Плод — пушистая листовка. Семена трехгранные с пленчатым крылом. Распространен в степной, лесостепной зонах Сибири и в горных районах лесной зоны.

Растение содержит ядовитые алкалоиды, которые подразделяют на высокотоксичные аконитины сложного состава и менее токсичные атизины. Наиболее ядовито во время цветения.

В народной медицине настой растения применяют при переломах костей и гинекологических заболеваниях. Считается болеутоляющим средством при ревматических болях и раке.

Заслуживает фармакологического изучения.

Траву борца используют для уничтожения мух благодаря выраженному инсектицидному действию. С растением следует обращаться осторожно, после прикосновения к нему тщательно мыть руки. При отравлении возможна смерть от паралича дыхания.

**Борец высокий.** *Aconitum excelsum* Rehb.

Травянистое ядовитое растение с длинным ветвистым корнем и плотными мочками, стебель прямой, до 150—200 см высоты. Листья крупные (12—40 см в поперечнике), почковидно-округлые, пушистые, особенно на нижней стороне, лопчаторассеченные на три-девять ромбических долей, на верхушке триждынадрезанные. Цветки грязно-фиолетовые, 2—3 см длины, в простой кисти. Цветет в июне — августе.

Распространен в Сибири в лесной зоне, в темнохвойных и березовых лесах, на высокотравных лесных и субальпийских лугах, в оврагах, по берегам рек.

Во всех частях растения содержатся ядовитые алкалоиды. Отравление ими животных (коз и овец) сопровождается параличом и через несколько часов приводит к смерти. Противоядием, как и для борца бородатого, служит танин.

В народной медицине настой травы и корней применяют в качестве болеутоляющих припарок при ушибах. Широко применяется в тибетской медицине.

Растение заслуживает фармакологического изучения.

**Борщевик рассеченный.** *Heracleum dissectum* Ldb. Семейство зонтичных.

Многолетнее травянистое растение до 150 см высоты с мощным желтовато-белым корнем и прямым, ребристым, полым, разветвленным в верхней части стеблем, покрытое жесткими волосками. Прикорневые листья крупные, тройчато- или перистосложные, стеблевые — тройчатые или перисто-пятилопастные, с листовым влагалищем, охватывающим стебель. Цветы белые, собраны в крупный зонтик

(10—20 см в поперечнике). Цветет в июне — июле. Медонос.

Распространен в лесной, лесостепной и степной зонах и горно-лесном поясе Сибири и Дальнего Востока. Растет в негустых хвойных и лиственных лесах, в колках, на сыроватых лугах, по берегам рек и ручьев.

Растение содержит фурукумарины, алкалоиды, смолы, эфирное масло, сахар, каротин, аскорбиновую кислоту.

В народной медицине водный настой травы или корневищ рекомендуют при нарушениях пищеварения, как возбуждающее аппетит и спазмолитическое средство при дизентерии, катарах желудка и кишечника, поносах (5 чайных ложек измельченного корня настаивают в 2 стаканах остуженного кипятка 8 часов и выпивают в течение дня, либо 3 чайные ложки травы настаивают 2 часа в 2 стаканах кипяченой воды и выпивают в 4 приема).

Настой и отвар корней принимают как успокаивающее при судорогах, эпилепсии, различных нервных и кожных заболеваниях, сопровождающихся зудом. Припарки из свежих листьев применяют при ревматических болях в суставах.

В немецкой и болгарской народной медицине борщевик считается лекарством от эпилепсии и нервных судорог. В тибетской медицине корни борщевика — «бруцза» — входят в сложные сборы, предназначенные для лечения желчнокаменной болезни и заболеваний почек.

Свежее растение съедобно.

С лечебной целью корни выкапывают в сентябре, траву собирают во время цветения.

В юго-западных районах Западной Сибири в березовых лесах и колках встречается борщевик сибирский *Heracleum sibiricum* L. с зеленовато-желтыми цветами и тройчатыми, почти гладкими, листьями.

Используется в народной медицине так же, как и борщевик рассеченный (Махлаюк, 1967).

Оба растения заслуживают всестороннего изучения.

**Боярышник кроваво-красный, сибирский.** *Crataegus sanguinea* Pall. Семейство розоцветных.

Колючий кустарник с пурпурно-коричневыми блестящими ветками и очередными округло-ромбическими опушенными листьями с прилистниками. Цветки мелкие, белые, с неприятным запахом. Цветет в мае — июне. Плоды кроваво-красные; со сладковатой мучнистой мякотью, созревают в августе — сентябре.

Распространен в лесной и лесостепной зонах Западной и Восточной Сибири, в Казахстане. Растет на разреженных лугах, опушках, среди кустарников, по берегам рек. Широко культивируется в садах.



Растение содержит флавоноиды (гиперозид, кверцетин, витексин), тритерпеновые сапонины, дубильные вещества, холин, каротин, органические кислоты, белки, эфирное масло и другие вещества.

В научной медицине боярышник используется как кардиотоническое и регулирующее кровообращение средства, а также при атеросклерозе и сердечных неврозах.



Боярышник кроваво-красный.

Настойку из цветков и экстракт из плодов назначают при функциональных расстройствах сердечной деятельности, ангионеврозах, мерцательной аритмии и тахикардии. Экстракт боярышника входит в состав комплексного препарата кардиовалена, применяемого при ревматических пороках сердца, кардиосклерозе, стенокардии. Для лечения атеросклероза предложен новый препарат кратегонин. *Препараты боярышника следует принимать только по назначению врача.*

В народной медицине настои плодов и цветков использовались издавна при бессоннице, одышке, сердцебиениях, тиреотоксикозе, лихорадке, кашле и как успокаивающее средство при нервном возбуждении и астме.

Цветки собирают в начале цветения и сушат в тени, плоды — в сентябре — октябре, сушат, рассыпав тонким слоем, либо в печах или сушилках при температуре 50—60° С.

Брусника. *Vaccinium vitis idaea* L. Семейство брусничных.

Вечнозеленый низенький ветвистый кустарничек до 20 см высоты. Корневище ползучее. Стебли прямостоячие, ветвистые. Листья очередные, мелкие, кожистые, блестящие, эллиптические, с завернутыми на нижнюю сторону краями, с черными точечными железками. Цветки белые или розоватые, в кистях на концах ветвей, венчик колокольчатый. Цветет в мае — июне. Плод — округлая красная ягода. Плоды созревают в августе — сентябре.

Растет в хвойных, преимущественно в сосновых, и смешанных лесах Сибири и Дальнего Востока. Много в Омской, Тюменской, Новосибирской, Томской, Кемеровской, Иркутской, Читинской областях, Красноярском и Алтайском краях, Бурятской АССР.

Листья и ягоды содержат гликозид арбутин (в листьях до 9%), который в организме отщепляет гидрохинон, флавоноиды, дубильные вещества, органические кислоты — яблочную, лимонную, винную, бензойную, обладающую антисептическим действием, сахара, аскорбиновую кислоту, микроэлементы, фитонциды, следы каротина и другие вещества.

Водные настои и отвары листьев применяются в научной медицине как мочегонное, антисептическое и вяжущее средства при воспалениях почек и мочевого пузыря, особенно при мочекаменной болезни, поносах, подагре и ревматизме (столовую ложку листьев настаивают 30 минут в стакане кипятка, охлаждают и пьют по столовой ложке 3—4 раза в день. Для отвара 2 чайные ложки кипятят в стакане воды 15 минут и выпивают в течение дня). Ягоды брусники рекомендуют при авитаминозах. Сушеные ягоды входят в витаминные и мочегонные сборы. Морс из ягод полезен при лихорадящих заболеваниях.

В народной медицине ягоды брусники применяют при анацидных гастритах, диабете, поносах, подагре и ревматизме. Брусничный сок пьют при повышенном кровяном давлении, воду после вымачивания ягод принимают как легкое слабительное. Настой листьев пьют при воспалениях почек и мочевого пузыря. Листья брусники заваривают вместо чая как средство, снимающее усталость.

Листья собирают до цветения (при более позднем сборе они при сушке чернеют), в том числе ранней весной — перезимовавшие под снегом, сушат в теплом помещении или на чердаках, разложив тонким слоем.



Бубенчик лилиелистный, синенький цветок.  
*Adenophora liliifolia* Ledb. Семейство колокольчиковых.

Многолетнее медоносное декоративное растение с прямым стеблем до 120 см высоты. В нижней части стебля листья яйцевидные, в верхней — ланцетовидные, пиловидно-зубчатые. Цветы поникающие, бледно-голубые, ширококолокольчатые, собраны в раскидистую метелку. Цветет в июле — августе.

Встречается в Западной и Средней Сибири в южной части лесной, в лесостепной зонах, горнолесном поясе, поднимаясь до альпийских лугов, а также в Казахстане и европейской части СССР. Растет в хвойных и лиственных лесах, на лугах, на опушках березовых колков.

В народной медицине водный настой травы бубенчика применяют при желудочно-кишечных и нервных заболеваниях (Л. А. Уткин). Все растение съедобно. Молодые вареные корневища обладают сладковатым вкусом, молодые побеги придают супу вкус куриного бульона.

Растение заслуживает фармакологического изучения, как и бубенчик мутовчатый *Adenophora verticillata* Fisch., распространенный на Дальнем Востоке, и бубенчик широколистный *Adenophora latifolia* Fisch., используемые в народной медицине аналогично бубенчику лилиелистному.

Будра плющевидная, собачья мята, сороконожджник. *Glechoma hederacea* L. Семейство губоцветных.

Многолетнее ядовитое растение с ползучим укореняющимся стеблем и приподнятыми цветущими ветвями до 40 см высоты. Листья супротивные, округлые с городчато-зубчатыми краями, покрытые волосками, с сильным неприятным запахом. Цветки мелкие, двугубые, фиолетово-синие, расположенные в пазухах листьев. Цветет в мае — июле. Плод сухой, распадающийся на четыре орешка.

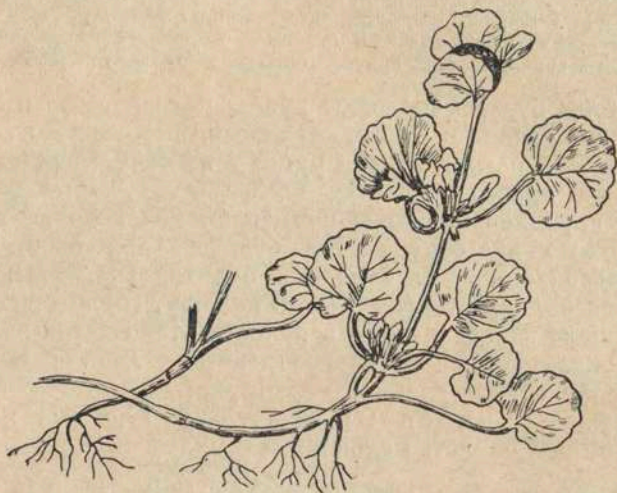
Широко распространена в Сибири, на Дальнем Востоке, в южных областях СССР. Встречается на лесных опушках, вдоль дорог, на полях, в тенистых садах, предпочитает влажные места.

Химический состав изучен слабо. Растение содержит дубильные вещества, горечи, холин, смолу, немного эфирного масла.

В народной медицине применяется как старинное отхаркивающее, противопростудное, желудочное и противовоспалительное средство. Водный настой травы (чайную ложку на стакан кипятка, выпивают в 3—4 приема в течение дня) рекомендуют при различных заболеваниях органов дыхания (бронхит, воспаление легких, катар верхних дыхательных путей), при заболеваниях печени и желчного пузыря, почечнокаменной болезни, отсутст-

вии аппетита, болях в желудке и кишечнике, воспалении почек и мочевого пузыря как болеутоляющее и мочегонное.

Теплые припарки из травы применяют при фурункулезе и гнойных отеках. Водный настой, по свидетельству



Будра плющевидная.

В. П. Махлаюка, используют для ванн и обмываний при золотухе, подагре, гнойных язвах, различных сыпях, а компрессы из отвара — как средство, способствующее регенерации костной ткани при переломах. Растертые свежие листья рекомендуют наружно как ранозаживляющее средство. Чай из будры считается тонизирующим напитком, особенно полезным при воспалении дыхательных путей и желудочно-кишечного тракта.

Включена в фармакопее ряда европейских стран. В Англии спиртовой настой свежей травы рекомендуют как профилактическое средство против свинцового отравления при работе с масляными красками (Махлаюк, 1967).

При приеме внутрь соблюдать осторожность.

Бузина красная (сибирская). *Sambucus sibirica* Nakai. Семейство жимолостных.



Кустарник высотой до 3 м, с серовато-бурой корой. Листья супротивные, неравноперистые, сложные, с 2—3 парами листочков. Листья весной содержат антоциан, придающий им фиолетовый оттенок. Цветки мелкие, зеленоватые, собраны в большие соцветия-метелки (кисти), торчащие вверх. Листья, кора, цветки неприятного запаха. Ягоды для человека не съедобны, но охотно поедаются птицами.

В естественном виде распространена в лесной зоне Западной и Восточной Сибири. Благодаря своей декоративности — сильно ветвистой кроне и ярко-красным ягодам в кистях — повсеместно разводится в садах, парках, приусадебных палисадниках.

Ягоды бузины содержат дубильные вещества и органические кислоты; цветки — гликозид потогонного действия, флавоновый гликозид рутин и незначительное количество эфирного масла.

В народной медицине применяют как водную, так и спиртовую настойку цветов бузины — при простудных заболеваниях, ревматизме, при бронхиальной астме, головных болях. Отваром цветов полощут горло при ангине, кашле и воспалениях в полости рта. Кисель из плодов оказывает слабительное действие. Листья и кору употребляют как слабительное и рвотное.

Бузульник сизый, живулька. *Ligularia glauca* O. Hoffm. Семейство сложноцветных.

Многолетнее декоративное растение с прямым стеблем до 130 см высоты. Листья плотные, сизо-зеленые, эллиптические, до 25 см длины. Цветы желтые, собраны в длинную кисть. Цветет в июне — июле.

Встречается в южной части лесной и в лесостепной зонах, лесостепном и горнолесном поясах Западной и Средней Сибири. Растет на лугах, по лесным опушкам и разреженным березовым и лиственным лесам.

В народной медицине водный настой используют как противовоспалительное ранозаживляющее средство, применяют также для лечения нервных болезней («когда наступает тоска», — Л. А. Уткин). Перспективно для фармакологического изучения.

В горах на субальпийских и альпийских лугах распространен сходный вид — бузульник алтайский *Ligularia altaica* DC.

В тибетской медицине его используют при катаральной желтухе, от рожи и для заживления ран (М. Н. Варлаков). Сходно применение с первым видом также бузульника сибирского *Ligularia sibirica* Cass., широко распространенного в лесной зоне по сырым лугам.

Бурачок горный, сибирский, алиссум горный  
*Alyssum sibiricum* Willd. Семейство крестоцветных.

Многолетнее серо-зеленое от звездчатых волосков травянистое растение до 20 см высоты с сильно разветвленными стеблями. Листья мелкие, продолговато-ланцетные. Цветки мелкие, золотистые, душистые с медовым ароматом, собраны в удлиненные кисти на верхушках стеблей. Цветет в апреле — июне. Плоды — мелкие стручки.

Распространен на каменистых склонах, скалах, а также на песчаных буграх в южных сосновых борах Сибири.

Химический состав не изучен.

В народной медицине используют мочегонное и слабительное действие растения. Растертую с медом свежую траву употребляют для втираний как косметическое средство при веснушках и пигментных пятнах. В цветниках разводят садовые формы бурачка с белыми или бледно-фиолетовыми цветками и сильным медовым ароматом. Лечебные свойства садовых форм менее выражены.

Для лекарственных целей собирают надземную часть растения во время цветения.

Валериана лекарственная, кошачий корень, маун. *Valeriana officinalis* L. Семейство валерьяновых.

Название растения происходит от латинского «валере», что значит быть здоровым.

Многолетнее травянистое растение с мочковатыми корнями и одиночным, пустым, бороздчатым стеблем до 150 см высоты. Листья сложные, непарноперистые, супротивные, прикорневые на длинных черешках, верхние — сидячие. Листочки продолговатые, по краю зубчатые. Цветки мелкие, бело-розовые или бело-фиолетовые, собраны в полукруглое щетковидное соцветие. Плоды — ребристые семанки с хохолками. Цветет с мая до августа в зависимости от местонахождения растения, плоды созревают в июле — сентябре.

Валериана встречается почти повсеместно в лесной и лесостепной зонах Сибири по берегам рек, на заливных, болотистых и сырых лугах, на лесных опушках, горных лесных склонах и т. д.

В СССР насчитывают до 30 видов и разновидностей валерианы. В Сибири распространены более десяти мелких видов лекарственной валерианы: русская, сомнительная, сходная, Шишкина, Крылова, Сапожникова, Мартянова, мелколисточковая и другие. В народной медицине и фармакогнозии эти мелкие виды обычно не различают и объединяют под названием одного сборного вида — валерианы лекарственной, или аптечной.

В последние годы валериану лекарственную стали выращивать на плантациях лекарственных растений глав-





Валериана лекарственная

ным образом в Новосибирской, Воронежской, Кировской, Московской, Хмельницкой, Сумской и Гродненской областях.

Корни и корневища содержат эфирное масло, в состав которого входят валериано-борнеоловый эфир, изовалериановая кислота, 1-сесквитерпен, борнеол и другие компоненты, небольшое количество алкалоидов, органические кислоты, гликозид, валерид, дубильные и другие вещества.

Валериану широко применяют как средство, успокаивающее нервную систему и способствующее пищеварению. Препараты валерианы уменьшают возбудимость центральной нервной системы, стимулируют процессы торможения в коре головного мозга и расслабляют спазмы сосудов и гладких мышц. Показаны как успокаивающее при нервном возбуждении, неврозах сердечно-сосудистой системы и при спазмах желудочно-кишечного тракта.

В Государственной фармакопее X издания приняты: корневище с корнями валерианы, спиртовая настойка и экстракт валерианы. Из них готовят и более сложные препараты — наштавырно-валериановую и эфирно-валериановую настойку, комбинированные препараты кардиовален, валокормид, капли Зеленина. Входит в успокоительный сбор (вместе с листьями мяты, трилистника, шишками хмеля), желудочный, ветрогонный.

В народной медицине применяется издавна как сердечное средство, при истерии, судорогах, головных болях, эпилепсии, нервных потрясениях, скарлатине, воспалении легких, желудочных болях, в качестве глистогонного и при других заболеваниях.

*Препараты валерианы следует принимать по назначению врача.*

Собирают корни и корневища весной или осенью, сушат в сушилках при температуре не выше 40°С или на открытом воздухе.

Василек синий. *Centaurea cyanus* L. Семейство сложноцветных.

Однолетнее травянистое серо-зеленое растение до 60 см высоты. Листья ланцетно-линейные, нижние — слегка лопастные, верхние — цельные. Цветочные корзинки одиночные, синие, краевые цветки воронковидные, срединные — трубчатые. Цветет в мае — августе. Плоды — гладкие семянки с хохолком.

Встречается почти повсеместно как злостный сорняк на посевах ржи и пшеницы. Иногда разводится как декоративное растение. Медонос.

Цветки содержат синее красящее вещество цианин (из группы антоцианов), гликозиды centaурин и цикориин, флавоноиды, стероиды, минеральные соли, аскорбиновую кислоту.

В научной медицине краевые цветки василька используют как мочегонное в составе комплексных мочегонных сборов (вместе с листьями толокнянки и корнем солодки), назначаемых при воспалительных заболеваниях мочевого пузыря и мочевых путей (столовую ложку сбора на стакан кипятка по столовой ложке 3—4 раза в день), а иногда — как противолихорадочное средство.

Народной медицине известен с глубокой древности. По преданию, цветками василька кентавр Хирон, знаток лекарственных трав, вылечил рану, нанесенную Геркулесом. В рукописи XII в. «О препущении вод» толченые «семена» василька упоминаются как средство против бородавок. Отвар пили «от сердцебиения, завалов печени и желтяницы». Настой цветков рекомендуют при простудных заболеваниях, малярии, приступах сердцебиения, болезнях почек и мочевого пузыря (1—2 чайные ложки цветков настаивают час в стакане кипятка и пьют по четверти стакана 3 раза в день за 10—15 минут до еды).

Примочки из настоя применяют при воспалении слизистой оболочки глаз и слезотечении, измельченные листья прикладывают к ранам для ускорения их заживления.

В болгарской народной медицине настой цветков применяют как тонизирующее желудочное средство и горечь, возбуждающую аппетит.



Собирают корзинки и выщипывают краевые цветки, сушат тщательно, обязательно в тени. При неправильной сушке цветки белеют и теряют ценность.

Василек шероховатый. *Centaurea scabiosa* L. Семейство сложноцветных.

Многолетнее травянистое растение с ребристым опушенным стеблем. Листья темно-зеленые, перисторассеченные. Корзинки шаровидные, одиночные, расположенные на концах стеблей. Краевые цветки в корзинках лилово-пурпурные, серединные более светлые, мелкие. Цветет в июле — августе.

Распространен в Западной Сибири в лесной и лесостепной зонах на лугах, в разреженных лесах, встречается на полях как сорняк.

В народной медицине настой травы применяют при желтухе, зудящих сыпях, задержке менструаций и болях в пояснице (2 чайные ложки на стакан кипятка настаивают 2 часа и пьют по столовой ложке 3—4 раза в день — Махлаюк, 1967). Свежую измельченную траву прикладывают к ранам и зудящим сыпям.

Растение заслуживает фармакологического изучения. Сырьевые запасы его значительны.

Василисник<sup>1</sup>. Семейство лютиковых.

Многолетнее травянистое растение с очередными перистораздельными листьями и мелкими многочисленными цветками. В СССР встречается 19 видов, из которых более половины распространены в Сибири и на Дальнем Востоке. В лекарственном отношении заслуживают внимания и рекомендуются для дальнейшего химического и фармакологического изучения следующие виды.

Василисник альпийский. *Thalictrum alpinum* L.

Невысокое растение (4—17 см) с неветвистым безлистным стеблем и прикорневыми листьями. Цветки белые, мелкие, собраны на верхушке стебля в ветвистую кисть. Цветет в июне — июле.

Распространен в Арктике и горных районах Сибири и Дальнего Востока на высокогорных тундрах, сухих и альпийских луговинах и скалах.

Химический состав не изучен. Растение содержит алкалоиды и гликозиды.

---

<sup>1</sup> Название произошло от слов Василиса-травя, Василисова трава. (В. И. Даль. Толковый словарь живого великорусского языка, т. I, М., 1955, стр. 167; Н. И. Анненков. Ботанический словарь. СПб, 1878. Она же живительная трава, золотая трава, вередовец и т. д.). Позднее в ботанические сочинения вошло название василистник, принятое на Украине.

В народной медицине применяется для лечения малярии и кожных болезней.

**Василисник вонючий.** *Thalictrum foetidum* L.

Травянистое растение с облиственным стеблем, густо покрытое железками и волосками, с раскидистой метелкой желтовато-фиолетовых цветков. Цветет в июне — июле.

Распространен в горных районах Сибири и Дальнего Востока, на Кавказе и Средней Азии, а также в Монголии и Тибете. Растет на открытых каменистых склонах.

Трава содержит алкалоиды (берберин, тальфетидин и другие).

В научной медицине настойка василисника применяется как умеренное гипотензивное средство при ранних стадиях гипертонической болезни (по 15—20 капель 2—3 раза в день в течение 3—4 недель).

Растение хорошо известно народной и тибетской медицине как сердечное средство.

**Василисник желтый.** *Thalictrum flavum* L.

Высокое растение с бороздчатым стеблем до 60—150 см высоты, с большим количеством триждыперистых листьев с мелкими листочками. Цветки мелкие, беловато-желтые, с большим количеством тычинок, собраны в щитковидные метелки. Цветет в июне — июле.

Распространен по всей Сибири и Дальнему Востоку, в европейской части СССР и в Средней Азии. Растет в лесной зоне на заболоченных лугах, в умеренных лесах, по берегам рек.

Корни содержат алкалоид берберин, в траве найдены различные алкалоиды, горечь, гликозиды, в том числе и отщепляющий синильную кислоту.

Растение обладает жаропонижающим, противовоспалительным, мочегонным, слабительным, антисептическим действием.

В народной медицине отвар и настой корня рекомендовали при желтухе, малярии, эпилепсии (Анненков, 1878), желудочно-кишечных и женских болезнях. Свежей травой в бане натирали ноги «от ломоты» (П. Н. Крылов, 1876). Порошок из сухой травы, сваренный в квасе, пили как слабительное и мочегонное (Лепехин).

**Василисник малый, или обыкновенный.** *Thalictrum minus* L.

Высокое гладкое растение до 30—150 см высоты с тройчатыми сложными листьями и пирамидальной многоцветковой метелкой желтоватых цветков. Цветет в июне — июле.

Широко распространен в лесной и лесостепной зонах Сибири и Дальнего Востока, в европейской части СССР и в Средней Азии. Растет на лугах и в негустых лесах.



Корни содержат значительное количество алкалоидов — берберин, таликлидин, таликлин и другие; трава — алкалоиды тальмин, тальмидин и глауцин, фитонциды; плоды — алкалоиды магнофлорин и берберин, холин и флавоноиды.

Настой травы издавна применяют в народной медицине при нервных расстройствах, эпилепсии, малярии и туберкулезе легких. Наружно свежая трава рекомендуется как ранозаживляющее и кровоостанавливающее средство. Припарки из травы рекомендуют для лечения нарывов, ноктедов, при ушибах и ревматических болях (Ревердатто, 1949).

В тибетской медицине василисник малый применяют совместно с другими растениями при острых и хронических инфекциях (Гусева, 1966).

Запасы сырья значительны.

Василисник простой. *Thalictrum simplex* L.

Высокое растение с прямым стеблем до 120 см высоты и прижатыми к нему дваждыперистосложными листьями. Цветки мелкие, пурпурные, в узких продолговатых соцветиях. Цветет в июне — июле.

Широко распространен по всей Сибири и на Дальнем Востоке, в Средней Азии и в европейской части СССР. Растет в разреженных лесах и на лугах в лесной и лесостепной зонах.

Химический состав близок к химическому составу василисника обыкновенного.

Растение издавна применяют в народной медицине. Отвар и настой рекомендуют при женских болезнях и как общеукрепляющее в послеродовой период (Ревердатто, 1949). Отвар травы в Забайкалье считают лучшим средством от кровавого поноса (Сергиевская, 1940). Настоем полощут горло при ангине и промывают раны. Из травы делают припарки при флюсе. Траву прикладывают к порезам для ускорения их заживления.

В тибетской медицине применяется от женских болезней, водянки и отеков.

Запасы сырья довольно значительны.

Вахта трехлистная, трилистник водяной, трифоль — *Menyanthes trifoliata* L. Семейство вахтовых.

Многолетнее травянистое растение с длинным ползучим корневищем, укореняющимся в илистом грунте под водой. От приподнимающейся верхушки корневища отходят несколько тройчатораздельных листьев со стеблеобъемлющим влагалищем длинных черешков (до 20 см). Весной появляется стрелка длиной до 30 см с густой

кистью бледно-розовых и розово-сиреневых цветков. Цветет в мае — июне. Плод — многосеменная одногнездная коробочка.

Распространена в полярно-арктической, тундровой, лесной и лесостепной зонах Сибири и Дальнего Востока. Растет на моховых, травяно-осоковых болотах, рьях, сограх, по топким берегам озер и рек, на заболоченных лугах.

Листья содержат горькие гликозиды (важнейший — мениантин), незначительное количество алкалоида генцианина, дубильные вещества, флавоноиды рутин и гиперозид, жирное масло, аскорбиновую кислоту, вещества, содержащие йод.

В научной медицине горькие вещества вахты применяют как средство, возбуждающее аппетит при ахилии желудка, расстройствах пищеварения, отсутствии аппетита, анацидных гастритах, тошноте, головных болях, обусловленных нарушениями пищеварения (чайную ложку листьев на стакан холодной воды настаивают 8 часов и пьют по четверти стакана 2—3 раза в день перед едой). Фармацевтическая промышленность выпускает и густой экстракт листьев. Кроме того, вахта входит в состав сложных аппетитных, желчегонного, слабительного, мочегонного и успокоительных сборов.

В народной медицине применяется как желудочное, жаропонижающее и противоглистное средства. Антисептическое действие вахты обусловило ее применение для ванн при золотухе и для промываний гнойников. Иногда настой листьев пьют при туберкулезе, отеках, малокровии и воспалении суставов.

Заготавливают листья в июне — июле, сразу после цветения, обрывая черешки, и сушат в тени под навесом или в проветриваемом помещении, расстелив тонким слоем.

Вербейник обыкновенный. *Lysimachia vulgaris* L. Семейство первоцветных.

Многолетнее растение до 100 см высоты. Стебель прямой, ветвистый, четырехгранный, с супротивными или мутовчатыми продолговато-ланцетными листочками. Стебель и листья с нижней стороны опушены. Цветки ярко-желтые, мелкие, колокольчатые, собраны в метелку. Цветет в июне — июле. Плод — коробочка.

Распространен в лесной и лесостепной зонах Западной и Восточной Сибири, а также на острове Шикотан. Растет на сыроватых поемных лугах, в сырых лесах, по болотистым берегам рек и озер, на болотах.

В народной медицине настой травы применяют против поносов, при желтухе, цинге, судорогах, общей слабости, при кровохарканье и кровотечениях (столовую





Вербейник обыкновенный.

ложку травы настаивают 3 часа в стакане кипятка, пьют по 2 столовые ложки 3 раза в день до еды. Второй способ употребления: 2 столовые ложки травы настаивают несколько дней в стакане водки, принимают по 20 капель на рюмку воды 3 раза в день до еды). Настои обладают антисептическим, вяжущим, желчегонным, тонизирующим, ранозаживляющим свойствами. Измельченные свежие листья прикладывают к кровоточащим ранам, при носовых кровотечениях закладывают листья в нос. При ревматизме, воспалительных процессах суставов, кожи, при опухолях, сильных ушибах делают при-

парки из травы. Водным настоем растения полощут рот. Используется в гомеопатии.

Вероника беловойлочная, седая. *Veronica incana* L. Семейство норичниковых.

Многолетнее травянистое растение до 40 см высоты. Стебель прямой, листья супротивные, яйцевидно-продолговатые и ланцетные. Стебель и листья с серо-зеленым опушением. Цветки ярко-синие, собраны в одиночные колосовидные кисти. Цветет в мае — июле.

Распространена в южной части лесной, в лесостепной и в степной зонах Западной и Восточной Сибири. Встречается в сухих сосновых борах, в степных кустарниковых зарослях, в ковыльно-типчаковых и разнотравно-типчаковых степях.

Химический состав мало изучен. Известно, что растение содержит каротин, гликозид аукубин (ринатин), аскорбиновую кислоту, следы алкалоидов.

В народной медицине водный настой травы используют против головных болей, ревматизма, хронических кожных болезней, при простуде, кашле, астме, туберкулезе легких, болезнях почек, мочевого пузыря. Чайную

ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка, пьют по подстакану 4 раза в день за час до еды.

Свежие листья употребляют против потливости ног, прикладывают к ранам для быстрого их очищения и за-  
растания.

Ваннами из водного настоя травы лечат грибковые за-  
болевания кожи, угри, зудящие сыпи, ожоги и раны.

Траву заготавливают во время цветения растения.

Кроме этого вида в народной медицине применяют для лечения аналогичных заболеваний также другие ви-  
ды: вероника длиннолистная *Veronica longifolia* L., распространенная по всей Сибири, и вероника дубравка *Veronica chamaedrys* L., распространенная в лесостепной зоне Западной Сибири. Настой последней принимают против одышки. Запасы сырья первых двух видов довольно значительны.

Водяника черная, вороника, шикша, дорогая трава. *Empetrum nigrum* L. Семейство водяниковых.

Мелкий стелющийся кустарничек высотой от 20 до 100 см с тем-  
но-бурыми ветвями, с вечнозелеными маленькими листочками. Цвет-  
ки мелкие, двудомные, одиночные или по 2—3 в пазухах листьев. Цветет в мае — июне. Плоды — черные ягоды, съедобные. Растение может жить до 100 лет.

Широко распространена в полярно-арктической, тундровой и лес-  
ной зонах Западной и Восточной Сибири, гольцовом поясе гор Юж-  
ной Сибири, на Дальнем Востоке, включая Камчатку и Курильские  
острова. Растет на торфяных болотах, в сырых лесах, мохово-лишай-  
никовых и каменистых горных тундрах.



Водяника черная.



Растение содержит дубильные вещества, флавоноиды, андромедотоксин, бензойную и аскорбиновую кислоты, микроэлементы и т. д.

В народной медицине ценится лишь гольцовая форма. Водочную настойку или отвар травы используют при головных болях, общем утомлении, параличах и как противочинготное средство. Действует успокаивающе на центральную нервную систему. В Забайкалье ванны из травы применяют для лечения параличей (Сергиевская, 1940).

В тибетской медицине растение используют при заболеваниях почек и против сибирской язвы (Телятьев, 1969).

Собирают надземную часть растения летом (лучше во время цветения), ветви сушат в тени на воздухе или в хорошо проветриваемых помещениях.

Водяной орех, рогульки, чилим. *Tapa natans* L. Семейство рогульковых.

Однолетнее реликтовое растение, растущее на озерах и старицах, вымирающий вид. Стебель высотой до 3 м. Листья двух родов. Подводные — супротивные, линейные, при их основании образуются корни. На поверхности воды листья ромбические (напоминают листья березы), на длинных черешках, собраны в мутовку. Цветки белые, поднимаются утром из воды и раскрываются днем, а вечером опускаются под воду. Цветет в мае — июне. Плоды — «рогульки», в зрелом виде черные, напоминающие якорь с крючковидными колючками, благодаря которым семена, опадая осенью на дно водоема, закреп-



Водяной орех.

ляются в грунте и прорастают на следующую весну. Из плодов одновременно развиваются корень и стебель. Такой стебель выносит на поверхность водоема листовую розетку, в пазухах плавающих листьев которой развиваются цветы и плоды. Вначале растение питается за счет дополнительных корней, развивающихся у основания подводных листьев, затем отрывается от грунта и становится плавающим.

Плоды содержат до 50% крахмала, белки, жиры, сахар, витамины.

В народной медицине водяные орехи применяют как стимулирующее половую деятельность (афродизиагическое) и мочегонное средства. Их рекомендуют при дизентерии и даже при укусах ядовитых животных.

Плоды съедобны, употребляются в пищу в сыром и вареном виде в южных районах Азии (Индии, Китае, Тибете). С 1 га водной поверхности можно собрать до 4 т ореха.

Принимаются меры к искусственному разведению. Необходимо изыскать способы наиболее рационального использования и сохранения этого редкого и ценного растения. Важно и дальнейшее изучение его химического состава и биологического действия.

Водяной перец, горец перечный. *Poligonum hydriper* L. Семейство гречишных.

Однолетнее травянистое растение до 60 см высоты с ползучим корневищем. Листья продолговато-ланцетные, узкие, краснеющие к осени. Цветки невзрачные, зеленовато- или беловато-розовые, в узких прерывистых поникших кистях. Плод — матовая трехгранная семянка. Отличительная особенность растения — жгучий горький вкус.

Распространен в лесной и лесостепной зонах равнинной и горной части Западной и Восточной Сибири, на Дальнем Востоке, в Северной Корее, Китае, Индии. Растет на болотистых лугах, по берегам рек и озер, на окраинах дорог, в сырых канавах.

Водяной перец содержит гликозид полигониперин, стимулирующий сокращение матки, рутин, кверцетин, изофлавоноиды и другие флавоноловые гликозиды, филлохинон, органические кислоты, дубильные и азотнокислые вещества, аскорбиновую кислоту.

В научной медицине применяется жидкий экстракт водяного перца как маточное средство, действующее аналогично спорынье, но несколько слабее, а также при внутренних кровотечениях и кровотечениях из кишечника. Экстракт входит в состав противогеморроидальных све-



чей (анестезол). Есть указания об эффективном действии препарата перца при поносах.

В народной медицине водяной перец издавна применяют при различных кровотечениях, язве желудка и малярии (столовую ложку травы настаивают в стакане кипятка в закрытой посуде и пьют по столовой ложке 3 раза в день до еды). Наружно траву применяют как болеутоляющее средство при разных кожных заболеваниях (сыпях, ранах, абсцессах, а также «диком мясе»).

*Препараты водяного перца противопоказаны при заболеваниях почек и мочевого пузыря.*

Собирают надземную часть растения в июле — августе и сушат в хорошо проветриваемом помещении.

**Володушка.** Семейство зонтичных.

В Сибири встречается более 10 видов володушки.

Лекарственное значение имеют три вида: володушка золотистая, козелецелистная и многожилчатая.

За последние двадцать — двадцать пять лет они стали предметом интенсивных фармакологических и клинических исследований в качестве желчегонного средства. По предложению В. В. Ревердатто и проф. Л. П. Сергивской эти виды были изучены фармакогностически и фармакологически в Томском медицинском институте. В них найдены флавонолы — кверцетин, рамнетин, рутин, изокверцетин; обнаружены сапонины, алкалоиды, дубильные вещества и значительное количество аскорбиновой кислоты (содержание которой увеличивается в растениях по мере возрастания абсолютной высоты местности), в небольшом количестве присутствуют каротин и фитонциды.

Установлено желчегонное и сокогонное действие настоев травы на желудок, поджелудочную железу и печень. Получены хорошие результаты при лечении холециститов, ангиохолитов и гепатитов. Наилучший клинический эффект дала володушка золотистая (Д. Д. Яблочкин).

**Володушка золотистая.** *Bupleurum aureum* Fisch.

Многолетнее травянистое растение с горизонтальным корневищем. Стебель прямой, обычно одиночный, простой или слегка ветвистый в верхней части, достигает 120—150 см высоты. Прикорневые и нижние стеблевые листья продолговато-обратнояйцевидные или продолговатые, средние стеблевые — сидячие, яйцевидные, верхние мелкие и относительно более широкие, ярко-зеленые. На нижней

стороне листьев — сизоватый налет. Цветы желтые, с золотистым оттенком, собраны в крупные зонтики. Плоды с сильно выдающимися крылатыми разрезами.

Распространена на Урале, в Западной и Восточной Сибири, в южной половине лесной, в лесостепной зонах, в горнолесном поясе и на субальпийских лугах Алтая, Саян. Растет в негустых темнохвойных и березовых лесах, на их опушках, лесных лугах, по берегам речек.

Особенно много в бассейне р. Чулым (Томской области), в северной части Новосибирской, а также Кемеровской области, в Горно-Алтайской автономной области и в Алтайском крае. Встречается на юге Тюменской, в Курганской, Челябинской, Семипалатинской областях и Целинном крае. На востоке ареал доходит до Забайкалья.

В народной медицине Сибири настой или отвар травы применяют как слабительное, от лихорадки, при нервных болезнях, как желчегонное и стимулирующее средство. Листья прикладывают к резаным ранам для их быстрого заживления. Отвар или настой из свежесобранного растения более эффективен, чем из сухого.

Водный настой готовят следующим образом: столовую ложку резаной травы заливают стаканом кипятка, настаивают 2 часа, процеживают и принимают по полстакана 3 раза в день перед едой в течение 15—20 дней. Водочную настойку (10:100) принимают по 25 капель 3 раза в день до еды (Шасс, 1952).

Траву (надземную часть) заготавливают летом во время цветения в июне — июле, аккуратно срезая ножом стебли и оставляя корневища для возобновления. Сушат в тени под навесом. Хранят в крапивных или крафт-мешках.

Продуктивность травостоя и запасы володушки золотистой в условиях Северо-Восточного Алтая изучал Ю. П. Суров (1967). По его данным, на площади эффективного сбора запас вегетативной массы (с соцветиями) составляет 1,5 тыс. т (или 450 т в воздушно-сухом состоянии). Наиболее высокая продуктивность володушки отмечена в черневом подпоясе (420 кг/га). Володушка широко распространена в верхней половине субальпийского пояса на лугах и в разреженных кедровниках. Здесь ее продуктивность составляет 190 кг/га. Как видно из этих материалов, в Северо-Восточном Алтае имеется сырьевая база для организации заготовки травы володушки золотистой для нужд фармацевтической промышленности.

Володушка — козелецелистная. *Bupleurum scorzonerifolium* Willd.





Володушка козелецелистная.

Многолетнее травянистое растение с простым вертикальным корнем и прямым стеблем, до 55 см высоты. Листья зеленые, плоские, ланцетовидные или линейно-ланцетовидные, постепенно суживающиеся к концам. На листьях резко выделяются 5—7 жилок, придающих листку жесткость. Цветки желтые, собраны в мелкие зонтики.

Распространена в степной зоне Красноярского края (в Хакасии), в Восточной Сибири, в Амурской области и Приморском крае. Заходит в Северную Монголию. Встречается на сухих склонах и скалах, горных лугах.

Назначение и применение аналогичное с володушкой золотистой. *Противопоказана при желчнокаменной болезни.*

Траву заготавливают во время цветения в июне—июле. Сушат в тени.

Володушка многожилчатая, многонервная. *Vuplegium multinerve DC.*

Многолетнее травянистое растение до 70 см высоты. Прикорневые и нижние стеблевые листья с 5—7 жилками, ланцетные или линейно-ланцетовидные. Средние и верхние стеблевые листья в 2—4 раза короче нижних, сидячие, ланцетовидные и длиннозаостренные.

Цветки желтые, собраны в зонтики. Плоды овальные.

Распространена в южной части лесной, в лесостепной, степной зонах, субальпийском поясе Западной и Восточной Сибири. Растет на степных лугах, окраинах лесов, нередко на каменистых склонах.

Применяют настой травы при болезнях печени и желчного пузыря, лихорадящих инфекционных заболеваниях, головокружениях, головной боли и как тонизирующее средство (3 чайные ложки травы настаивают 4 часа в стакане кипятка и пьют по полстакана 3 раза в день до еды в течение 20—25 дней). Наружно настой травы употребляют для обмывания кожи при зудящих сыпях и гнойничковых поражениях.

Для лечебных целей собирают надземную часть растения во время цветения (в июне — июле) и сушат в тени на открытом воздухе или в хорошо проветриваемом помещении.



Волoduшка многожилъчатая.

**Волчеягодник обыкновенный, волчье лыко.**  
*Daphne mezereum* L. Семейство волчниковых.

Невысокий маловетвистый кустарник с желтовато-серой, легко сдирающейся корой. Стебель прямой до 150 см высоты. Листья очередные, темно-зеленые, с синеватым оттенком. Цветки темно-розовые, ароматные, распускаются до появления листьев в апреле — мае. Плоды — продолговато-овальные ярко-красные ягоды. Медонос. Растение ядовито. Несколько ягод могут вызвать тяжелое отравление.

Распространен в Западной и Восточной Сибири, а также в лесной зоне европейской части СССР и на Кавказе.

Кора содержит гликозид дафнин, смолу; ягоды — гликозид коккогнин.

В народной медицине и гомеопатии спиртовую настойку коры и ягоды применяют как наружное средство





при ревматических болях, подагре, невралгии, параличах и для ускорения созревания нарывов.

Следует предупреждать детей, что прикасаться к этому растению нельзя. При отравлении ягодами — противоядие морфия, давать глотать лед и слизистые отвары.

Кору собирают весной, плоды — после созревания.

---

Волчегодник обыкновенный.

Растение заслуживает дальнейшего фармакологического изучения.

Воронец колосовидный, воронец черный, медвежья трава. *Actaea spicata* L. Семейство лютиковых.

Многолетнее травянистое ядовитое растение с корневищами, усаженными длинными толстыми мочками и прямостоячими стеблями до 70 см высоты. Листья крупные, трижды тройчатые, темно-зеленые, снизу более светлые. Цветки мелкие, белые, собраны в короткую кисть. Цветет в конце мая — июне. Плоды — черные блестящие, ягоды с неприятным запахом.




---

Воронец колосовидный.

Реликтовое растение, сохранившееся в черневых лесах Салаира, Горной Шории и Северо-Восточного Алтая от доледникового периода.

Установлено положительное действие препаратов воронца как седативного (успокоительного) сердечно-сосудистого и противомаларийного средств. По сообщению Е. Ю. Шасса (1953), имеется несколько случаев выздоровления неоперабельных заболеваний рака желудка травой и плодами воронца.

В народной медицине и гомеопатии издавна применяется для лечения астмы, малярии, ревматизма, зоба, кожных заболеваний и рака желудка.

Растение заслуживает всестороннего дальнейшего изучения и принятия особых мер по сохранению вида путем создания целевых заказников и разработки приемов рационального использования и восстановления запасов.

Воронец красный. *Actaea erythrocarpa* Fisch. Семейство лютиковых.

Сходное с предыдущим многолетнее травянистое растение. Отличается лишь более светлыми листьями и красными (реже белыми) овальными ягодами, собранными в кисть.

Встречается в лесной зоне Сибири, на Камчатке, Сахалине, в Приморском и Хабаровском краях. Растет в темнохвойных, березовых и сосновых лесах.

Химический состав не изучен.

В народной медицине отвар травы применяют как стимулирующее средство при общей слабости, при сердечных и головных болях, женских заболеваниях (Уткин, 1931).

Заслуживает дальнейшего изучения и разработки приемов рационального использования.

Вороний глаз. *Paris quadrifolia* L. Семейство лилейных.

Многолетнее травянистое растение с длинным ползучим корневищем, прямостоячим стеблем с мутовкой из 4—5 обратнояйцевидных листьев в верхней его части. В центре мутовки расположен цветонок, из которого образуется плод — черная с сизоватым налетом ягода. Цветет в мае—июне.

Растет в тенистых таежных лесах и оврагах в южной части лесной зоны Западной и Восточной Сибири.

Содержит гликозиды, действие которых сходно с гликозидами наперстянки, алкалоиды и ядовитый сапонин.

В народной медицине применяется при головных болях, головокружении, сонливости, невралгии, мигренях,



бронхите, ревматизме и расстройствах пищеварения. В гомеопатии — при некоторых психических расстройствах и глазных болезнях.

Растение заслуживает фармакологического изучения. Запасы сырья довольно значительны.

Гвоздика - травянка, полевая. *Dianthus deltoides* L. Семейство гвоздичных.

Травянистый многолетник до 45 см высоты. Листья линейные, супротивные, сидячие, волосистые. Цветки темно-розовые с поперечными темными полосками и белыми пятнышками, края лепестков зубчатые. Цветет в июне—августе. Плод — коробочка.

Распространена в южной части лесной зоны в Западной и Средней Сибири, а также в Приморском крае. Растет на лугах, в разреженных лесах, на опушках.

Все растение (особенно корни) содержит специфический алкалоид, сапонины, каротин и аскорбиновую кислоту.

Препараты гвоздики обладают сильным маточным действием и способны возбуждать и повышать тонус гладких мышц матки, не вызывая местных раздражений и побочных вредных явлений. Сходным действием, по данным ВИЛР, обладают препараты и настой травы гвоздики пышной — *Dianthus superbus* L. Как отмечает Е. Ю. Шасс (1952), препараты гвоздики показаны при атонии матки, послеродовых кровотечениях, метроррагии (чайную ложку на стакан воды по столовой ложке 3 раза в день).

В народной медицине настой травы применяют как кровоостанавливающее средство при маточных кровотечениях, противовоспалительное и обезболивающее средства. Наружно настой используют для лебечных ванн и обмываний при золотухе (Уткин, 1931).

Траву собирают во время цветения и сушат в тени. Гвоздики заслуживают дальнейшего изучения.

Герань луговая. *Geranium pratense* L. Семейство гераниевых.

Многолетнее травянистое медоносное растение до 120 см высоты. Листья семирассеченные. Стебель в верхней части липкий, что препятствует продвижению ползающих насекомых к цветкам. Цветки лилово-синие, с пятью раздельными лепестками, собраны в полузонтики. Цветет с июня до сентября, хотя каждый цветок держится всего 2 дня.

Широко распространена в лесной, лесостепной и степной зонах Западной, Средней и Восточной Сибири, а также в Тибете и Северном Китае.

Растение богато дубильными веществами, в цветках обнаружены 16% танидов, в листьях — эфирные масла, аскорбиновая кислота и каротин. Корни обладают сильными вяжущими свойствами.

Народная медицина применяет настой из травы при поносах, дизентерии, болезни почек, ревматизме, подагре, как хорошее кровоостанавливающее и растворяющее камни в почках средство (2 чайные ложки настаивают 8 часов в 2 стаканах холодной кипяченой воды. Пьют глотками, несколько раз в день). Распаренной измельченной травой сводят сухие мозоли.

Собирают траву во время цветения, аккуратно срезая стебли и сохраняя корневища. Сушить следует быстро в тени. Запасы сырья значительны. Растение заслуживает дальнейшего изучения.

Голубика, пьяница. *Vaccinium uliginosum* L. Семейство брусничных.

Ягодный кустарник до 100 см высоты с темно-зелеными овальными или обратнойцевидными листьями, снизу голубоватыми, опадающими на зиму. Цветки белые или розовые, мелкие, на поникающих цветоножках. Цветет в июне—июле. Ягоды созревают в августе—сентябре.

Широко распространена в северной полосе СССР, на Кавказе, в Сибири и на Дальнем Востоке. Растет на сырых местах, опушках хвойных и лиственных лесов, на торфяных болотах.

Ягоды содержат сахара (фруктозу, глюкозу), лимонную, яблочную, никотиновую и аскорбиновую кислоты, вещества Р-витаминного действия (флавоноиды), каротин, дубильные и пектиновые вещества. В листьях найден гликозид арбутин и флавоноиды.



Герань луговая





Голубика.

Издавна ценится как противоглистное и противодизентерийное средства. В народной медицине отвар листьев пьют как слабительное. Отвар веток с листьями пьют при болезнях сердца. Сок из свежих ягод — хорошее укрепляющее средство и приятный освежающий напиток. Сибирское население широко использует ягоды голубики для приготовления киселей, варенья, морса. Ягоды собирают специальными скребками и сушат в тени или сушилках при температуре до 40°.

Горец змеиный, змеевик, раковые шейки, горлянка, сердечная трава. *Polygonum bistorta* L. Семейство гречишных.

Многолетнее травянистое растение до 80 см высоты. В наиболее благоприятных условиях достигает 140 см. Корневище змеевидное, оранжево-розовое, стебли прямые, голые. Листья гладкие, снизу с сизым оттенком, прикорневые на довольно длинных черешках, редкие; стеблевые листья более мелкие, узкие, почти сидячие. Цветки бледно-розовые, собраны в соцветие в виде крупного колоска. Цветет в июне — августе. Плод — трехгранный орешек.

Встречается в лесной и лесостепной зонах Сибири. Растет на лугах, болотах, сырых лесных опушках, в поймах рек в равнинной части и в горах, поднимаясь выше границы леса.

Корневища содержат до 25% дубильных веществ, галловую и эллаговую кислоты, крахмал, белки, глюкозу, пигменты, щавелевокислый калий, микроэлементы хром, марганец, железо, алюминий.

В медицине применяется сильное вяжущее действие препаратов горца змеиного. Жидкие экстракты, отвар и препарат из корневища бистальбин назначают при расстройствах кишечника. Экстракт или отвар корневища в смеси с ольховыми шишками, лапчаткой, кровохлебкой

или конским щавелем входит в состав желудочных вяжущих сборов. Есть указания о кровоостанавливающем и противовоспалительном действии препаратов корневища. Отвар корневища иногда рекомендуют для смазывания воспаленной оболочки рта, особенно десен, и для промывания ран.

В народной медицине отвар корневища рекомендуют при расстройствах кишечника, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, обильных менструациях, желудочных кровотечениях, воспалении желчного и мочевого пузырей (столовую ложку измельченных корневищ кипятят 20 минут в стакане воды, настаивают полчаса и пьют по столовой ложке 3 раза в день за полчаса до еды). Наружно отвар змеевика применяют для примочек к кровоточащим ранам, полоскания рта при воспалении слизистой оболочки и разрыхлении десен, спринцеваний при белях. Для отвара берут в этом случае 3 столовые ложки корневищ.

Продуктивность горца змеиногo (по запасам корневищ), в зависимости от конкретных мест произрастания и климатических условий года, колеблется от 800 до 1000 кг сухого веса на гектар. В Горно-Алтайской автономной области запас сырых корневищ достигает 10000 кг/га, а вес одного корневища — 80 г. По данным Ю. П. Сурова, запасы корневищ горца змеиногo в Горно-Алтайской области на продуктивных разнотравно- и крупнотравно-осоковых лугах составляют около 190 т. При периоде эксплуатации, равном 10 годам, годовой объем заготовки может составить 19 т.

Заготавливать корневища лучше всего осенью после отцветания до начала увядания растения, выбирая только крупные, хорошо развитые экземпляры и оставляя мелкие для восстановления запасов.

Корневища промывают в холодной воде, очищают от мелких корней, хорошо просушивают в тени и хранят в сухом месте в мешках или ящиках.

**Горечавка.** Семейство горечавковых.

Однолетние или многолетние травянистые растения этого рода в Сибири встречаются рассеянно и представлены свыше чем 30 видами. Многие из них издавна применяются в народной сибирской, а также в традиционной тибетской медицине при желудочных и легочных заболеваниях, а некоторые виды — как тонизирующие и



противосклеротические средства. В научной медицине известно успешное применение горечавки желтой, растущей в горах Закарпатской Украины, запасы которой почти исчерпаны. Эту горечавку теперь культивируют в ряде мест. В Сибири имеются виды горечавок, которые обладают аналогичными с горечавкой желтой свойствами, и их введение в фармакопею было бы крайне полезно. Ниже дана характеристика наиболее интересных и перспективных сибирских видов горечавок.

Горечавка алтайская, крупноцветковая. *Gentiana altaica* Laxm.

Многолетнее травянистое растение с ползучим, ветвистым корневищем и многочисленными низкими стеблями (до 4—5 см), основания которых расположены розетки прикорневых ланцетовидных листьев. Цветки крупные (до 5—6 см), бакаловидные, темно-синие, расположены на верхушках стеблей. Цветет в мае—июле.

Распространена в гольцевом поясе на Алтае, в Саянах, по Танну-Ола, Хамар-Дабану, в Прибайкалье и Забайкалье, в Сауре и Тарбагатае, а также Северной Монголии.

Применяется в тибетской медицине, где входит в сложные составы тонизирующих и противосклеротических средств.

Горечавка бородатая. *Gentiana barbata* Froel.

Двулетнее травянистое растение с розеткой прикорневых листьев и одиночными синими, довольно крупными цветками. Цветет с половины июня до половины августа.

Распространена на юге лесной зоны по лесным лугам, берегам рек и на опушках, а также в северной части лесного пояса в Западной и Восточной Сибири и в Средней Азии.

Надземная часть растения применяется в народной тибетской и китайской медицине в составе желудочных средств при острых и хронических инфекциях, а также в отварах при малярии (Гусева, 1966).

Траву заготавливают во время цветения.

Горечавка крупнолистная, казак-травя, *Gentiana macrophylla* Pall.

Многолетнее травянистое растение с толстым корневищем и розеткой крупных прикорневых листьев. Цветки темно-синие, собранные в мутовки, сидят на верхушке стебля и в пазухах верхних листьев. Цветет с половины июня до половины августа.

Распространена в южной половине лесной зоны и в горнолесном поясе, в разреженных лесах, на опушках в Западной, Восточной Сибири и на Дальнем Востоке.

Надземная часть растения применяется в русской народной и тибетской медицине в составе лекарств при за-

болевании верхних дыхательных путей — трахите и ларингите (Гусева, 1966), листья в свежем виде прикладываются к нарывам и порезам (Сергиевская, 1940).

Горечавка легочная, синий зверобой. *Gentiana pneumonanthe* L.

Многолетнее травянистое растение с прямым стеблем до 60 см высоты. Листья супротивные, узкие, линейные. Цветки ярко-синие, колокольчато-воронковидные, обычно по одному на верхушке стебля и в пазухах верхних листьев. Цветет в июле—августе.

Распространена в южной части лесной и в лесостепной зонах Западной и Средней Сибири. Растет на опушках березовых и сосновых лесов, на суходольных и пойменных лугах.

Растение содержит алкалоид генцианин, гликозид генциопикрин, листья богаты аскорбиновой кислотой; в корнях есть генцианин.

В народной медицине издавна применяют отвар всего растения, собираемого во время цветения, при заболеваниях нервной системы, упадке сил, обмороках, болях в желудке. Употребляют и отвар корневищ и корней (чайную ложку резаных корней на стакан воды кипятить 10 минут и принимать по полстакана 3 раза в день за полчаса до еды).

Заготавливают корневища осенью, после увядания надземной части, быстро режут и сушат в тени.

Горечавка луговая. *Gentiana amarella* L.

Однолетнее растение с прямым стеблем, яйцевидными листьями и метельчатыми соцветиями лиловато-фиолетовых цветов. Цветет в июле и первой половине августа.

Распространена в южной части лесной и в лесостепной зонах Западно-Сибирской равнины, а также в горнолесном поясе и в островных степях Алтая, в Красноярском крае и Восточной Сибири. Растет в редких березовых и лиственничных лесах и на их опушках.

Применяются отвары из травы от малярии, кроме того, употребляется как жаропонижающее средство (Сергиевская, 1940).

Горечавка перекрестнолистная, соколий перелет. *Gentiana cruciata* L.

Многолетнее травянистое растение с розеткой прикорневых листьев и прямым круглым стеблем (высотой 15—30 см). Некрупные синие цветы сидят в плотном головчатом соцветии на верхушке стебля и в пазухах верхних листьев. Цветет в июле—августе.

Распространена в Западной Сибири в зоне сосново-березовых лесов и в лесостепной на лугах, в березовых колках и редких лесах.

В корневищах и корнях обнаружены алкалоид генцианин, гликозиды генциопикрин и гентизин, красящие



вещества, эфирное и жирное масла. В листьях — горькие вещества и аскорбиновая кислота. Растение слабо ядовитое.

Препараты горечавки перекрестнолистной применяют наряду с горечавкой желтой. Препараты из корней и корневищ рекомендуют для улучшения аппетита, при нарушениях пищеварения, запорах и как желчегонное. Принимают настойку, отвар или водный настой корней (4 : 200) по четверти стакана в день за полчаса до еды.

Собирают корневища и корни осенью (в сентябре — октябре), моют в холодной воде и сушат на воздухе в тени, а затем досушивают в сушилке при температуре не выше 50°.

Горечавка шероховатая. *Gentiana scabra* Bge.

Многолетнее травянистое растение с мощной корневой системой и округлым шероховатым стеблем. Листья яйцевидные, цветки синие, сидячие в пазухах верхних листьев.

Распространена в Восточной Сибири и на Дальнем Востоке. Растет на сырых кочковатых лугах, среди кустарников, по травяным болотам.

Корневище и корни содержат от 2 до 7% гликозида генциопикрина, алкалоид генциамин, пектиновые вещества, жирное масло, аскорбиновую кислоту. По химическому составу горечавка шероховатая схожа с горечавкой желтой.

Разрешена к применению в медицине (Телятьев, 1969). Ее препараты принимают внутрь в виде порошков, густого экстракта и настойки при расстройствах пищеварения. Она входит в состав горьких настоек и аппетитных сборов.

В народной медицине наряду с корнем применяют также надземную часть растения как аппетитное и противомаларийное средство.

Заготовку корневищ и корней производят осенью, их режут на куски и быстро высушивают при температуре 50—60°.

Горичник Морисона, адамово ребро. *Peucedanum morissonii* Bess. Семейство зонтичных.

Многолетнее травянистое растение с массивным редькообразным корнем. Стебли одиночные или малочисленные (3—4), умеренно ветвящиеся, высотой 120—150 см. Прикорневые листья тройчатоперистые, с длинными линейными сегментами. Стеблевые листья менее сложные с короткими черешками. Зонтики соцветий с мелкими желтыми цветками располагаются на концах стеблей и ветвей. Цветет

в июле—августе. Плоды — крупные эллиптические двухсемянки, созревающие в сентябре.

Распространен в лесостепной и степной зонах Западной Сибири и в Северном Казахстане. Растет на опушках и окраинах березовых колков, на межколочных полянах в Барабе, Северной Кулунде и Марининской лесостепи, а также на разнотравных, ковыльных равнинах и горных дерновиннозлаковых степях Алтайского края.

Химический состав изучен слабо. Растение содержит фурукумарин пеуцеданин.

В научной медицине применяются таблетки пеуцеданина, получаемого из корней некоторых видов горчичника как средство, усиливающее противоопухолевое действие тиофосамида для лечения злокачественных образований, а также витилиго (неравномерной пигментации кожи).

В народной медицине горчичник Морисона применяют для лечения эпилепсии, раковых заболеваний, простуды, головной боли, как мочегонное и улучшающее пищеварение средства.

Выявление естественных запасов горчичника, их разумное использование и сохранение имеют важное значение. В 1962 г. экспедиция ВИЛР под руководством В. Б. Куваева начала исследование запасов (возможных для ежегодной заготовки при использовании четвертой части общих запасов зарослей), которое было продолжено в 1963—1965 гг. экспедицией Сибирской зональной опытной станции под руководством Д. А. Пакална (1968). По подсчетам В. Б. Куваева, в зарослях Барабы, Северной Кулунды и Марининской лесостепи можно собирать ежегодно до 3 т корней (в сухом весе).

По данным Д. А. Пакална, валовой запас сырья в оптимальных районах заготовок составляет 3540 т, а распределение сырья по областям характеризуют следующие цифры (в тоннах):

Новосибирская	— 2400
Омская	— 620
Кемеровская	— 140
Алтайский край	— 90
Семипалатинская	— 80
Северо-Казахстанская	— 80
Восточно-Казахстанская	— 80
Кокчетавская	— 20

Остальные запасы (30 т) имеются в Горно-Алтайской автономной области, Курганской и Павлодарской обла-



стях (приблизительно по 10 т в каждой). Хотя выявленные запасы значительны и превышают современную потребность химико-фармацевтической промышленности, забота о сохранении этого важного растения для будущего уже теперь должна интересоваться и научные, и хозяйственные организации. Здесь должны найти место сочетание мероприятий по рациональному использованию растения с мерами быстрого восстановления. Среди последних заслуживает распространения проведенный Д. А. Пакалом опыт по посадке части корневища в образовавшиеся луники после выкопки растения горичника. Может быть, этим путем (посадкой корневищ) следует начать создавать семенные плантации на лучших участках, а затем приступить к посевам культур этого растения.

Помимо введения этого растения в культуру в ближайшие годы нужно создать заповедники и заказники горичника Морисона, используя для этого лучшие участки и популяции в Тогучинском, Черепановском, Искитимском районах Новосибирской области, а также в Омской, Северо-Казахстанской областях и Алтайском крае.

Корни горичника заготавливают весной или осенью. Очистив от земли и волокнистых остатков, нарезают на мелкие куски и сушат в тени на воздухе или в сушилках при температуре не выше 50—60°.

Горноколосник колючий, молодило, репка колючая, живучка, заячья капуста. *Umbilicus spinosus* DC. Семейство толстянковых.

Двулетнее растение, в первый год имеющее вид шаровидных лукович (розеток), состоящих из укороченного стебля и плотнослиженных мясистых продолговатых листьев, оканчивающихся колючками. Во второй год из центра растения вырастает стебель, оканчивающийся многоцветковой кистью с зеленовато-желтыми цветками. Цветет в июле—августе.

Распространен в горах по скалам и щебнистым склонам, а также в сухих степях по всей южной Сибири, встречается в лесостепной зоне на скальных обнажениях по берегам рек.

В надземной части растения много яблочной кислоты и микроэлементов.

В народной медицине свежее растение прикладывают к геморроидальным шишкам и мозолям, порезам, ссадинам. Соком листьев смазывают ожоги, укусы пчел и летние прыщи. Настой травы применяют внутрь от эпилепсии.

Кисловатые толстые листочки молодых растений употребляются в пищу, особенно детьми.

Гравилат городской, гвоздичный корень.  
*Geum urbanum* L. Семейство розоцветных.

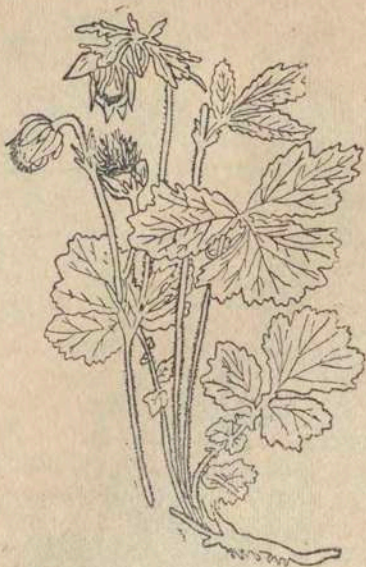
Многолетнее травянистое растение с голым, ползучим многоглавым красно-бурым корневищем, от которого отходит полый прямой стебель до 60 см высоты, покрытый коротким пушком и редкими длинными и тонкими волосками. Листья очередные, трехраздельные, пальчатые с приросшими к черешку прилистниками. Цветки мелкие, одиночные, светло-желтые, на длинных и тонких цветоножках. Цветет с мая до августа. Плоды — сборные цепкие семянки.

Распространен в лесной зоне Западной Сибири, а также в европейской части СССР. Растет на лесных лугах, опушках, в рощах, между кустарниками, в оврагах, около дорог.

Растение содержит эфирное масло с запахом гвоздики, в состав которого входит большое количество эвгенола, дубильные вещества (до 30%), гликозид геин, каротин, аскорбиновую кислоту, смолы, флавоноиды.

Лечебное применение гравилата в первую очередь обусловлено эвгенолом, применяемым в медицине как сильное антисептическое средство, оказывающее на кожу и слизистые оболочки местное раздражающее, прижигающее и анестезирующее действие, и дубильными веществами.

В народной медицине водные настои гравилата используют как вяжущее и противовоспалительное средство, при различных заболеваниях желудочно-кишечного тракта сопровождаемых повышением температуры, при метеоризме, кишечных коликах, рвоте, раздражающем кашле, заболеваниях печени и желчного пузыря, малярии, различных кровотечениях (столовую



Гравилат речной.



ложку травы или корневищ с корнями настаивают 2 часа в стакане кипятка в закрытом сосуде и пьют по полстакана 2 раза в день до еды). Настой травы применяют для полосканий при кровотечении из десен, воспалительных процессах в полости рта и горла и для промываний при белях. Иногда настой гравилата рекомендуют как успокаивающее средство. Молодые свежие листья употребляют в пищу в качестве витаминного салата.

Корни и корневища заготавливают поздней осенью, надземную часть — во время цветения растения и сушат в тени на открытом воздухе.

В южной части лесной и в лесостепной зонах Западной, Средней, Восточной Сибири и на Дальнем Востоке распространен гравилат прямой (аллепский) *Geum alepicum* Iacq., а по берегам рек и на сырых лугах в Западной Сибири (включая нижние склоны гор Алтая) — гравилат речной (приручейный) *Geum rivale* L.

По химическому составу эти виды близки к гравилату городскому.

По данным Л. А. Уткина и Л. П. Сергиевской, гравилат прямой применяют как вяжущее, противолихорадочное, кровоостанавливающее, общеукрепляющее средство, а также при головной боли, бессоннице, нервных болезнях.

Аналогично и применение гравилата речного (Верещагин, Соболевская, Якубова, 1959).

Грибы-дождевики. *Lycoperdon*. Класс базидиальных грибов.

Плодовые тела дождевиков овальной или шаровидной формы, свежие имеют белый цвет. Питаются грибы разложившимися органическими веществами. Развиваются с мая до ноября после дождей. Созревшие плодовые тела внутри образуют пылевидные серо-зеленые споры, напоминающие нюхательный табак.

Широко распространены на лугах, полях, пастбищах, в хвойных и лиственных лесах.

В плодовых телах есть лейцин, тирозин, эргостерин, липоиды и различные ферменты.

В народной медицине незрелые дождевики в виде отвара или настоя применяют как наружное средство, обладающее кровоостанавливающим, противовоспалительным и антисептическим действием. Споры используются в гомеопатии. Незрелые плодовые тела съедобны.

Грушанка круглолистная, *Pyrola rotundifolia* L. Семейство грушанковых.

Многолетнее травянистое растение с ползучим корневищем и ребристым безлистным стеблем 15—30 см высоты. Листья прикорневые, зимующие, кожистые, округлые с мелкими зубчиками по краям, на длинных черешках. Стебель заканчивается длинной цветочной кистью из 8—15 белых или красноватых мелких цветков. Цветет в июне—июле. Плод — пятигнездная коробочка.

Распространена в лесной зоне и горнолесном поясе по всей Сибири и на Дальнем Востоке.

Листья содержат арбутин и другие гликозиды, дубильные вещества, сахар, сапонины.

В народной медицине настой листьев рекомендуют при воспалительных процессах мочевого пузыря с гнойными выделениями, при хроническом воспалении мочевого пузыря и почек, водянке, воспалении предстательной железы (столовую ложку сухой травы настаивают 2 часа в стакане кипятка, процеживают и пьют по 1—2 ложки 3 раза в день). Кашицу из свежих листьев применяют для лечения труднозаживающих ран.

В западноевропейской медицине считается признанным мочегонным средством, используется также при лечении сахарного диабета. В тибетской медицине грушанку применяют при заболеваниях печени.

Листья собирают во время цветения растения и сушат в тени.

Девясил высокий, или Елены. *Inula helenium* L.  
Семейство сложноцветных.

Высокое (до 150 см) многолетнее травянистое растение с мясистым темно-бурым коротким корневищем и длинными толстыми корнями. Стебли прямые, угловатые, кверху косматые. Листья очередные, стеблевые, неравномерно-зубчатые, продолговато-яйцевидные, заостренные, покрыты снизу мягким бархатистым войлоком, сверху — жесткими волосками. Цветки желтые, в крупных пазушных корзинках, краевые язычковые, внутренние трубчатые. Цветет с июля по сентябрь. Плод — семянка.

Распространен в лесостепной и степной зонах равнинной части Западной Сибири и горнолесном поясе Алтая. Растет на влажных местах по берегам рек, по уремам, высокотравным лугам между кустарниками и в разреженных лесах.

Растение содержит эфирное масло, содержащее геленин (алантолактон), обладающий бактерицидными и противоглистными свойствами, горькое вещество алантопикрин, полисахариды инулин (до 44%) и инулен, немного алкалоидов, смолы, слизь, воск, токоферол.

Девясил — забытое лекарственное средство, интерес к которому в последнее время повысился. Препараты из



корней растения обладают отхаркивающим, противовоспалительным, мочегонным, желчегонным, кровоостанавливающим, бактерицидным и противоглистным (близким к сантонину) действием. В научной медицине девясил рекомендуют при бронхите с густыми выделениями и кашле в составе грудных сборов, при заболеваниях почек и печени в мочегонных сборах, иногда — при воспалительных процессах желудочно-кишечного тракта. Настойку травы девясила японского (*Inula japonica* Thunb.), распространенного на Дальнем Востоке, применяют для лечения геморроя.

Целебные свойства девясила известны с древности. Упоминания о нем есть в трудах Гиппократов. В древних Греции и Риме корневища употребляли в пищу, в средневековье — уже культивировали. В народной медицине девясил применяют от многих заболеваний: воспаления дыхательных путей, коклюша, малокровия, малярии, геморроя, головных болей, эпилепсии, колик и вздутия кишечника, припадков сердцебиения.

Его рекомендуют также как общеукрепляющее после болезни, при болезненных и нерегулярных менструациях, маточных кровотечениях, глистах, для профилактики преждевременных родов (чайную ложку корневищ и корней отваривают в стакане кипятка, настаивают 4 часа, пьют по столовой ложке 3—4 раза в день). Наружно отвар корневищ и корней (100 г на 1 л, настаивают 4 часа) применяют при кожных сыпях, сопровождающихся зудом, экземе, чесотке и трудно заживающих, но не мокнущих ранах и для полосканий при воспалении полости рта и десен. Девясил высоко ценится в тибетской и индийской медицине.

Наряду с девясилом высоким народная медицина использует девясил иволгистный (*Inula salicina* L.) и британский (*Inula britannica* L.), встречающиеся в Западной и Восточной Сибири. Водные настои их применяют при кровотечениях, поносах и как потогонное (столовую ложку травы настаивают час в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день перед едой).

Корневища и корни девясила выкапывают ранней весной или осенью, обмывают, нарезают на куски и сушат в тени или в сушилках при температуре не выше 40° С.

Донник лекарственный, желтый буркун, *Melilotus officinalis* L. Семейство бобовых.



Двулетнее травянистое растение до 100 см высоты. Корень белый, стержневой, ветвистый, с восходящими ветвистыми стеблями, почти круглыми в нижней части и слегка угловатыми вверху. Листья очередные, длинночерешковые, тройчатые, голые, с шиповидными цельнокрайными прилистниками. Листочки пиловидно-зубчатые, обратояйцевидные или ланцетные. Цветки неправильные, мотыльковые, желтые, мелкие, на коротких цветоножках, собраны в длинные пазушные кисти. Цветет с июня до осени. Плод — поперечно-морщинистый одно-, двухсемянный боб. Все растение душистое.

Встречается в южной части лесостепной и степной зонах Западной Сибири — Тюменской, Омской, Новосибирской областях и Алтайском крае, а также в Северном Казахстане. Растет на степных лугах, по опушкам в березняках, сосняках, на залежах, возле дорог.

В надземной части найдены гликозиды, при расщеплении которых образуется кумарин — бесцветные кристаллики с запахом свежего сена, цимарин, мелилотовая кислота и мелилотол, холин, дубильные вещества и аскорбиновая кислота. В загнивающем доннике образуется дикумарол (дикумарин), препятствующий свертыванию крови.

В научной медицине используется мягчительное, раздражающее и отвлекающее действие донника. Раньше из него готовили зеленый (нарывной и мозольный) пластырь; входит в состав мягчительных сборов (наряду с ромашкой и алтеем) для припарок.

Экспериментально установлено и клинически подтверждено, что кумарин обладает угнетающим действием на центральную нервную систему, а также противосудорожным. Из семян донника был впервые получен дикумарол, предложенный для лечения тромбозов (сейчас его получают синтетически).



Донник лекарственный



Старинное лекарственное средство, известное еще в праславянскую эпоху. В древнерусских летописях различные заболевания органов брюшной полости и подагра названы словом «дна»; растение, лечившее эти болезни, получило название донника<sup>1</sup>. В современной народной медицине донник рекомендуют при болях в кишечнике и мочевом пузыре, метеоризме, расстройстве менструаций, особенно в климактерический период; при воспалении яичников, по сообщению М. А. и И. М. Носалей, донник принимают в смеси с травой золототысячника и цветками мать-и-мачехи. Донник применяют также при бессоннице, повышенной возбудимости, неврастении, истерии, головной боли, меланхолии, припарки и компрессы из травы — при нарывах, фурункулах, затвердении молочных желез у кормящих женщин, ревматическом и подагрическом поражении суставов.

*Принимать донник можно только под контролем врача:* неправильная дозировка вызывает рвоту, сонливость и головную боль, а иногда — поражение печени и кровоизлияния.

Лекарственное сырье — трава без грубых стеблей, собранная во время цветения. Сушат в тени или в хорошо проветриваемом помещении. При хранении в закрытых стеклянных или металлических банках сохраняет лечебные свойства в течение 2 лет.

Дудник лесной, дягиль лесной, ангелика. *Angelica silvestris* L. Семейство зонтичных.

Двулетнее травянистое растение с толстым крепким корневищем и высоким гладким (блестящим) зеленовато-сизым стеблем, имеющим красные перехваты у места прикрепления листьев. Листья сложные дважды-, триждыперистые, со вздутым мешковидным влагалищем. Цветки белые, собраны в сложные слабовыпуклые щитковые зонтики, 7—15 см в поперечнике. Цветет в июле и первой половине августа. Плод — широкоовальная двусемянка.

Широко распространен в лесной и лесостепной зонах и нижней части горнолесного пояса по всей Сибири, начиная от Тюменской и Томской областей и кончая Якутией. Растет в негустых хвойных и лиственных лесах, в свежих сосновых борах, в урманах, на лугах, по берегам рек и ручьев.

Растение содержит эфирное масло, в состав которого входит валериановая кислота, фурукумарины, горькие и

---

<sup>1</sup> В. А. Меркулова. Очерки по русской народной номенклатуре растений. М., изд. «Наука», 1967.

дубильные вещества, аскорбиновую кислоту (последней особенно богаты листья). В плодах есть жирное масло.

Широко применяется в народной медицине. Отвар корня пьют при упорном бронхите, коликах в животе, сильных поносах. В последнем случае, как отмечает А. П. Попов (1939), он особенно эффективен в смеси с корнем аира и корой дуба, взятых в равных количествах (чайную ложку смеси на стакан кипятка, по полстакана 3 раза в день). Дягиль рекомендуют также при плохом аппетите, как мочегонное и дезинфицирующее средства. Раньше во время эпидемий холеры пили спиртовую настойку дудника и чеснока для профилактики заболевания. Ванны (50 г корневища на ведро воды) применяют при подагре, ревматизме, радикулите. Свежий сок капают на больной зуб для смягчения боли. Молодые цветonoсные стебли съедобны.

Запасы дудника значительны. Растение заслуживает всестороннего изучения.

Корневища выкапывают обычно весной.

Дурман обыкновенный, шальная трава. *Datura stramonium* L. Семейство пасленовых.

Однолетнее крупное растение с ветвистым веретенообразным корнем, прямым гладким стеблем и выемчато-зубчатыми, сверху темно-зелеными, снизу светло-зелеными листьями. Цветы крупные, белые, единичные, трубчатые. Цветет в июле — августе. Плоды — яйцевидные коробочки длиной 3—4 см, покрытые неравными шипами. При созревании раскрываются на четыре части. Семена матово-черные, сплюснутые. У растения сильный одурманивающий запах.

Встречается редко в лесной и лесостепной зонах Западной Сибири, в Омской, Кемеровской областях, Алтайском крае. Растет на пустырях, на огородах, близ жилья.



Дурман обыкновенный.



Растение содержит ядовитые алкалоиды — скополамин, атропин, гиосциамин. Особенно богаты ими плоды и семена. Все части растения ядовиты.

Препараты из листьев дурмана применяют в научной медицине как спазмолитическое средство при бронхиальной астме, невралгии, а также при всякого рода спазмах, приступах истерии, спастическом кашле, спастических нарушениях речи, повышенной половой возбудимости. Листья дурмана наряду с листьями белены и красавки, пропитанные раствором нитрата натрия, входят в состав противоастматического препарата астматол. *Препараты дурмана можно принимать только по назначению врача.*

В народной медицине рекомендуется как успокаивающее при бронхиальной астме, невралгии, судорогах, от упорного кашля, болезненной сонливости, половой возбудимости. Примочки из настойки семян дурмана применяют от воспаления глаз. По сообщению Л. П. Сергневской, дурман в смеси с травой адониса в Забайкалье рекомендуют при злокачественных опухолях желудка: коробочки дурмана с семенами толкут в ступке и добавляют измельченную траву адониса из расчета 4 г дурмана и 4 г адониса на стакан кипятка, настаивают полчаса в теплом месте и пьют по столовой ложке 3 раза в день перед едой. Иногда прием этой смеси чередуют с настоем подорожника (столовую ложку листьев на стакан кипятка).

Листья собирают в июле — августе, в фазе цветения растения, семена — осенью. *При сборе лекарственного сырья следует соблюдать осторожность и не прикасаться руками к глазам, носу, губам. После работы сразу же тщательно вымыть руки.*

Дурнишник обыкновенный. *Xanthium strumarium* L. Семейство сложноцветных.

Однолетнее травянистое растение серо-зеленого цвета с ветвистым стеблем и трехугольными слаботрехлопастными листьями. Все растение шершавоопушенное. Женские соцветия собраны пучками и расположены у основания черешков листьев. Мужские цветки в плотных шаровидных головках, расположены на концах ветвей над женскими. Цветет в июле и в первой половине августа. Плоды — овальные гладкие семечки, заключенные в твердую обертку.

Встречается как сорняк в южных районах Западной Сибири, Тувинской автономной области, в Забайкалье, в Приамурье, в Северном Казахстане, а также в Северной Монголии и Северном Китае.

В траве дурнишника много йода и, как сообщает В. Г. Минаева (1971), найдены флавоноиды, алкалоид и

аскорбиновая кислота, а в семенах и плодах — сапонины, ксантострумарин, смолы и значительное количество жирного масла.

Благодаря наличию йода настой или отвар травы успешно применяют в народной медицине для лечения заболеваний щитовидной железы (Попов, 1969). Отвар травы (столовую ложку травы на стакан кипятка, кипятят около 10 минут) принимают по стакану 3 раза в день. Используют его при поносах и дизентерии (отвар корня и семян), а также простудных заболеваниях. Свежий сок травы (в виде настойки) дают больным при крапивнице: детям от 2 до 10 капель, в зависимости от возраста, взрослым 15—20 капель на прием.

Кроме того, сок применяют для лечения экзем, лишая и разных грибковых поражений. Для этого растирают свежие листья дурнишника и смазывают полученной кашицей пораженные места. Зимой для лечения кожных болезней используют отвар листьев. Есть сообщение, что свежий сок облегчает состояние больных при некоторых формах рака (Балицкий, Воронцова, Карпухина, 1966).

Заготавливают надземную часть растения во время цветения, семена — в период созревания, корни выкапывают осенью. Сушат в тени, хранят в закрытых картонных или металлических коробках.

Растение заслуживает всестороннего исследования.

Душистый колосок, пахучеколосник. *Anthoxanthum odoratum* L. Семейство злаковых.

Многолетнее травянистое растение, высотой до 50 см, разрастаясь, дает дерновину. Стебли тонкие, с мягкими короткими линейными листьями. Соцветие колосовидное, желтовато-бурое, цветет с мая до августа включительно.

Распространен в лесной и лесостепной зонах равнинной и горной части Сибири. Растет на равнинных и горных лугах, в хвойных лесах близ верхней границы леса, особенно часто на Алтае, в Кузнецком Алатау и в Саянах.

Химический состав не изучен. Известно, что растение содержит кумарин.

В народной медицине водный настой или отвар надземной части растения пьют как успокаивающее, обезболивающее, снотворное и противорвотное средство, при туберкулезе легких и различных грудных болезнях. В немецкой народной медицине душистый колосок считается средством от бессонницы, головных болей, тошноты и ревматических болей.



Собирают траву во время цветения растения и сушат в тени.

Душица обыкновенная, душимянка. *Origanum vulgare* L. Семейство губоцветных.

Многолетнее травянистое растение с сильно ветвистым корневищем, выпускающим ежегодно по несколько стеблей. Стебли четырехгранные, прямые, опушенные, ветвящиеся в верхней части, до 60 см высоты. Листья черешковые, супротивные, заостренные, по краю мелкозубчатые, с точечными железками, снизу покрыты нежными волосками. Цветки мелкие, пурпурно-розовые, в щитковидной раскидистой многоцветковой метелке. Цветет с июля до сентября. Плод сухой, из четырех округлых орешков. Все растение ароматично.

Распространена в южной части лесной, лесостепной, а также степной зонах Западной, Средней и Восточной Сибири. Растет на открытых полянах, на лугах, между кустарниками в разреженных хвойных и березовых лесах, по опушкам, луговым склонам.

Содержит эфирное масло, в состав которого входят антисептическое вещество тимол, карвакрол, туйон, терпены, фитонциды, флавоновые, дубильные и горькие вещества, аскорбиновую кислоту.

Обладает успокаивающим действием на центральную нервную систему, потогонным, усиливает секрецию пищеварительных и бронхиальных желез и перистальтику кишечника. Фармакологически доказано ее глистогонное действие. Входит в состав грудного и потогонного сборов, назначаемых при бронхитах и коклюше, ревматизме и гриппозных состояниях, в состав сбора для полоскания горла (наряду с корнями алтея и корой дуба), иногда душицу рекомендуют при спазмах желудка и кишечника, для возбуждения аппетита, при пониженной секреции желудочного сока и атонии кишечника.

В средневековой официальной медицине душица занимала прочное место, ныне оттеснена более действенными средствами. В народной медицине траву душицы применяют при простудных заболеваниях, кашле, удушье, туберкулезе легких, болезнях желудочно-кишечного тракта, как средство, регулирующее менструации при их задержке, при болезненных менструациях, при повышенной половой возбудимости, заболеваниях печени и желчного пузыря, бессоннице, эпилепсии (чайную ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день). Настоем промывают раны и добавляют его в ванны при зудящих сыпях и экземах. Порошок из листьев нюхают при головной боли и насмор-

ке. Отваром моют голову при головной боли и бессоннице.

*Душица противопоказана беременным.*

Траву без одревесневших стеблей срезают во время цветения и сушат в темном, хорошо проветриваемом помещении, очищают от стеблей и хранят в плотно закрытых стеклянных банках. Сырье не теряет целебных свойств в течение 3 лет.

Дягиль низбегающий, медвежья пучка. *Archangelica decurrens* Ldb. Семейство зонтичных.

Крупное двулетнее травянистое растение, достигающее в лучших условиях 3 м высоты и 8 см толщины. Корневище толстое, короткое, снаружи кольчатое с многочисленными бороздчатыми придаточными корнями, снаружи бурыми, внутри белыми. Стебель цилиндрический, полый, гладкий, ярко-зеленый. Листья очередные с крупными вздутыми влагалищами, частично объемлющими стебель, дважды- или триждыперистые, нижние черешковые, верхние сидячие. Соцветие — крупный (8—18 см в поперечнике) желтовато-зеленый шаровидный зонтик. Цветет в июле—августе. Плод — продолговатая ребристая коробочка.

Широко распространенное в Западной, Средней и Восточной Сибири, от Карского моря и рек Оленек, Лены и Яны на севере, до Алтая и Саян на юге, растение. Особенно много в лесотундре, лесной, лесостепной зонах, в горнолесном поясе (где в черневых лесах Алтая и Горной Шории достигает наибольших размеров), а также в альпийском и гольцовом поясах. Растет по сырым местам, долинам рек и ручьев, на поемных лугах, по уремам, в лесах, около болот, почти повсеместно.

Относится к растениям длинного дня; при коротком дне (12 и особенно 8-часовом) стадия плодоношения переходит со второго года на третий. Семена при хранении вскоре теряют всхожесть.

Растение, особенно плоды, содержит эфирное масло, в состав которого входит фелландрен (сложный эфир метил-этилуксусной кислоты), дубильные и горькие вещества, органические кислоты, немного гидрокаротина (ангелицин), жирное масло (до 20%), кумарины и фурукумарины, сахар, воск, крахмал.

Выделенные из плодов и корней фурукумарины испытываются на противораковую активность.

В научной медицине используют дягиль лекарственный, или аптечный, — *Archangelica officinalis* Hoffm., близкий по химическому составу к дягилю низбегающему. Дягиль лекарственный распространен в европейской части страны, встречается и в Сибири (в западных районах Тюменской области). Корни и корневища дягиля лекарственного применяют в качестве желче-



гонного, мочегонного, потогонного и отхаркивающего средства. Обладает тонизирующим действием. Дягель низбегающий может служить полноценным заменителем лекарственного.

В народной медицине дягель применяют от несварения желудка, при вздутии кишечника, поносах (часто в сочетании с айром и дубовой корой), при бронхитах, как общеукрепляющее и тонизирующее при нервном истощении, эпилепсии, истерии и бессоннице (чайную ложку корневищ и корней настаивают в стакане кипятка и пьют по полстакана 3—4 раза в день). Настойкой на водке натирают пораженные места при ревматизме, болях в пояснице. Ванны с дягелем рекомендуют при нервном возбуждении и истерии.

Корневища и корни заготавливают осенью у растений первого года развития и весной — у растений второго года развития. Очищенные от земли и промытые холодной водой корни и корневища разрезают на куски (продольно) и сушат на открытом воздухе или на хорошо проветриваемом чердаке. Досушивают над зажженной известью (сырье гигроскопично). Хранят в плотно закрытых коробках.

По подсчетам Ю. П. Сурова, запасы корневищ в Северо-Восточном Алтае составляют 800 т, а ежегодный возможный размер заготовки (при десятилетнем обороте) — 80—85 т. С одного экземпляра собирают 450—500 г семян, а вес корня в среднем равен 200—300 г, а в черевом поясе — 500—600 г. Семенная продуктивность колеблется от 9 кг/га на субальпийских лугах до 40—60 кг/га по руслам рек и ручьев в субальпийском подпоясе.

Ежевика. *Rubus caesius* L. Семейство розоцветных.

Ягодный медоносный полукустарник с ползущими колючими побегами. Листья тройчатые, цветки белые, в щитовидных кистях. Цветет в июне—июле, плодоносит в августе—сентябре. Плоды — съедобные сборные синевато-сизые костянки.

Широко распространена в европейской части СССР, встречается в Западной Сибири, где проходит восточная граница ареала этого растения. Растет по берегам рек, по склонам оврагов.

Содержит флавоноиды, дубильные вещества, сахара, витамины группы В, аскорбиновую кислоту, токоферол, филлохинон, соли калия, марганец, медь, пектиновые вещества.

Растение обладает вяжущим, противогнилостным, ранозаживляющим, кровоостанавливающим, потогонным действием. Листья и ягоды в народной медицине рекомендуют для лечения хронических катаров кишечника. Ягоды — как легкое слабительное и потогонное. Настой листьев (2 чайные ложки на стакан воды, настоять 4 часа и пить по полстакана 3 раза в день перед едой) принимают при желудочных кровотечениях, истерии, атеросклерозе и гипертонии. Более крепким настоем полощут рот при стоматитах, воспалении десен и ангине.

Можно приготовить потогонный ежевичный чай: свежие листья положить в закрытую посуду, когда они завянут и почернеют — досушить на воздухе. Заваривать вместо чая.

Листья собирают в июне — июле, сушат в тени.

Ель сибирская. *Picea obovata* Ldb. Семейство сосновых.

Довольно широко распространенное в лесной зоне Сибири дерево высотой 30—35 м с узкопирамидальной кроной и четырехгранной зеленой остроконечной колючей хвоей. Растет чаще всего в долинах рек, а также на сырых местах в смеси с другими хвойными — сибирским кедром, пихтой и сосною<sup>1</sup>.

Химический состав всех частей дерева изучен недостаточно. Известно, что хвоя содержит значительное количество эфирного масла, дубильных веществ, аскорбиновой кислоты, смолы, микроэлементы железо, марганец, хром, алюминий, медь.

Из хвои ели готовят витаминный напиток, который принимают для предупреждения цинги и усиления сопротивляемости организма неблагоприятным условиям среды. Особенно полезен зимой, когда содержание аскорбиновой кислоты резко возрастает по сравнению с летним периодом. Навеску хвои из расчета 25—30 г на человека в день промывают в холодной воде и опускают в кипящую воду, взятую в пятикратном количестве к хвое. Кипятят в закрытой фарфоровой или эмалированной посуде 20 минут зимой и 40 — летом. Смесь процеживают через марлю или ткань, сдобируют для улучшения

---

<sup>1</sup> Подробную биохимическую и ресурсоведческую характеристику древесных пород желющие найдут в книгах: Г. В. Крылов. Лесные клады. Новосибирск, Новосибирское книж. изд., 1959; Г. В. Крылов. Лесные ресурсы и лесорастительное районирование Сибири и Дальнего Востока. Новосибирск, изд. СО АН СССР, 1962.



вкуса сахаром, морсом или капустным рассолом, разливают по бутылкам и пьют по стакану в день в 2—3 приема (Глезин, 1948). Можно приготовить витаминный настой: промытую и изрубленную хвою залить тройным количеством кипяченой воды и настоять 2—3 часа.

Фармацевтическая промышленность выпускает сложный препарат пинабин, изготавливаемый из еловой или сосновой хвои на персиковом масле, который назначают как мочегонное при почечнокаменной болезни и почечных коликах (по 5 капель 3 раза в день на сахаре за 15—20 минут до еды. Курс лечения 4—5 недель).

В народной медицине отвар молодых веток и шишек пьют при цинге, водянке, различных кожных сыпях (30 г измельченных молодых побегов и шишек варят в 1 л молока и принимают за день, по трети литра на прием).

Измельченной сухой смолой, собранной с коры деревьев, присыпают раны и язвы. Для заживления гнойничков и застарелых язв применяют мазь из смолы, пчелиного воска и подсолнечного масла, взятых в равных количествах. Смесь подогревают, тщательно размешивают, дают остыть и смазывают пораженные участки тела.

**Желтушник.** Семейство крестоцветных.

Известно несколько видов желтушника, используемых как лекарственное сырье: желтушник серый, желтушник левкойный, желтушник алтайский, желтушник Маршалла и другие (свыше 50). В Государственную фармакопею X издания включен желтушник серый и допускается заготовка желтушника левкойного.



Желтушник серый.

## Желтушник серый. *Erysimum canescens* Roth.

Двулетнее травянистое растение, образующее в первый год жизни розетку прикорневых листьев, а на втором — один или несколько цветущих ветвистых стеблей, до 80 см высоты. Розеточные листья продолговатые, суженные в черешок, слегка зубчатые, стеблевые — очередные, линейно-продолговатые, цельнокрайние. Цветки мелкие, правильные, расцветающие не одновременно, лимонно-желтые. Цветет в мае—июле. Плод — длинный четырехгранный стручок, отклоненный от стебля, с мелкими буровато-желтыми волосками. Все растение беловатое от волосков.

Распространен в южной части степной зоны Западной и Восточной Сибири, но в основном — в Средней Азии, в Казахстане и в европейской части СССР. Сырье для нужд фармацевтической промышленности получают с плантаций Украины и Краснодарского края, где выведены высокоактивные сорта.

## Желтушник левкойный. *Erysimum cheiranthoides* L.

Отличается от серого более широкими ланцетовидными листьями, зелеными листьями, ярко-желтой окраской лепестков, прямыми, двухконечными на стеблях, трехконечными на листьях и четырех-пятиконечными волосками на плодах.

Встречается в лесостепной зоне Сибири, иногда заходит в степи. Растет на опушках, по лугам, как сорняк на полях, около жилья.

## Желтушник прямой, или Маршалла. *Erysimum marschalianum* Andr.

Высокое степное растение с прижатыми к стеблю стручками.

Встречается в лесостепной и степной зонах, в частности на севере Кулундинской степи. Растет на склонах, в долинах рек и как сорняк на полях.

По исследованию Е. М. Думеновой, активность этого вида желтушника выше, чем желтушника левкойного и всех других, произрастающих в Сибири дико.

## Желтушник алтайский. *Erysimum altaicum* С. А. М.

Невысокое душистое растение, отличающееся более крупными желтыми цветами и стручками и двухконечными волосками, покрывающими все растение.

Растет главным образом в горных степях, на склонах холмов и гор в юго-восточной части Западной и чаще в Восточной Сибири.

Все виды желтушников ядовиты. Содержат сердечные гликозиды, из которых наиболее активен эризимин. По фармакологическому действию близок к строфанту, не обладает кумулятивными свойствами, один из наиболее активных сердечных гликозидов.



Впервые на сердечное действие желтушников указал М. Н. Варлаков, узнавший о их применении в сибирской народной медицине. Под руководством Н. В. Вершинина и В. В. Ревердатто в годы Великой Отечественной войны в Томске было проведено химико-фармакологическое исследование желтушников. Клинические испытания препаратов желтушника в клиниках Томского медицинского института провела группа врачей, возглавляемая Д. Д. Яблоковым. Одновременно желтушники изучали центральные институты (ВИЛР, ВНИИХФИ и другие).

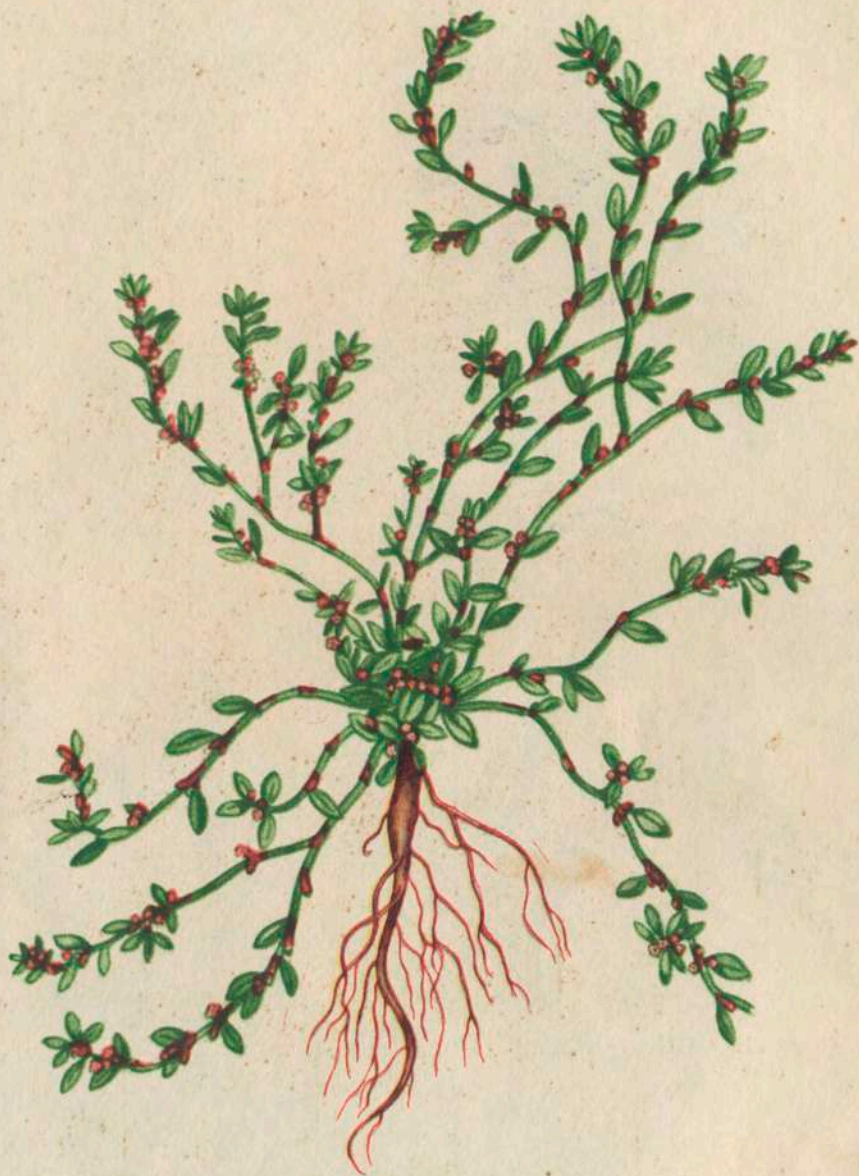
На кафедрах фармакологии и органической химии Томского медицинского института был получен препарат эризимин, предложенный для лечения сердечной недостаточности с тяжелыми нарушениями кровообращения, гипертонии, ревматических пороков, стенокардии и других заболеваний сердца. По характеру действия близок к строфантину, но оказывает на сердце менее сильное влияние. При острой недостаточности кровообращения он менее активен, чем строфантин. По биологической активности превосходит препараты наперстянки. Особенно эффективен при митральных пороках сердца. Кроме того, фармацевтическая промышленность выпускает новогаленовый препарат эриид и корезид — препарат, содержащий сумму гликозидов желтушника левкойного. Сок из свежей травы входит в состав комплексного препарата кардиовалена.

Препараты желтушника, обладающие большой биологической активностью, нельзя принимать без назначения врача. *Противопоказаны при резких органических изменениях сердца и сосудов, остром миокардите, эндокардите, сильном артериосклерозе.*

В народной медицине желтушники использовались при сердечных заболеваниях с глубокой древности. Плиний рекомендовал их как лучшее лекарство от водянки, средневековые врачи использовали желтушники как сердечное и мочегонное средства.

Мочегонное действие желтушников подтверждено клинически.

Лекарственное сырье — трава, без грубых нижних стеблей, собранная во время бутонизации и цветения, когда в ней содержится наибольшее количество гликозидов. Сушат сразу в тени, на чердаках под железной крышей или в сушилках при 50° С.



Горец птичий





Горечавка  
перекрестнолистная



Девясил высокий





Душица обыкновенная



Дягиль  
низбегающий





Женьшень настоящий



Живокость высокая





Зверобой продырявленный

Женьшень настоящий<sup>1</sup>, человек-корень. *Panax ginseng* С. А. М. Семейство аралиевых.

Многолетнее травянистое растение со стержневым мясистым корнем, разветвляющимся на крупные и более мелкие боковые корни, с цилиндрическим, преимущественно одиночным, стеблем, заканчивающимся розеткой длинночерешковых, трех-, пятипальчатых листьев. Из центра розетки выходит цветонос с зонтиковидным соцветием мелких зеленоватых цветков с белоснежными пыльниками. Плоды — сочные, крупные костянки, ярко-красные после созревания. Цветет в июле, плоды созревают в августе—сентябре.

Издredка встречается на Дальнем Востоке (от озера Хасан на юго-западе до бассейна реки Хора на северо-востоке), в Северо-Восточном Китае и Корее. Растет в кедрово-широколиственных и кедрово-елово-широколиственных лесах под покровом мощных древостоев, кустарников и крупностебельных трав на участках с хорошо дренированными почвами, подстилаемыми рыхло-каменистой подпочвой. Разводится в культуре.

Биологическая особенность женьшеня — крайне медленное развитие. Семена прорастают на вторую весну после созревания, первое цветение наступает через 8—10 лет, а иногда и через 20. В культуре развивается значительно быстрее.

Корни содержат гликозиды-тритерпеноиды (панаксозиды), имеющие уникальную, очень сложную химическую структуру. Это основные действующие вещества женьшеня. Кроме того, выделены тритерпеновые сапонины, летучее масло, панаксовая кислота (смесь стеариновой, пальмитиновой и линолевой кислот), фитостерол, тиамин, рибофлавин, аскорбиновая кислота, смолы, железо, марганец, фосфор, ферменты, радиоактивные и другие вещества.

Женьшень относится к группе адаптогенов, то есть действует неспецифически, через организм, повышая его общую сопротивляемость независимо от характера вредного воздействия<sup>2</sup>. Препараты женьшеня широко применяются в медицинской практике как тонизирующее и стимулирующее средство при физической и умственной усталости, упадке сил и истощении после болезни, функциональных заболеваниях центральной нервной системы (неврозы, неврастения, психастения), сахарном диабете, некоторых формах импотенции у мужчин, атеро-

<sup>1</sup> Кроме этого вида растения в Индии встречается женьшень ложный, а в Северной Америке — женьшень пятнистый, корни которого менее активны, чем у настоящего.

<sup>2</sup> З. И. Гутникова, И. В. Дардымов. Женьшень. Владивосток, Дальневосточное книж. изд., 1970.



склерозе, пороках сердца, малокровии, воспалительных заболеваниях печени, анацидных гастритах и во многих других случаях.

Очень эффективен в комплексной терапии инфекционных болезней, так как снижает побочное действие лекарств и повышает защитные силы организма. В эксперименте на животных получены хорошие результаты при комбинированном лечении хронической лучевой болезни женьшенем и антибиотиками, а также раковых опухолей, причем женьшень снижал токсичность противораковых средств, но не мешал их противоопухолевому действию.

Одно из самых прославленных древних лекарственных средств, считавшееся чуть ли не панацеей. В одном из старинных документов, приведенных в работе З. И. Гутниковой и И. В. Дардымова, говорится: «Женьшень помогает при всякой слабости, в случаях чрезмерного телесного и душевного утомления или усталости; уничтожает и удаляет мокроту и скопления ее; останавливает рвоту, укрепляет желудок, увеличивает аппетит и помогает пищеварению, укрепляет грудь и сердечную деятельность, уменьшает одышку, усиливает духовную и телесную деятельность организма, ободряет настроение духа, увеличивает лимфу крови, хорошо помогает против внезапных головокружений в жару, поправляет ослабленное зрение и продолжает и поддерживает жизнь в преклонном возрасте».

*Препараты женьшеня следует принимать лишь по рекомендации врача, так как при некоторых заболеваниях они не принесут пользы, а могут повредить (при тяжелой форме гипертонической болезни, склеротическом изменении сосудов сердца и головного мозга и т. д.).*

Биологическая активность корней женьшеня нарастает с возрастом, причем корни, выкопанные осенью, обладают вдвое более сильным действием, чем заготовленные летом. Корни можно выкапывать лишь у плодоносящих растений, а неплодоносящие, даже взрослые, — оставлять. Молодые растения ценности не представляют. Заготовленные корни сдают в приемные конторы системы треста Коопзверпромхоза и Управления охотничье-промыслового хозяйства. Заготовку могут вести лица, получившие специальную лицензию.

Живокость высокая, дельфиниум высокий, шпорник. *Delphinium elatum* L. Семейство лютиковых.

Многолетнее ядовитое травянистое растение, высотой 80—400 см. Стебель голый с пяти-, семираздельными пальчатыми листьями. Цветки красивые, синие, с длинным шпорцем, собраны в кисть. Растение получило свое латинское название от сходства нераспустившегося цветка с фигурой дельфина. Цветет в июле—августе.

Распространена по всей Сибири в лесной, лесостепной и степной зонах, в горнолесном и альпийском поясах. Растет на высокогорных лесных полянах, в разреженных лесах, на елях, по берегам рек, ручьев, в урехах.

Содержит ядовитые алкалоиды, относящиеся к производным изохинолина — элатин, делатин, эдоленин, флавоноиды и другие вещества.

Алкалоид элатин обладает курареподобным действием, тормозит проведение возбуждения в нервно-мышечных синапсах (концевых мышечных пластинках), чем вызывает расслабление скелетных мышц. Оказывает также ганглиоблокирующее действие, угнетает подкорковые центры и умеренно снижает артериальное давление. Применяется в хирургии, при поражениях пирамидной системы, сосудистых, травматических и других нарушениях головного мозга с гипертонией мышц, различных поражениях спинного мозга, гиперкинезах и т. д.

*Лечение элатином проводят под тщательным врачебным наблюдением.*

Растение широко применяется в народной медицине с глубокой древности. Старинное народное средство, широко используемое при переломах костей (отсюда — живокость) в виде примочек и целебных компрессов. Оказывает обезболивающее действие и ускоряет выздоровление. Отваром корней лечат различные ожоги. По сообщению Л. А. Уткина, настой травы пили при желудочных заболеваниях. Отвар листьев применяли как противовоспалительное средство при заболеваниях горла в виде полосканий.

Собирают надземную часть растения в период бутонизации, срезая стебли на 5 см выше шейки корня, сушат в тени на открытом воздухе.

Жимолость алтайская, жимолость голубая. *Lonicera altaica* Pall. Семейство жимолостных.

Невысокий кустарник 1—1,5 м высоты с буровато-серой мочальной корой. Молодые побеги красноватого цвета. Листья цельные, овально-эллиптические, на коротких черешках. Цветы бледно-желтые. Плоды — овальные или яйцевидные ягоды, растущие на концах плодonoсных веточек, нередко сдвоенные, черно-синие или голубоватые



от воскового налета, сладко-кислые, с горьковатым привкусом. Цветет в июне. Плоды созревают в июле — августе.

Широко распространена в Западной, Средней и Восточной Сибири как подлесочный кустарник в лесной, лесотундровой зонах, горнолесном поясе, поднимается в горах до альпийского и гольцового поясов. Растет в темнохвойных, реже лиственничных лесах, по их опушкам.

Ягоды содержат значительное количество аскорбиновой кислоты, флавоновые и дубильные вещества, сахара, антоциан, (темно-красное красящее вещество).

Препараты жимолости обладают вяжущим, мочегонным, противовоспалительным действием. Отвар ветвей и коры, по сообщению Л. П. Сергиевской, пьют от водянки. Свежие ягоды рекомендуют при гипертонии, малярии, расстройствах желудочно-кишечного тракта и малокровии. Высоко ценятся местным населением.

Учитывая наличие многих форм кустарника (с разным вкусом плодов) и большие урожаи ягод в отдельные годы, в горных районах необходимо провести селекционные работы для отбора наиболее витаминных и ценных видов. Растение заслуживает биохимического и фармакологического исследования.

На Дальнем Востоке, включая Камчатку, распространена жимолость съедобная — *Lonicera edulis* Turcz., схожий с предыдущим видом кустарник, с плодами почти без горечи, напоминающими голубику. Население издавна считает ее противоязвенным средством и лучшим лекарством от водянки. Введена в культуру, но на небольшой площади.

Оба вида следует шире интродуцировать в сады Западной Сибири.

**Заманиха высокая.** *Echinopanax elatum* Nakai.  
Семейство аралиевых.

Колючий кустарник с прямыми, неветвящимися или мало разветвленными стволиками высотой около 100 см, со светло-серой корой. На конце стволов 3—5 крупных (30—40 см в поперечнике) пяти-, семилопастных листьев, сердцевидных у основания. Стволы и листья покрыты хрупкими игольчатыми шипами. Цветки мелкие, незрелые, в шаровидных соцветиях, собранных в редкую кисть. Цветет в июле. Плоды ягодообразные, оранжево-красные, созревают в сентябре.

Имеет ограниченный ареал на Дальнем Востоке в темнохвойных пихтово-еловых лесах верхнего горного пояса на юге Приморского края. Растет обычно зарослями.

Корневища содержат алкалоид аралин, сапонины, эфирное масло, гликозиды.



Фармакологическая промышленность выпускает 20%-ную настойку корневищ заманихи на 70%-ном спирте, предложенную ВИЛР и утвержденную к применению в 1955 г. Настойка обладает общетонизирующим и возбуждающим действием, несколько стимулирует работу сердца. Показана при различных нервных и психических заболеваниях, сопровождающихся угнетением нервной системы; назначается при гипотонии, сердечной недостаточности, после истощающих заболеваний при нервном переутомлении, пониженной работоспособности, импотенции и легких формах диабета. Назначают внутрь по 30—40 капель 2—3 раза в день до еды в течение 30 дней.

Заготавливают корневища и корни в сентябре—октябре в строго ограниченных размерах (ежегодная потребность в сырье около 10—15 т).

Для восстановления зарослей следует оставлять около одной четвертой части растений. Корневища и корни выкапывают кирками или специальными крючкообразно загнутыми железными прутьями. Выкопанное корневище разрезают на куски и сушат на чердаках и в сараях с хорошей вентиляцией, а лучше — сушилках, при температуре 50—60°. Запасы выявленного сырья заманихи составляют около 1000 т (Шретер, 1970).

Заячья капуста, скрипун, очиток пурпуровый (живая трава, сайгачье молодило, целистник). *Sedum purpureum* L. Семейство толстянковых.

Многолетник, высотой 20—60 см. Стебель прямой, круглый, одиночный. Листья мясистые, сидячие, продолговатые, по краям зубчатые. Цветки мелкие, темно-розовые или пурпуровые, собраны в щитовидную метелку на верхушке побега. Цветет в июле—сентябре. На корневище находятся клубни, в которых накапливаются питательные вещества.

Распространен в лесной и лесостепной зонах, субальпийском и альпийском поясах Западной и Восточной Сибири (от Урала до Камчатки). Растет на лесных и поемных лугах, берегах рек, склонах холмов, около дорог, в березовых колках и южных сосновых борах.

Растение содержит органические кислоты (листья приятного кисловатого вкуса), в том числе аскорбиновую кислоту. Химический состав мало изучен.

В народной медицине используется как тонизирующее, общеукрепляющее, противовоспалительное средство. Водный настой травы пьют при заболеваниях кишечника, импотенции и женском бесплодии (столовую ложку настаивают в стакане кипятка 4 часа и принимают по



столовой ложке 3—4 раза в день). Свежие листья рекомендуют против цинги. По сообщению Н. И. Анненкова, настой свежих листьев под названием живая вода высоко ценился как ранозаживляющее наружное средство. Настоем обмывали и различные кожные сыпи. Сок травы считается средством от эпилепсии. Припарки из измельченных корней и листьев применяют как болеутоляющее при ревматическом поражении суставов.

Растение популярно у многих народов Европы и Азии. Есть указания об употреблении его в пищу.

Траву собирают во время цветения растения и сушат, разложив тонким слоем: корни копают в сентябре — октябре, режут на куски и сушат в хорошо проветриваемом помещении.

Растение заслуживает всестороннего фармакологического изучения. Учитывая небольшие запасы сырья и перспективность его использования, следует провести опыты по введению заячьей капусты в культуру и одновременно создать заказники в Западной и Восточной Сибири в местах, где имеются значительные заросли этого растения.

Звездчатка средняя, мокрица. *Stellaria media* L. Семейство гвоздичных.

Однолетнее ядовитое растение со стелющимся цилиндрическим узловатым стеблем, до 10 см высоты. Листья заостренные, супротивные, нижние на черешках, верхние почти сидячие. Все растение покрыто волосками, расположенными в междоузлиях в один ряд. Цветки мелкие, белые, в виде звездочек. Цветет в мае—августе. Плоды — коробочки.

Широко распространена по сырым местам, в садах, в лесах, по берегам рек, злостный сорняк огородов.

Химический состав не изучен. Известно, что растение содержит витамины.

Как лекарственное средство применяется в народной медицине многих стран. Обладает тонизирующим, общеукрепляющим, антисептическим и обезболивающим действием. Траву звездчатки рекомендуют использовать в виде витаминных салатов при цинге и малокровии. Настой травы пьют при болях в сердце, болезнях печени, легких, тиреотоксикозе (столовую ложку травы настаивают в стакане кипятка и принимают по четверти стакана 4 раза в день). По сообщению В. П. Махлаюка, в Средней Азии звездчаткой лечат геморрой и закапывают

настой в глаза при помутнении роговицы. Крепкий настой травы (10 столовых ложек на 1 л воды) применяют для успокаивающих и оздоравливающих ванн при кожных болезнях, отеках ног, промывают им гнойные язвы и труднозаживающие раны.

Траву собирают с мая по август, свежий сок считают более эффективным, чем настой.

Зверобой обыкновенный, продырявленный. *Hypericum perforatum* L. Семейство зверобойных.

Многолетнее травянистое растение до 80 см высоты, с тонким ветвистым корневищем и многочисленными придаточными корнями. Стебли тонкие, гладкие, двугранные. Листья супротивные, сидячие, овальные или продолговатые, цельнокрайные, с просвечивающими железками в виде черных точек. Цветки золотисто-желтые с черными точками, собранные в щитковидное соцветие. Цветет в июне—августе. Плод — трехгранная коробочка, раскрывающаяся тремя створками, с мелкими семенами. Растение имеет нежный своеобразный запах.

Распространен в южной половине лесной и во всей лесостепной зонах Западной и Средней Сибири. Растет на лугах, опушках, в негустых лиственных и сосновых лесах, на песчаных склонах, вырубках, залежах, у дорог. Выращивается на плантациях лекарственных растений.

Растение содержит красные флуоресцирующие красящие вещества гиперин и псевдогиперин, флавоноловый гликозид гиперин (гиперозид), дающий при расщеплении кверцетин, рутин и другие флавоноиды, значительное количество каротина, дубильные вещества пирокатехиновой группы, эфирное масло, горькие экстрактивные вещества, холин, аскорбиновую и никотиновую кислоты, следы алкалоидов, смолистые вещества и фитонциды. Сложный химический состав обуславливает многообразие применения.

Растение обладает выраженными вяжущим, антисептическим, антибактериальным и тонизирующим действием. Настойку зверобоя назначают при колитах, гастроэнтеритах, катарах кишечника и других заболеваниях пищеварительного тракта. Препараты зверобоя нашли применение при лечении желчнокаменной болезни, хроническом воспалении почек, в гинекологической практике. Настойку и настой рекомендуют для смазывания десен и полосканий при альвеолярной пиорее, стоматитах, гингивитах, дурном запахе изо рта — в этом случае она заменяет импортные препараты из мирры и ратании.

Фармакологическая промышленность выпускает ан-



тибактериальный препарат иманин, полученный из травы зверобоя, применяемый для лечения свежих и инфицированных ран, ожогов II и III степени, язв, абсцессов, флегмоны, пиодермии, маститов, курбункулов, острых ринитов, трещин сосков, фарингитов, ларингитов, гайморитов и других заболеваний. Для лечения аналогичных заболеваний предложен комплексный антибактериальный препарат новоиманин, полученный также из зверобоя продырявленного.

Настойка зверобоя входит в комплексный препарат капситрин (наряду с настойкой стручкового перца, зеленым мылом, раствором аммиака и этиловым спиртом), используемый для растираний при радикулитах, невритах, миозитах, артритах. Кроме того, препараты зверобоя употребляют как стерилизующее и дезинфицирующее средства.

Зверобой — старинное забытое средство, вновь принятое в арсенал научной медицины. Целебное действие этого растения при многих заболеваниях было известно еще древним грекам. На Руси его считали «травой от девяносто девяти болезней». Казахи называли растение «джерабай» — целитель ран. В народной медицине отвар травы применяют для лечения различных болезней: ревматизма, воспаления женских органов, гриппа, ангины, ночного недержания мочи, головной боли, геморроя, заболеваний сердечно-сосудистой системы, желудочно-кишечного тракта, печени, почек, мочевого пузыря (столовую ложку травы варить 15 минут в стакане кипятка и пить небольшими порциями по четверти стакана 3 раза в день). Применяют и водочные настои, приготовленные из расчета: столовую ложку травы на пол-литра водки, пить вместе с водой по 30 капель 3 раза в день. Примочки из водочного настоя рекомендуют при опухолях и затвердении молочных желез (Балицкий, Воронцова, Карпухина, 1936). Разведенным водочным настоем смазывают десны и полощут рот при различных воспалительных процессах (30 капель на полстакана воды).

Для лечения ран, гнойников и различных кожных заболеваний используется зверобойное масло, приготовленное различными способами: можно взять в равных количествах листья зверобоя и шалфея и растереть в свежем свином сале (В. П. Махлаюк, 1937) или столовую ложку цветков залить стаканом растительного масла и

настоять 2 недели, взбалтывая время от времени. Есть указания на применение зверобоя при туберкулезе костей (В. Г. Минаева, 1970).

В болгарской народной медицине зверобой применяется при всех указанных выше заболеваниях, а также при гипацидных гастритах, подагре, ишиасе, золотухе (скрофулезе), туберкулезном кровохарканье, обильных менструациях.

Заготавливают верхушечную часть растения в пору цветения и сушат в тени, на чердаке или в сушилках при температуре не выше 40° С.

Учитывая лекарственную ценность зверобоя и ограниченные запасы естественного сырья, необходимо принять меры для обеспечения восстановления естественных запасов путем создания заказников и расширить его искусственное разведение на плантациях в совхозах лекарственных растений.

Земляника лесная. *Fragaria vesca* L. Семейство розоцветных.

Многолетнее травянистое растение до 15—20 см высоты. Корневище короткое, с многочисленными тонкими корнями. Цветущие стебли прямые. Листья сложные, тройчатые, крупнозубчатые. Цветки белые. Плоды обычно яйцевидные или почти конические, неправильно называемые ягодой, образованы мясистым цветоложем, повислые, красные, ароматные, с многочисленными плодиками-семянками. Цветет с мая по июнь. Плоды созревают в июне — июле.

Распространена в лесной (начиная от 61° с. ш.) и лесостепной зонах Западной и Восточной Сибири. Растет в разреженных хвойных и березовых лесах, на опушках и лесных лугах, в тенистых и влажных местах.

Плоды содержат сахара, органические кислоты: лимонную, яблочную, салициловую, хинную и т. д., дубильные, пектиновые и флавоновые вещества, эфирное масло, антоциановые соединения, фитонциды, каротин, аскорбиновую кислоту, немного тиамин, фосфорнокислое железо, марганец, медь, алюминий, хром. В листьях и корневище много дубильных веществ, аскорбиновая кислота, каротин и следы алкалоидов.

В научной медицине землянику применяют как слабое мочегонное при почечнокаменной болезни и противовоспалительное при гастрите. Способствует уменьшению в организме мочевой кислоты и ее солей. В последнее время отвар из листьев земляники экспериментально применялся в клиниках при лечении злокачественных но-



вообразований (рак гортани — Балицкий, Воронцова, Карпухина, 1966).

Земляника — одно из самых популярных растений в народной медицине. Свежие плоды принимают в больших количествах при склерозе сосудов, гипертонии, запорах, поносах, язве желудка и, особенно подагре, почечных и печеночных камнях. Настой из листьев и корневища — при гастрите, поносах, желтухе, катарах толстых кишок, сопровождающихся поносами и запорами, воспалении тонких кишок и т. д. Плоды и настой листьев — при общем упадке сил, малокровии, маточных кровотечениях и как мочегонное средство. Настой листьев рекомендуют при астме и чрезмерных менструациях (столовую ложку листьев заливают 2 стаканами воды, долго кипятят или настаивают и пьют по полстакана ежедневно). Отвар цветков принимают при болезнях сердца, а отвар всего растения — при фиброме матки.

Наружно отвар листьев в виде клизм и обмываний употребляют при кровоточащих и воспаленных геморроидальных узлах, а в виде компрессов и примочек — для лечения кровоточащих ран. Распаренные листья, приложенные к застарелым язвам и ранам, очищают их от гноя и ускоряют заживление. Настой ягод используют как антисептическое средство при заболеваниях полости рта и горла. Сок плодов и раздавленные плоды помогают при экземах, сыпях и небольших ранах, ими же сводят веснушки, угри, лишай, пигментные пятна. Компрессы из водного настоя листьев — эффективное косметическое средство для очищения кожи лица.

У некоторых лиц есть непереносимость (идиосинкразия) к землянике — при ее употреблении появляется сыпь, крапивница.

Листья земляники, собранные весной, заваривают вместо чая, плоды широко используют в кондитерской и спиртово-водочной промышленности, а также для отдушки мыла.

Для лекарственных целей листья собирают во время цветения растения, осторожно срезая их ножницами, и сушат в тени на открытом воздухе. Собранные плоды сразу же сушат в сушилке или русской печи.

**Зигаденус сибирский.** *Zygadenus sibiricus* A. Gray. Семейство лилейных.

Многолетнее луковичное растение с прямым стеблем до 80 см высоты и линейными, заостренными, суживающимися к основанию листьями, расположенными в нижней части стебля. Цветки беловато-зеленые, собраны в кистевидно-метельчатое соцветие. Плод — трехгранная коробочка.

Изредка встречается в лесной зоне и горнолесном поясе в Западной и Средней Сибири, в Якутии, Забайкалье, Приморском крае и на Камчатке. Растет в разреженных сосновых и лиственничных лесах.

Трава зигаденуса содержит сильнодействующие алкалоиды, которые по характеру действия сходны с вератрином, найденным в мексиканской сабадилле.

Зигаденус сибирский и сходный вид зигаденус элгантый, по исследованиям ВИЛР, может заменить импортную сабадиллу, препараты которой употребляют как раздражающее, отвлекающее, обезболивающее средство при ревматизме, невралгии (мазь). Используют также как противопаразитарное средство для борьбы с вредителями сельского хозяйства. Растение заслуживает разностороннего фармакологического изучения.

Учитывая небольшие запасы этого растения, необходимо организовать заказники и одновременно расширить работы по введению его в культуру.

**Зизифора клиноподиовидная**, пахучка, душичка. *Ziziphora clinopodioides* Lam. Семейство губоцветных.

Многолетнее сильно пахучее растение с толстым деревянистым корневищем, с несколькими стеблями 8—40 см высоты, покрытыми короткими волосками. Стеблевые листья яйцевидные, слегка волосистые. Цветки розовато-лиловые, сгущены на верхушке стебля плотным головчатым соцветием.

Цветет с конца июня до конца августа.

Распространена на Алтае, по склонам Кузнецкого Алатау, в Горной Шории и в верховьях Абакана. Растет на каменистых склонах, по скалистым берегам рек, реже в сосновых борах Алтайского Приобья.

В листьях и соцветиях найдено эфирное масло, содержащее пулегон, ментол, спирт, обнаружены также фитонциды.

В научной медицине зизифоровое масло используют как болеутоляющее средство. Отвар из надземной части растения применяют для компрессов и ароматических ванн (Верещагин, Соболевская, Якубова, 1959).

В народной медицине Сибири настой травы на воде и настойка на водке используется как успокоительное



сердечное средство, при простуде, золотухе. Наружно — от зубной боли и от ревматизма.

Траву заготавливают во время цветения и быстро сушат в тени. Для ванн и переработки на масло используют также свежесобранные растения.

Зимолюбка зонтичная, грушанка зонтичная. *Chimaphila umbellata* Nutt. Семейство грушанковых.

Многолетник с зимующими листьями. Стебель высотой 8—15 см, разветвленный в верхней части, оканчивается мутовкой из кожистых темно-зеленых листьев и цветоносов. Цветки розовые, собраны в зонтиковидные соцветия. Цветет в июне—июле. Плод — коробочка, приплюснуто-шаровидная.

Распространена в лесной и лесостепной зонах в Западной Сибири, а также на Дальнем Востоке. Растет в сосновых борах, кедровых лесах.

Содержит гликозид арбутин (эриколин), горькие и дубильные вещества.

В народной медицине различных стран используют водный настой или отвар надземной части растения как хорошее мочегонное и противовоспалительное средства.

Применяют при болезнях почек, катаре мочевого пузыря, воспалениях предстательной железы, заболеваниях печени, отеках, связанных с болезнью сердца или печени, ревматизме, подагре (2 чайные ложки сухой травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по 1—2 столовых ложки 3 раза в день). Зимолюбка особенно показана при внутренних болезнях, связанных с чрезмерным физическим напряжением. Свежие измельченные листья используют для заживления ран. Эссенцию из цветущего растения применяют в гомеопатии.

Собирают траву во время цветения и сушат в тени или в хорошо проветриваемом помещении.



Зимолюбка зонтичная.

### Змееголовник. Семейство губоцветных.

Из 15 видов растений этого рода 4 вида — змееголовник молдавский, змееголовник тимьяноцветковый, змееголовник Руйша и змееголовник сибирский представляют значительный интерес как лекарственные и эфиромасличные растения, встречающиеся в Западной Сибири и пригодные для разведения в совхозах лекарственных растений.

Змееголовник молдавский. *Dracosephalum moldavica* L.

Многолетнее (в Сибири нередко однолетнее. — П. Н. Крылов, 1937) травянистое опушенное растение с приятным запахом мелиссы. Стебель четырехгранный 15—50 см высоты. Листья супротивные, продолговато-ланцетовидные, крупнозубчатые. Цветки сине-фиолетовые, собраны на вершине стебля в шестицветковую мутовку. Цветет в июле—августе.

Встречается изредка в Западной Сибири как сорняк на огородах (в Хакасии около с. Таштыпского, в Кемеровской и Томской областях). Успешно разводится в опытных культурах (в Томске в 1942—1944, Ревердатто и Карташова; в Новосибирске в Ботаническом саду ЗСФАН, 1956 и др.). В культуре в условиях Новосибирска дает зеленой массы 20 т с гектара с более высоким содержанием эфирного масла, чем в европейской части Союза (17—19 кг, в т. ч. цитрала 70% и гераниола 30% — Верещагин, Соболевская, Якубова, 1959).

Растение содержит эфирное масло, по запаху напоминающее мелиссовое. Химический состав не изучен.

Настой травы в народной медицине считается вяжущим, противоспазматическим, обезболивающим и противовоспалительным средством. Рекомендуют при желудочно-кишечных заболеваниях, учащенном сердцебиении, головной боли, простудных недомоганиях (столовую ложку травы на стакан кипятка, настаивают 10—15 минут и пьют по столовой ложке 3—4 раза в день за 15 минут до еды — Махлаук, 1967).

Настоем полощут рот при зубной боли; свежие измельченные листья прикладывают к гноящимся ранам; травяные припарки и компрессы используют при ушибах и ревматизме.

По мнению тибетских врачей, змееголовник «врачает повышенную температуру желудка и печени».

Траву собирают в июне — июле и быстро сушат в тени, разложив тонким слоем. Хранят в картонных или металлических коробках с бумажной прокладкой.



**Змееголовник тимьяноцветный. *Dracosephalum thymiflorum* L.**

Однолетнее травянистое ароматичное растение с четырехгранным стеблем 20—50 см высоты. Листья супротивные, сердцевидно-овальные, городчато-пильчатые. Цветки голубовато-лиловые, собраны в многоцветковые кистевидные мутовки. Цветет в июне—июле.

Встречается не часто в южнотаежных и лесостепных районах Западной Сибири на залежах, около дорог, в негустых березовых и сосновых лесах (около Омска, Тобольска, по Таре, у с. Юдино близ оз. Большие Чаны, по р. Оби, у Новосибирска, Томска, Барнаула, Кемерово и т. д.).

Химический состав не изучен. Растение содержит эфирное масло.

Настой травы в народной медицине применяют от желудочно-кишечных болей, особенно спазматического характера (столовую ложку на стакан кипятка настаивают 2 часа и пьют по 2 столовые ложки за полчаса до еды). Настоем обмывают кожные сыпи, припарки из травы используют при ревматическом поражении суставов.

Собирают траву во время цветения растения и быстро сушат.

**Змееголовник Руйша. *Dracosephalum ruyschiana* L.**

Травянистое растение с несколькими стеблями 20—50 см высоты. Листья ланцетно-линейные, цельнокрайние, сверху темно-зеленые, снизу более светлые. Цветки фиолетово-синие, собраны на верхушке стеблей в мутовчатое соцветие (обычно из 6 цветков). Цветет в июне—июле.

Один из наиболее распространенных в Сибири видов змееголовника. Растет в южной половине лесной и лесостепной зонах в разреженных березовых и сосновых лесах, на лесных лугах, на луговых, иногда каменистых склонах.

Растение содержит эфирное масло, не сходное с маслом, получаемым из змееголовника молдавского. Химический состав не изучен.

Настой травы применяют в народной медицине от головной боли.

**Змееголовник сибирский, поникший. *Dracosephalum nutans* L.**

Травянистое растение с ветвистым стеблем, продолговато-яйцевидными листьями и длинными кистевидными соцветиями, оканчивающимися на вершине стебля плотной мутовкой из сине-лиловых цветков. Цветет в июне—июле.

Распространен в южной половине лесной и лесостепной зонах, поднимается в горы до верхнего предела леса, почти по всей Сибири.

начиная от Приобья на восток до Олекминска. Растет в негустых сосновых и лиственничных лесах, на лесных и степных лугах, залежах, иногда около жилья.

В народной медицине, по данным Л. А. Уткина (1931), настой травы пьют при болезнях горла, женских кровотечениях, а в смеси с пихтовой серой — при туберкулезе. В Забайкалье настой травы принимают от головной боли (Сергиевская, 1940). В тибетской медицине — при стоматитах, гастроэнтеритах, воспалении почек (Варлаков, 1931).

Золотая розга, золотарник обыкновенный. *Solidago virga aurea* L. Семейство сложноцветных.

Ядовитый многолетник с прямостоячим стеблем до 100 см высоты. Листья очередные, продолговато-эллиптической формы. Цветки ярко-желтые, двух родов: язычковые и трубчатые, в корзинках, собранных в узкую метелку на верхушке стебля. Цветет в июле—сентябре. Плод — семянка с летучкой. Медонос.

Распространена по всей Сибири и Дальнему Востоку, включая Камчатку, в полярно-альпийской, тундровой, лесотундровой, лесной, лесостепной зонах и в субальпийском, альпийском и гольцовом поясах в горах. Растет в негустых лесах, оврагах, на лугах, открытых горных склонах.

Растение содержит алкалоиды, сапонины, дубильные вещества, флавоноиды (рутин, изокверцитрин, кверцитрин, кемпферол), эфирное масло и другие вещества. В корнях обнаружен инулин.

В народной медицине золотую розгу издавна применяют при различных заболеваниях почек и мочевого пузыря. Настой травы используют как растворитель камней в почках и мочевом пузыре, при большом содержании белка в моче, как мо-



Золотая розга.



чегонное при отеках и водянке, а также при ревматизме, подагре, бронхиальной астме, туберкулезе легких, желчнокаменной болезни (столовую ложку на стакан кипятка, пьют по полстакана 3 раза в день перед едой в течение 2 недель).

Отвар травы используют для полосканий при ангине, разрыхлении десен, для примочек при гнойных ранах и переломах костей. В Германской Демократической Республике, по сообщению Вагенера (Минаева, 1970), золотая розга включается в состав лекарственных препаратов для лечения заболеваний вен.

*Внутреннее применение растения требует осторожности и точной дозировки.*

Собирают надземную часть растения во время цветения и сушат в тени. Запасы значительны, особенно на Алтае.

Заслуживает разностороннего фармакологического изучения.

Золотой корень, родиола розовая. *Rhodiola rosea* L. Семейство толстянковых.

Многолетнее травянистое растение с утолщенным бронзовым, внутри лимонно-желтым корневищем с запахом розового масла и горьковато-вяжущим вкусом. Стебли прямые, неветвистые, до 70 см высоты в благоприятных условиях и до 10 см в угнетенных. Листья светло-зеленые, нежные, мясистые, овально-яйцевидные, часто с зубчатыми краями. Цветки мелкие, однополые, двудомные, венчики четырехлепестные, золотисто-желтые, краснеющие при созревании, собраны в щитковидное соцветие на верхушках стеблей. Цветет в июне — первой половине июля.

Встречается в горах Западной Сибири (Алтай, Саяны), Восточной Сибири (Якутия, Витимо-Олекминская горная система) и на Дальнем Востоке, включая Сахалин и Камчатку. Растет чаще всего на сырых лугах, по каменистым берегам горных рек и в тундрах в пределах субальпийского и альпийского горных поясов, иногда в полярно-арктической зоне.

Подземная часть растения содержит дубильные вещества, эфирные масла, органические кислоты (галловая, щавелевая, янтарная и яблочная), сахара, лактоны, стерины и флавоновые соединения. В последние годы из корня выделены тирозол и гликозид-родиолозид.

В народной медицине водочную настойку корневища (1:10) применяют свыше 400 лет при заболеваниях желудка, малярии, нервных болезнях, импотенции, упадке сил, переутомлении и как общеукрепляющее и тонизирующее средство.



Проведенные по совету автора фармакогностические и фармакологические исследования корневищ показали, что растение обладает ярко выраженным психостимулирующим, адаптогенным действием<sup>1</sup>. Экстракт золотого корня, изготовленный в Томском медицинском институте М. И. Зотовой, был предложен для клинических испытаний.

Как показали дальнейшие фармакологические исследования, экстракт из корней и корневищ золотого корня (1:1) на 40%-ном спирте обладает не только стимулирующим и адаптогенным действием (аналогичным с препаратами женьшеня и элеутерококка), но и снижает артериальное давление. Полученный очищенный (новогаленовый) препарат родозин оказывает аналогичное стимулирующее и адаптогенное действие и обладает меньшей токсичностью (в эксперименте), чем экстракт золотого корня, тормозит развитие лейкоцитоза и вызывает реакцию организма при различной интоксикации.

Золотой корень — не панацея. Он показан при функциональных заболеваниях нервной системы — астеническом состоянии, бессоннице, повышенной раздражимости, различных неврозах, гипотонии, нервном и физическом истощении, при усиленной умственной работе. В таких случаях принимают в течение 10—20 дней за полчаса до еды 5—10 капель экстракта 1—2 раза в день. *Дозу ежедневного приема увеличивать нельзя*: препарат обладает высокой биологической активностью. Наружно экстракт используется как высокоэффективное ранозаживляющее средство при пиоре, небольших порезах (для смазывания) и для полосканий при ангине (разведенным в воде).

В экспериментах, проведенных в Томском медицинском институте, получены хорошие результаты при лечении экстрактом сексуальных расстройств у мужчин и аменорей. В этих случаях назначали по 10—15 капель экстракта в течение 3 месяцев.

*Золотой корень противопоказан при резко выраженных симптомах нервных заболеваний и истощаемости корковых клеток* (Саратиков, 1971).

---

<sup>1</sup> М. И. Зотова, Г. В. Крылов, А. С. Саратиков. Золотой корень — новое стимулирующее и адаптогенное средство. «Известия Сибирского отделения Академии наук», серия биол.-мед. наук, 1965, № 8, вып. 2.



Золотой корень — чрезвычайно ценное и перспективное лечебное средство<sup>1</sup>, поэтому очень важно организовать заготовку, не допуская уменьшения сырьевых запасов. Выкапывают корни цветущих растений во второй половине июля — первой половине августа, выбирая крупные экземпляры. Промежуток между заготовками на одном месте — 10 лет. Корневища очищают от земли, подсушивают в тени, а затем в сушилках при 50—60°С, предварительно разрезав на куски.

По подсчетам Ю. П. Сурова, запасы лекарственного сырья в Северо-Восточном Алтае достигают 1350 т, а возможный объем заготовок, при условии рациональной организации, — 100—130 т. Продуктивность (по сырому весу корневищ) оценивается в субальпийском поясе по долинам горных ручьев в 1000 кг/га. Вес отдельных корневищ достигает здесь 500 г.

Кроме того, необходимо начать выращивание золотого корня на плантациях лекарственных растений. Первые опыты по культивированию золотого корня в Новосибирске были удачны.

**Золототысячник зонтичный.** *Centaureum umbellatum* Gilib. Семейство горечавковых.

Однолетнее растение с розеткой продолговато-обратнояйцевидных листьев и супротивными эллиптически-ланцетовидными листьями на тонком четырехгранном стебле 15—30 см высоты, оканчивающемся щитковидным соцветием мелких темно-розовых цветков. Цветет в июле—августе. Плод — коробочка.

Изредка встречается в Западной Сибири (в окрестностях Барнаула), но перспективен для разведения в культуре.

Трава содержит горькие гликозиды (генциопикрин, аналогичный содержащемуся в горечавке, швертиамарин), флавоновый гликозид centaурин, алкалоид эритроцин, идентичный генцианину, выделенному из корней горечавки, эфирное масло, олеаноловую и аскорбиновую кислоты, флавоноиды.

В научной медицине применяется как горечь, способствующая пищеварению. Входит в состав горьких сборов и горькой настойки.

В народной медицине трава применяется при различных заболеваниях желудка, изжоге, запорах, метеоризме, болезнях печени, желтухе, малокровии (чайную лож-

<sup>1</sup> См. сб.: «Стимуляторы центральной нервной системы», вып. II. Томский медицинский институт, Центральная научно-исследовательская лаборатория. Томск, 1968.

ку травы заливают стаканом кипятка, настаивают 10 минут и пьют по четверти стакана 3 раза в день). В болгарской народной медицине считается также и средством, регулирующим менструации и очищающим кровь. Настои травы рекомендуют при желудочных кровотечениях, туберкулезе кишечника, малярии, как глистогонное. Применение золототысячника в качестве желчегонного средства оправдано. Наружно настои применяют для обмываний при кожных сыпях и труднозаживающих ранах.

Надземную часть растения вместе с листьями прикорневой розетки срезают в начале цветения и сушат на открытом воздухе в тени, связав в небольшие пучки.

Кроме золототысячника зонтичного, в Сибири встречается золотысычник Мейера. *Centaureum meyeri* Grossh.

Однолетник с четырехгранным разветвленным стеблем, супротивными ланцетовидными листьями и розовыми цветками, расположенными в развилках стебля и на концах ветвей.

Растет по долинам рек и берегам озер в Северо-Западном Алтае.

В народной медицине применяется аналогично зонтичному. Растение заслуживает фармакологического изучения и введения в культуру.

Зопник клубненосный. *Phlomis tuberosa* L. Семейство губоцветных.

Многолетнее травянистое растение с длинными корнями, окаймляющимися клубневидными утолщениями. Стебель ветвистый, четырехгранный, фиолетово-пурпурный, до 100 см высоты. Листья треугольно-сердцевидные, нижние — крупные, на черешках, верхние — мелкие, сидячие. Цветки розовые, в мутовчатых соцветиях. Цветет в июне — июле.

Распространен в Западной и Восточной Сибири в лесной, лесостепной и степной зонах. Растет на лугах, в березовых лесах, на опушках, склонах, лесных полянах, в зарослях степных кустарников.

Растение содержит алкалоиды (больше всего их в листьях), аскорбиновую кислоту, эфирное масло, сапонины (в клубнях).

В клинической медицине изучен сходный вид — зопник колючий. Исследования Н. И. Соломченко подтвердили эффективность зопника при хронических гастритах. Больные получали отвар из 2—4 ложек травы на 2 стакана воды, по полстакана 3 раза в день за 30—40 минут до еды в течение 2 месяцев. У подавляющего большинства больных, страдавших гипоцидными гастритами, наступило снижение кислотности желудочного сока, исчезла из-



жога и боли, а у больных с секреторной недостаточностью отмечено повышение кислотности (Губергриц, Соломченко, 1971).

В народной медицине корни и надземная часть зопника широко применяются как желудочное, желчегонное, противовоспалительное и успокаивающее средство. Его рекомендуют при гастритах и язвенной болезни, воспалении легких, туберкулезе, бронхите, холецистите, желтухе, малярии, геморрое, женских болезнях и детских судорогах (столовую ложку травы настаивают в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день за 30 минут до еды). Отвар клубней принимают при кровавых поносах. Свежие листья и корни, растертые в кашицу, считаются ранозаживляющим средством.

Растение заслуживает дальнейшего всестороннего изучения.

Надземную часть растения срезают во время цветения, корни и клубни выкапывают в сентябре — октябре.

**Зубровка душистая.** *Hierochloa odorata* Wahlenb. Семейство злаковых.



Зубровка душистая.

Многолетнее травянистое растение с длинным шишуровидным корневищем и прямым, гладким стеблем 30—70 см высоты. Листья очередные, широколинейные. Цветки в золотисто-бурых колосках, в продолговатой раскидистой метелке. Цветет в мае — июне.

Распространена в Сибири и на Дальнем Востоке, в полярно-арктической, тундровой, лесной и лесостепной зонах. Растет на лесных полянах, солонцеватых и болотистых лугах, в разреженных березовых и смешанных лесах.

Растение содержит алкалоиды, кумарин, придающий траве специфический аромат, обусловивший использование зубровки в ликерно-водочной промышленности.

Водный настой и водочную настойку травы в народной медицине применяют для возбуждения аппетита и

усиления деятельности желудочно-кишечного тракта (столовую ложку травы настаивают 30 минут в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день перед едой).

Зюзник европейский. *Lycopus eugoraeus* L.  
Семейство губоцветных.

Многолетнее травянистое ароматное, слабо опушенное растение. Стебель четырехгранный, ветвистый, до 80 см высоты. Листья супротивные, продолговато-яйцевидные, в основании перистонадрезанные, крупнозубчатые, пильчатые. Цветки белые, с пурпурными крапинками, собраны в мутовки, расположенные в пазухах стеблевых листьев. Цветет с половины июня до половины августа.

Распространен в лесной и лесостепной зонах Западной, Средней и Восточной Сибири. Растет по берегам рек и озер, на сырых поемных и лесных лугах, а также в южных сосновых борах.

Надземная часть растения содержит горькое вещество ликопин, эфирное масло, следы алкалоидов, флавоновых гликозидов и холиноподобных веществ, смолы и сапонины.

Исследования установили, что препараты зюзника оказывают угнетающее влияние на возбудимость сердечной мышцы. Действие зюзника аналогично хинидину — алкалоиду, выделенному из коры хинного дерева. Эффективен при приступах сердцебиения, базедовой болезни, нарушениях ритма сердца (экстрасистолии), когда обычно назначают хинидин, а также при эндокардитах. Применяют 10—20%-ный настой травы по полстакана или трети стакана на прием (Губергриц, Соломченко, 1971). Иногда его применяют в смеси с пустырником (в равных частях).

В народной медицине зюзник считается хорошим успокаивающим, болеутоляющим и кровоостанавливающим средством. Его рекомендуют при бессоннице, неврозах, сердечной слабости, зобе (тиреотоксикозе), туберкулезе, малярии, желудочных болях и маточных кровотечениях (чайную ложку сухой травы заваривают в стакане кипятка, настаивают 2 часа и пьют по четверти стакана 3 раза в день за 30 минут до еды).

Траву собирают в начальной фазе цветения, сушат в тени на сквозняке и хранят в плотно закрытых коробках или банках.

Ива. Семейство ивовых.

В Сибири известно примерно 50 видов ив. Медицинское применение имеют ива белая (ветла). *Salix alba*



Л., ива козья. *Salix caprea* L., ива ломкая. *Salix fragilis* L. и другие.

Все ивы — многолетние деревянистые растения, деревья (ива белая, ива ломкая) или кустарники (ива серая *Salix caprea* L., ива сибирская *Salix sibirica* Pall. и т. д.) с простыми листьями с прилистниками, на черешках, сверху зелеными, снизу часто белоопушенными. Цветки без околоцветников, однополые, собраны в сережки. Цветут до появления листьев или во время олистения.

Ивы обычно растут по берегам рек и ручьев, под пологом леса, нередко у дорог, в садах, на болотах повсеместно в Сибири.

Кора ивы содержит флавоновые, дубильные вещества, гликозид салицин, аскорбиновую кислоту.

В медицине отвар коры ивы употребляют как вяжущее средство при поносах, жаропонижающее при остром ревматизме, малярии и т. д. Используется для полосканий при воспалении слизистых оболочек и как обеззараживающее средство для очищения воды от бактерий. Часто для повышения противовоспалительного действия отвара его комбинируют с препаратами салициловой кислоты. Кора входит в состав потогонных чаев. В последние годы нашли применение мужские соцветия ивы.

Клинические испытания показали положительное действие спиртовой настойки (10%-ная) и водного отвара мужских соцветий ивы козьей при неврозах, тахикардии подобно препаратам наперстянки. Некоторые врачи при пузырьковой (дисгидротической) экземе применяют попеременно ванночки из отвара коры ивы и березовых почек (Губергриц и Соломченко, 1971).

В народной медицине отвар коры применяют в основном при лихорадочном состоянии (вместо хинина), ревматизме, как вяжущее и противовоспалительное при хронических поносах, как желчегонное, при катарах желудка, заболеваниях селезенки, обильных менструальных кровотечениях (в виде спринцевания). Из коры готовят отвары (10—15 г на стакан воды, кипятят 10—15 минут и принимают по 2 столовые ложки 3—4 раза в день перед едой).

Отвары мужских соцветий ивы козьей пьют при воспалении почек. Иногда оказывает глистогонное действие. Порошок из коры наносят на поверхность раны как кровоостанавливающее. Крепким отваром коры ивы и корней лопуха моют голову при перхоти, зуде кожи головы и выпадении волос. Для этого берут 2 столовые ложки ко-

ры ивы и столько же однолетних корней лопуха, отваривают смесь в литре воды, процеживают и теплым отваром моют голову 2 раза в неделю (Носали, 1959).

Кору собирают ранней весной, до цветения и разветвления листьев, сушат в тени. Мужские сережки собирают в пору цветения, сушат в тени, рассыпав тонким слоем.

Икотник серый, икотная трава, *Berteroa incana* DC. Семейство крестоцветных.

Двулетнее травянистое растение с одиночным, вверху ветвистым стеблем до 50 см высоты. Все растение опушено серо-зелеными волосками. Листья очередные, ланцетные, редкозубчатые. Цветки мелкие, белые, собраны в кисти. Цветет с мая по сентябрь. Плод — стручок.

Распространен в Западной и Средней Сибири в южной части лесной, а также в лесостепной и степной зонах. Растение занесено русскими из европейской части страны. Растет на открытых местах у дорог, на степных лугах, изреженных участках леса, на полях, около жилья.

Химический состав не изучен. Известно, что растение содержит алкалоиды и гликозид синигрин.

В народной медицине известен как успокаивающее средство, особенно рекомендуемое при нервной икоте, удушье (столовую ложку сухой травы настаивают 2 часа в стакане кипятка, процеживают и пьют по столовой ложке 3 раза в день). Ванны из отвара травы считаются средством, укрепляющим нервы, общеукрепляющим при резком болезненном похудании. В отваре купают детей, страдающих спазмофилией («младенческой»). Настои и отвары применяют также при бронхиальной астме и кашле. Настой из цветов эффективен для лечения детских поносов (столовую ложку цветов на стакан кипятка, принимают по столовой ложке через 2 часа). Вяжущее действие икотника подтверждено клиническими испытаниями (Губергриц, Соломченко, 1971).

Траву собирают во время цветения, сушат в тени на воздухе или в хорошо проветриваемом помещении.

Исландский лишайник, цетрария исландская, лопостянка. *Cetraria islandica* Ach. Семейство пармелиевых.

Лишайник, неправильно называемый мхом, с листовидно-кустистым слоевищем до 15 см высоты, кожистым, зеленовато-бурым в сыром состоянии, в засушливую погоду — хрупким и ломким. Вкус — горьковатый, слизистый.



Растет в тундре, северных лесных борах и высокогорных районах страны.

Содержит антибиотические вещества — усниновую, протолихестериновую, протоцетраровую, фумаропротоцетраровую и другие кислоты, большое количество углеводов, половину которых составляет гомополисахарид лихенин, изолихенин, глюкозу, галактозу, белки, жиры,

воск, камедь, минеральные соли, пигменты, цианокобаламин (витамин В<sub>12</sub>).

Лихенин обладает способностью сильно разбухать в воде, легко усваивается организмом, а цетрарин (горечь) — усиливает выделение желудочных соков и возбуждает аппетит. Поэтому слоевище цетрарии в виде отваров, сборов и студней применяется как средство, возбуждающее аппетит при заболеваниях желудочно-кишечного тракта и дыхательных путей. Препараты цетрарии на-



Исландский лишайник.

значают при атонии желудка, хронических запорах и расстройствах кишечника. В прошлом исландский лишайник широко применялся для регулирования деятельности желудочно-кишечного тракта и как питательное средство для больных туберкулезом и истощенных заболеваниями.

Натриевая соль усниновой кислоты обладает бактериостатическим свойством даже в разведении 1 : 2 000 000, в более сильной концентрации убивает палочку Коха. Под названием натрия уснинат (препарат БИНАН) натриевая соль усниновой кислоты применяется в виде водно-спиртового, масляного (в касторовом масле), раствора

в глицерине или в пихтовом бальзаме для лечения ран, ожогов, трещин и в гинекологической практике.

В народной медицине используется с глубокой древности как лекарство против туберкулеза и других заболеваний легких, общеукрепляющее, желудочное и питательное средство. Относится к растениям, вторично открытым научной медициной. Лишайник широко использовался, в первую очередь как противотуберкулезное средство, в XIX в., потом был исключен из арсенала научной медицины, так как врачи не обнаружили в нем ни алкалоидов, ни сильно действующих гликозидов.

Собирают исландский мох все лето и сушат на солнце на открытом воздухе.

Истод сибирский, сибирская сенег. *Polygala sibirica* L. Семейство истодовых.

Многолетнее небольшое травянистое растение с вертикально расположенным головчатым корневищем, переходящим в нижней части в одиночный маловетвистый корень. Стебли многочисленные, тонкие, невысокие, более или менее кустистые, короткопушистые. Нижние листья эллиптические, заостренные или тупые, остальныеланцетовидные. Цветочные кисти пазушные, реже верхушечные, односторонние, негустые. Нижние цветы на поникающих цветоножках. Чашелистики зеленые с беловато-пленчатыми краями. Венчик бледно-фиолетовый или синеватый. Цветет с конца мая до половины июня. Плод — двугнездная, широкая, сплюснутая коробочка.

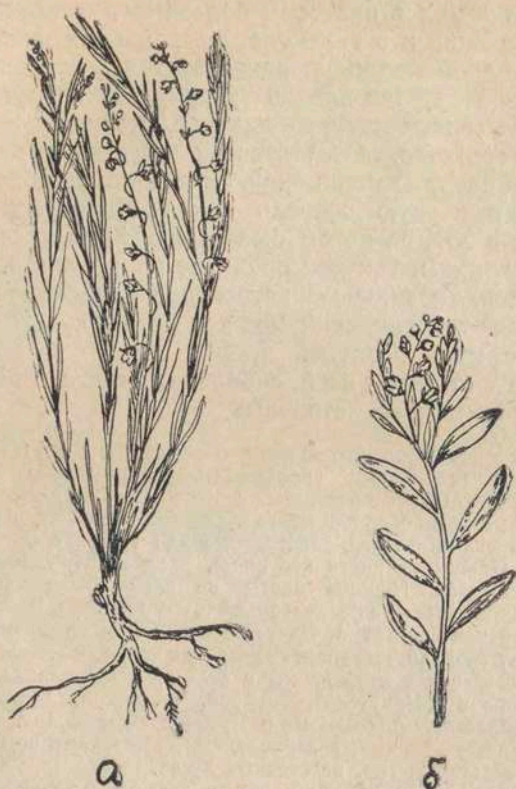
Распространен в лесостепной и степной зонах Западной и Восточной Сибири в Иркутской, Томской, Читинской, Омской, Новосибирской областях, Алтайском и Красноярском краях. Растет на открытых известняковых, задернованных, реже каменистых склонах холмов и невысоких гор, на степных лугах.

На истод сибирский очень похож истод узколистый — *Polygala tenuifolia* Willd., отличающийся лишь голыми, узкими, линейными, заостренными, почти вертикально стоящими листьями и синей окраской цветов. Встречается на Алтае, в Восточной Сибири, реже — на Дальнем Востоке (по Амуру и в Приморье).

Корни обоих видов истода содержат сапонины (особенно много в сибирском, где сапонины обнаружены и в надземной части), гликозиды (сенегин и поллигаловую кислоту, принадлежащие к сапонинам), жирное масло, валериановую кислоту, салициловокислый метиловый эфир, дубильные и другие вещества.

Корни обладают активным отхаркивающим действием и служат полноценным заменителем сенеги. В научную медицину введены проф. А. Ф. Гаммерман. Отвар из корней истода назначают при острых и хронических заболеваниях легких и верхних дыхательных путей, осо-





Истод: а) тонколистый, б) сибирский.

бенно при застарелом бронхите, а также при бронхиальной астме, абсцессах легких и для полосканий при ларингите (1—2 столовых ложки 4—5 раз в день). Препараты истода не вызывают побочных явлений и не обладают свойством кумуляции.

Установлено, что помимо отхаркивающего и противовоспалительного действия, истод повышает тонус гладкой мускулатуры кишечника. Этим оправдано его применение в народной медицине не только при различных заболеваниях легких и верхних дыхательных путей, но и при болезнях желудочно-кишечного тракта, особенно при слизистых поносах и катарах желудка и кишечника

(чайную ложку корней настаивают 4 часа в холодной кипяченой воде и пьют по полстакана 3—4 раза в день до еды). Примочки из отвара корней или настоя травы рекомендуют при карбункулах и воспалении кожи.

Корни выкапывают в августе — сентябре, отряхивают от земли и сушат на открытом воздухе на солнце или в хорошо проветриваемом помещении, не промывая водой.

Какалия копьевидная. *Cacalia hastata* L. Семейство сложноцветных.

Многолетнее травянистое растение с горизонтальным корневищем и прямым стеблем 50—150 см высоты. Листья трехлопастные, ширококопьевидные, с острозубчатыми краями. Цветки кремово-беловатые, трубчатые, в метельчатом соцветии. Цветет в июле — августе, семена созревают в августе — сентябре. Медонос.

Широко распространенное растение в лесной и лесостепной зонах, а также в горнолесном поясе Западной, Средней, Восточной Сибири и на Дальнем Востоке. Растет по разреженным хвойным и березово-осиновым лесам, березовым сыроватым колкам, по оврагам, берегам рек, таежным лугам.

Растение содержит большое количество каротина, аскорбиновую кислоту, алкалоиды, в том числе хастацин, близкий по структуре к платифиллину, выделенному из крестовника, дубильные вещества, винную кислоту.

Фармакологическое исследование какалии показало, что она обладает ранозаживляющим действием, которое связывают с высоким содержанием каротина и аскорбиновой кислотой, и спазмолитическим, обусловленным хастацином. Корень оказывает слабительное действие.

В народной медицине растение известно как средство для лечения различных инфекционных заболеваний, гнойных ран и язв и как слабительное. Лекарственное сырье — листья и корни.

Заслуживает дальнейшего фармакологического и клинического изучения, поскольку естественные запасы какалии значительны.

Калина обыкновенная. *Viburnum opulus* L. Семейство жимолостных.

Кустарник до 2—3 м высоты, с бурой или красно-бурой корой, трех-пятилопастными крупнозубчатыми листьями, белыми цветками, собранными в щитковидные полузонтики, и красными, горькими плодами-костянками. Цветет в мае — июне. Плоды созревают в августе — сентябре. Медонос.

Широко распространена в лесной и лесостепной зонах, а также в нижней части горнолесного пояса в Западной, Средней и Восточ-



ной Сибири. Растет в подлеске, в лесах и долинах рек, по уремам, на поемных лугах. Разводится в садах и парках как декоративное растение.

Кора калины содержит горький гликозид вибурнин и фермент, вызывающий его распадение, дубильные вещества пирокатехиновой группы, смолоподобные сложные эфиры, которые при гидролизе отщепляют валериановую, изовалериановую, муравьиную кислоты, соли органических кислот, кальций, ванадий, аскорбиновую кислоту и другие вещества. В плодах — флавоноиды (производные кверцетина и кемпферола — вещества Р-витаминного действия), каротин, аскорбиновая кислота, сахара (до 32%), дубильные вещества, органические кислоты (в том числе валерьяновая и ее эфиры).

Препараты калины обладают вяжущим, кровоостанавливающим, успокаивающим, противоспазматическим, мочегонным действием, а также способствуют снижению кровяного давления.

В акушерской и гинекологической практике широко применяют жидкий экстракт коры калины (реже отвар коры) как средство, уменьшающее сокращение мускулатуры матки: при маточных кровотечениях, угрожающем аборте, болезненных менструациях (по 20—40 капель экстракта 2—3 раза в день). Его назначают и при геморроидальных кровотечениях. Плоды рекомендуют при язве желудка, как мочегонное и общеукрепляющее (в составе витаминных сборов) средства. Растертые с сахаром плоды показаны при гипертонии.

В народной медицине отвар коры применяют как успокаивающее при неврозах, сосудистых спазмах, бессоннице, истерии, приступах удушья, судорогах (2 столовые ложки на стакан воды; пьют по полстакана 2 раза в день), а также при простуде и золотухе. Кроме того, золотушных детей купают в отваре коры (разбавленном водой).

Отвар цветков используется для улучшения пищеварения, как вяжущее при поносах, при резях и спазмах в кишечнике, в качестве отхаркивающего и потогонного средства, а также при заболеваниях женских органов и как слабое потогонное.

Сырые ягоды рекомендуют при головной боли и как слабительное. Отвар ягод с медом применяют при простудных заболеваниях верхних дыхательных путей и при поносах. Настой свежих ягод пьют при язвенной болезни

желудка и двенадцатиперстной кишки. Сок ягод — «для успокоения болей в сердце и печени» (при бронхиальной астме и гипертонии). При язве желудка иногда рекомендуют отвар ягод, сваренных в сливочном масле, разведенный водкой.

По свидетельству В. Г. Минаевой (1971), отвар веток и ягод калины принимают при раковых опухолях. Калиновый сок считается хорошим наружным средством от прыщей, а водный настой плодов используют для обмываний при гнойничковых поражениях кожи. Витаминный чай из плодов (столовую ложку настоять в стакане кипятка и пить по полстакана 2 раза в день) — обладает общеукрепляющим и успокаивающим действием.

Плоды используются в кондитерском и ликеро-водочном производствах (для приготовления водочной настойки «Паланга» и слабоалкогольного напитка «Калинка»).

Кору заготавливают во время сокодвижения, разрубая на куски и сушат на открытом воздухе, на чердаках или в хорошо проветриваемом помещении. Правильно высушенная кора при сгибании не гнется, а ломается. Плоды собирают вполне зрелыми поздней осенью вместе с плодоножками, хранят связанными в пучки в подвешенном состоянии или, проявив на воздухе, досушивают в печах до твердого состояния.

**К а л у ж н и ц а болотная.** *Caltha palustris* L. Семейство лютиковых.

Многолетнее травянистое растение высотой до 50 см со шнуровидными корнями. Стебель голый, листья почковидные, нижние на черешках, верхние сидячие, блестящие, темно-зеленые, по краям тупозубчатые. Цветы крупные, глянцевитые, золотисто-желтые, обычно одиночные, на верхушке цветоноса. Цветет с апреля по июнь, иногда зацветает вторично осенью. Плод — листовка.

Широко распространена по всей Сибири и Дальнему Востоку. Растет на болотах и сырых местах, по берегам рек, в уремах, на сырых лугах, в горах у ручьев.

Содержит алкалоиды (анемонин, берберин), холин, каротин, флавоноиды, горечи, сапонины, немного аскорбиновой кислоты, крахмал. В фазе цветения слабо ядовито, что объясняется наличием сапонинов и протоанемонина (Телятьев, 1969).

Растение обладает противосудоржным, болеутоляющим и противовоспалительным действием. В народной медицине небольшие дозы водного настоя травы рекомендуют при катаре бронхов, коклюше, болезненных мен-





Калуžница болотная.

струациях, золотухе и лихорадке. Свежие листья, обваренные кипятком, обвертывают марлей и прикладывают к ранам, воспаленным и обожженным местам. Ванны с настоем калуžницы применяют при простудных заболеваниях.

Корни и стебли растения в дореволюционное время в неурожайные годы использовались как примесь к муке. Цветочные бутоны, обваренные кипятком, маринуют и едят. Несмотря на то, что после обработки растение съедобно, при приеме настоев нужно быть осторожным: большие

дозы могут вызвать раздражение слизистых оболочек, рвоту и понос.

**Кандык сибирский.** *Erythronium sibiricum* Kryl. Семейство лилейных.

Небольшое весеннее луковичное травянистое растение, распускающееся и цветущее ранней весной, после чего надземная часть отмирает. Листья зеленые, эллиптические, иногда пятнистые (с красно-зеленым рисунком). Цветки колокольчатовидные (2,5—5,5 см длины), поникшие, розово-лиловые.

Распространен в южной половине лесной зоны, в горнолесном и альпийском поясах Западной и Средней Сибири, растет в темнохвойных и смешанных лесах по опушкам.

Луковицы содержат крахмал, глюкозу, белок, слизь.

В народной медицине клубни считали средством от колик и эпилепсии. Издавна используется в пищу. Нарезанные луковицы высушивают и растирают в муку.

Требуются меры по обеспечению восстановления естественных запасов кандыка и его рациональному использованию.

Заготавливают луковицы весной после окончания цветения.

Камнеломка болотная. *Saxifraga hirculus* L.  
Семейство камнеломковых.

Многолетнее травянистое растение с тонким корневищем и прямыми стеблями, покрытыми рыжими волосками, до 30 см высоты. Прикорневые листья ланцетные, стеблевые — линейные, сидячие. На верхушках стеблей по одному довольно крупному желтому цветку.

Распространена в Восточной Сибири. Растет по болотам, сырым местам, вдоль рек и ручьев.

Химический состав не изучен.

В народной медицине корень и семена применяют как мочегонное под названием чагирский мочегонный чай. Настоем корней и семян обмывают различные гнойничковые поражения кожи.

Применяется в тибетской медицине наряду с камнеломкой точечной (*Saxifraga punctata* L.), растущей по руслам каменистых ручьев и речушек всей Сибири.

Карагана гривастая, верблюжий хвост. *Sagapana jubata* Pall. Семейство бобовых.

Кустарник с толстыми ветвями, густо усеянными тонкими колючими черешками с длинными иглами (до 5 см). Листья перистые, с 4—6 парами линейных листочков, сложенных вдоль по средней жилке. Листья и побеги покрыты длинными волосками. Цветки крупные, белые или кремовые, расположены в пазухах листьев. Плоды — волосистые бобы.

Распространена в Средней и Восточной Сибири — в Тувинской и Бурятской АССР, Иркутской и Читинской областях. Растет по берегам рек и ручьев в альпийском и субальпийском поясах, на каменистых склонах в горнолесном поясе, часто образует обширные заросли (особенно в Восточном Саяне).

Химический состав не изучен. Известно лишь, что в надземной части растения есть флавоноиды.

Надземную часть кустарника народная медицина Восточной Сибири использует при различных воспалительных заболеваниях (Телятьев, 1969). Отвар пьют при простуде и болезнях желудочно-кишечного тракта, при ревматизме, воспалительных процессах женской половой сферы, полощут горло при ангине, рот при воспалении десен. Полоскание из отвара применяют при воспалительных процессах в носоглотке и т. д. Наружно отвар применяют для примочек и обмываний кожных сыпей и гнойных ран, нередко сочетая обмывания с приемом отвара внутрь.



Как сообщает В. В. Телятьев, обративший внимание врачей на это любопытное растение, обычно отвар для наружного применения готовят из расчета 10—20 г сырья на 200 г воды и кипятят 15 минут. Для приема внутрь измельченное сырье настаивают в водяной бане 20—30 минут или делают водочные настойки.

Многолетние наблюдения подтвердили выраженное противовоспалительное действие караганы при воспалительных процессах, особенно при ангине. Растение заслуживает фармакологического изучения.

Заготавливают карагану гривастую в течение всего года, но наиболее эффективным считают сырье весеннего сбора.

Карагана древовидная, караганник, желтая акация. *Caragana arborescens* Lam. Семейство бобовых.

Высокий кустарник с желто-зелеными гладкими ветвями. Листья перистые, с 4—8 парами эллиптических светло-зеленых листочков. Цветки желтые; на длинных цветоножках, собраны пучками по 2—5 в пазухах листьев. Цветет в мае — июне. Плоды — голые линейные бобы. Медонос.

Распространена в лесной и лесостепной зонах Западной, Средней и Восточной Сибири. Растет как подлесок в темнохвойных сосновых и березовых лесах, по опушкам березовых колков, берегам рек и склонам оврагов.

Листья содержат гликозид караганин, много аскорбиновой кислоты и каротина, семена — жирное масло.

В народной медицине, по данным Е. Ю. Шасса, настой из листьев и коры караганы принимают при атеросклерозе наравне (а иногда и вместе) со шлемником байкальским и пустырником. Настой листьев и коры считается средством от головной боли, изжоги и заболеваний печени. Настой корня и коры пили при катаре верхних дыхательных путей (Уткин, 1931), настой листьев рекомендовали при золотухе (Анненков, 1878).

Семена в прошлом в голодные годы шли в пищу — о съедобности семян «горохового дерева» и возможности разведения его как пищевого растения Эклебен опубликовал специальную статью в «Трудах Вольного экономического общества» за 1785 г.

Как хороший медонос, карагана издавна применяется для обсадки пасек. Мед, полученный с нее, считается необычайно целительным при авитаминозе, истощении, упадке сил, кашле.

Наряду с караганой древовидной в народной медици-

не в качестве противозолотушного средства применяются карагана карликовая *Saragana pumica* L. и карагана степная (дереза) — *Saragana frutex* L.

Касатик болотный, аировидный, касатик желтый. *Iris pseudacorus* L. Семейство касатиковых.

Многолетнее травянистое растение с толстым и длинным светло-бурым корневищем. Стебель прямой, высокий 50—100 см. Листья широколинейные, до 2 см ширины, двухрядные, мечевидные. Цветы правильные золотисто-желтые, на длинных и толстых цветоносах, выходящих из пазух верхних влагалищных листьев, собраны в пучки на концах ветвей. Цветет в мае — июне. Плод — крупная трехгранная продолговатая коробочка с блестящими семенами.

Распространен в основном в европейской части страны, восточная граница ареала — в Курганской области в районе Шадринска по р. Миус. Растет на болотах, по сырым берегам рек, на заливных лугах.

Корневище содержит эфирное масло, гликозид иридин, сахара, крахмал, аскорбиновую кислоту, дубильные вещества, органические кислоты. Касатик желтый входит в сбор М. Н. Здренко для лечения ряда злокачественных опухолей, гастритов, язвы желудка и т. д.

В народной медицине корневище используется в качестве болеутоляющего средства при зубной боли, катаре желудка, желудочно-кишечных коликах, как противовоспалительное при ангине, заболеваниях женских органов, сопровождающихся белями, при трихомонадных кольпитах, как отхаркивающее при бронхитах и воспалении легких и в качестве мочегонного при водянке (Губергриц, Соломченко, 1971).

Отвар корня (чайную ложку измельченного сырья на стакан кипятка) применяют для полосканий при ангине, разрыхлении десен и спринцеваний при воспалительных процессах женской половой сферы, нередко сочетая с приемом отвара внутрь (по 2 столовые ложки 4 раза в день). Отвар считается хорошим косметическим средством — его используют для обмывания лица и мытья головы при перхоти.

В научной медицине используется корневище касатика германского (*Iris germanica* L.), химический состав которого сходен с составом касатика болотного. Корневище касатика германского входит в состав грудного сбора под названием корня фиалкового (вместе с листьями мать-и-мачехи, корнями алтея и солодки, плодами аниса и цветками коровяка). Касатик герман-



ский выращивается в садах как декоративное растение.

Касатик желтейший, прис желтый. *Iris flavissima* Pall. Семейство касатиковых.

Многолетнее травянистое растение с толстым ползучим корневищем и низким стеблем (3—8 см), ланцетовидными листьями и желтыми цветками. Цветет в мае — июне.

Встречается в лесостепной и степной зонах Западной, Средней и Восточной Сибири. Растет на степных лугах, опушках березовых колков, по берегам рек.

Химический состав не изучен.

Корневища в народной медицине, по сообщению Н. Л. Скалозубова (1913), применяют как средство, регулирующее менструации. В тибетской медицине корневище, под названием «бу-шэл-ци», входит в состав кровоостанавливающих сборов и используется в виде порошка при сепсисе и различных инфекциях (Гусева, 1966).

Касатик сибирский. *Iris sibirica* L. Семейство касатиковых.

Многолетнее травянистое растение с ползучим корневищем и высоким стеблем до 80 см высоты. Листья зеленые, линейные. Цветки синие, растут по 2—3 на верхушке стебля на цветоножках разной длины. Цветет в июне.

Распространен в южной половине лесной зоны в Западной Сибири, встречается в Забайкалье и верхнем Приамурье. Растет на лесных лугах, в разреженных березовых лесах.

В народной медицине считается сердечным, противогинготным, мочегонным, кровоостанавливающим и глистогонным средствами. Настой корневищ пьют при сердечных болях (Скалозубов, 1913), малокровии, цинге, водянке, кровотечениях различного происхождения и глистах (Верещагин, Соболевская, Якубова, 1959).

Кроме этих видов в сибирской народной и тибетской медицине применяют касатик мечевидный *Iris ensata* Thunb и касатик русский (узик) *Iris ruthenica* Ker-Gawl.

Кедр сибирский. *Pinus sibirica* Mayr.

Хвойное дерево, высотой до 40 м, достигает возраста 550 лет, а в лучших условиях — 800 лет. Хвоя длинная, мяккая, трехгранная по 5 игл в пучке, держится на ветвях от 3 до 7 лет. Цветки пыльниковые, в колосках, фиолетово-красного цвета. Женские шишечки фиолетовые, на вершинах ветвей, по 2—5. Семена — орешки, заключенные в жесткую скорлупку светло- или темно-коричневого цвета. Плодоносить дерево начинает на открытых местах с 15—25-летнего возраста, а в густом лесу — с 50—60 лет.

Широко распространен в Западной, Средней и Восточной Сибири, как в пределах средней и южной тайги, так и в горнолесном поясе.

Медицинское значение имеют семена (орехи), их скорлупа, хвоя, ветви и смола (живица) кедра. Орехи съедобны, содержат большой процент масла (60—70%), хорошо усваиваемого человеческим организмом и применяемого в медицине для приготовления лекарств, а также для микроскопических, бактериологических исследований и т. д. Кроме жира, в ядрах орехов имеется до 20% белков, 12% крахмала, 2% пентозанов, 4% клетчатки, 2% золы, в которой содержится ряд микроэлементов, витамины В и Д. Если бы имелась возможность давать детям и взрослым ежедневно по горсти орехов, то этим можно значительно повысить устойчивость организма против ряда заболеваний, увеличить долголетие человека.

Еще П. С. Паллас в 1792 г. отметил, что кедровые орехи восстанавливают мужскую силу и возвращают человеку молодость. В народной медицине молоко, приготовленное из ядрышков, применяют против туберкулеза, при болезнях почек и мочевого пузыря.

Настой скорлупы от орехов применяют против геморроя (полстакана скорлупы заливают стаканом кипятку, настаивают 15—20 минут и принимают внутрь в два приема перед едой).

Молодые верхушки, почки и хвоя, содержащие аскорбиновую кислоту, эфирные масла и микроэлементы, издавна используются против цинги. Витаминный напиток из хвои готовят одним из двух способов. Хвою и ветви заливают кипятком, настаивают 2—3 часа, и после этого настой выпивают. Второй способ, позволяющий сохранить больше витаминов, заключается в том, что нарезанную хвою заливают равным количеством по объему слегка подкисленной (лимонной или разведенной медицинской соляной кислотой) холодной водой. Настой ставят в теплое место на 2—3 суток, и после этого он пригоден к употреблению. Кедровая смола и живица, вытекающая из надрезов на стволе, обладают бактерицидным свойством и успешно используются для лечения ран, хронических язв, фурункулов.

На химических заводах из кедровой живицы готовят синтетическую камфару, которая используется в медицине для наружного употребления.



Кедровая хвоя и живица содержит большое количество фитонцидов, губительно действующих на многие болезнетворные микробы. По исследованиям кандидата биологических наук А. Н. Пряжникова, кедр по санитарно-гигиеническому значению превосходит сосну и, отличаясь высокой биологической полезностью, должен широко использоваться в озеленении таежных и подтаежных городов. Для его продвижения в лесостепную зону ведутся успешно культуры (кандидат сельскохозяйственных наук В. Н. Габеев) и производятся прививки кедровых веток на молодые сосны (кандидат сельскохозяйственных наук Н. Ф. Храмова). Аналогичное значение, как и сибирский кедр, имеют его родственники — корейский кедр и кедровый стланник.

Комплексное использование кедровых лесов, охрана припоселковых кедровников — одна из важных задач лесоводства и санитарно-гигиенической практики.

Кермек Гмелина. *Limonium gmelinii* Ktze. Семейство свинчатковых.

Многолетнее травянистое медоносное голое растение, высотой до 60 см с толстым стержневым, деревянистым, сверху темно-бурым, на изломе красно-бурым корнем до 4 м длины и прямостоячим безлистным стеблем. Листья продолговато-яйцевидные, все прикорневые, сизоватые, краснеющие на изломе, на черешках, образуют розетку, расположенную почти на поверхности почвы. Цветки сине-фиолетовые, сидящие по два, расположены на ветвящихся цветоносах в щитковидно-метельчатом соцветии. Цветет с июля по сентябрь. Семена удлинненно-яйцевидные, пурпурно-коричневые.

Распространен в лесостепной и степной зонах и островных степях Западной, Средней и Восточной Сибири, а также в Северном Казахстане и Монголии. Растет на солончаковых и солонцеватых лугах, по берегам соленых озер, в засоленных понижениях и речных долинах. Часто образует обширные заросли.

Корни содержат органические кислоты (галловую и эллаговую), дубильные (до 23%) и красящие вещества. Наибольшее количество дубильных веществ содержат старые корни. В листьях найден гликозид мирицитрин и незначительное количество алкалоидов.

В народной медицине отвар и порошок корней используют при острых желудочно-кишечных заболеваниях, дизентерии, обычных поносах и как кровоостанавливающее средство при маточных и других внутренних кровотечениях (чайную ложку измельченных корней отваривают в 2 стаканах воды, настаивают 2 часа и принимают 1—2 столовые ложки перед едой 2—3 раза в день).

Закрепляющее действие кермека подтверждено клиническими наблюдениями.

Из корней получают краски для бумажных и шелковых тканей и кожи.

Корни заготавливают весной или осенью, срезая стержневой корень на глубине 30 см и сушат на воздухе в течение одного, двух месяцев. Высушенные корни бурые; в изломе желтые или красные.

Кизильник черноплодный. *Cotoneaster melanosarca* Lodd. Семейство розоцветных.

Небольшой кустарник с войлочно-волосистыми побегами, высотой до 200 см. Листья яйцевидно-эллиптические, сверху темно-зеленые, снизу серовойлочные, на коротких черешках. Мелкие розовые цветки собраны в щитковидные кисти. Цветет в мае — июне. Плоды — ложные костянки, черные с сизым налетом, имеют 2—4 косточки.

Встречается в южной части лесной и в лесостепной зонах Западной и Восточной Сибири, в европейской части страны. Растет на меловых, известковых и каменистых склонах и на каменистых почвах в светлых лесах и березовых лесах, по опушкам колков.

Химический состав изучен слабо. Плоды содержат аскорбиновую кислоту, листья — аскорбиновую кислоту и гликозид, при расщеплении которого выделяется синильная кислота. Ягоды съедобны.

Народная медицина водный настой веток и листьев (столовую ложку на стакан кипятка настаивать 2 часа, процедить, принимать по четверти стакана 3—4 раза в день) рекомендует при желтухе, водянке, расстройствах желудочно-кишечного тракта. Настой обладает мочегонным, желчегонным, вяжущим действием. В тибетской медицине входит в состав лекарства при сепсисе и ряде других инфекций (Гусева, 1966).

Ветки с листьями собирают во время цветения растения и сушат на воздухе в тени.

Кипрей узколистный, иван-чай, копорский чай. *Chamaenerium angustifolium* Scop. Семейство кипрейных.

Многолетнее травянистое, медоносное растение с толстым ползучим корневищем, высотой до 120 см. Стебель прямой, голый. Листья ланцетовидные с выдающимися жилками, очередные, обычно цельнокрайные. Цветки неправильной формы, розовые, иногда белые, собраны в длинную кисть. Цветет продолжительно. Один цветок выделяет от 15 до 26 мг нектара, причем устойчиво, вне зависимости от погодных условий, в силу чего кипрей является самым продуктивным медоносом. С одного гектара зарослей кипрея медосбор достигает 100—500 кг, в то время как с других медоносов 30—60 кг за сезон. Плод — длинная коробочка.





Кипрей узколистный.

Широко распространен по всей Сибири и на Дальнем Востоке. Растет на сухих песчаных местах, на лесных полянах, опушках, прогалинах, на лесных пожарищах, вырубках, у дорог, в березовых колках, хвойных и лиственных лесах, поднимаясь в горы до границы леса.

Растение содержит много танидов, сахара, кумарины, антоциановые и флавоновые вещества, алкалоиды, большое количество слизи и аскорбиновую кислоту.

По исследованиям М. Н. Варлакова, отвар из листьев обладает сильным противовоспалительным действием, особенно при язвенной болезни. Установлено седативное и противосудорожное действие препаратов кипрея, сходное с действием аминазина. 10%-ный настой или отвар из листьев используют как эффективное болеутоляющее средство при всяких воспалениях слизистых оболочек.

В народной медицине водный настой травы принимают от головной боли, бессонницы, золотухи, при женских заболеваниях, нарушениях обмена веществ, язве желудка, воспалениях уха, горла, носа. Порошком травы присыпают раны. Столовую ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипятка, пьют по столовой ложке 3—4 раза в день. Свежие измельченные листья, приложенные к ранам, способствуют их быстрому заживлению.

До революции листья служили фальсификатором чая и приготавливались для этой цели в с. Капорье (откуда и произошло название растения — капорский чай). Местное население Сибири и таежной полосы европейской части издавна использует листья кипрея для заварки вместо чая. Напиток отличается тонким ароматом. Корни и листья в вареном виде съедобны. Из листьев весной приготавливают витаминный салат.

Собирают растение для медицинских целей в июне — июле, в период массового цветения, и сушат на открытом воздухе в тени или в хорошо проветриваемом помещении.

Кислица обыкновенная, заячья кисличка.  
*Oxalis acetosella* L. Семейство кисличных.

Многолетнее травянистое растение высотой 8—15 см с ползучим корневищем, заменяющим наземный стебель, с характерными длинно-черешковыми тройчатыми листьями с обратнoсердцевидными листочками, опускающимися ночью вниз. Цветы одиночные, из пяти неправильных белых с лиловатыми жилками лепестков, на длинных цветоносах. Цветет в июне — июле. Плоды — пятигнездные коробочки, с силой выбрасывающие семена.

Распространена почти повсеместно в средней и северной подзонах тайги в хвойных и тенистых лиственных лесах, часто образует заросли у лесных ручьев и водоемов.

Химический состав изучен слабо. Растение содержит щавелевокислый кальций, придающий листьям кислый вкус, большое количество аскорбиновой кислоты.

Издавна применялось с лечебными целями. Раньше, когда не были известны синтетические способы изготовления щавелевой кислоты, кислицу разводили как сырье для производства щавелевой кислоты.

О широком применении кислицы сообщает Н. М. Амбодик-Максимович. Он писал, что это растение «с пользою употребляют наипаче в таких болезнях, в коих чрезмерное волнение крови и внутренний жар примечается» — при горячках, перемежающейся лихорадке, сильном нервном возбуждении и «цинготной немочи». Кроме того, врачи рекомендовали кислицу при изжоге, рвоте, расстройстве желудочно-кишечного тракта, горечи во рту, поражении гельминтами и как противоядие при отравлении ртутью и мышьяком. Спиртовую настойку кислицы и водный настой травы применяли при желтухе, болезнях печени, воспалении почек, истощении, и, особенно, при нарушениях обмена веществ в связи с различными кожными заболеваниями.

В народной медицине кислицу используют как средство, регулирующее пищеварение, мочегонное, желчегонное и облегчающее болезненные менструации.

Обычно полчайной ложки травы заливают стаканом кипятка, настаивают 2 часа, процеживают и пьют по столовой ложке 3—4 раза в день. Более крепкий настой полезен для полосканий, обмываний и примочек при гной-



ных ранах, язвах, опухолях, золотухе. С этой же целью можно применять и свежие листья.

Листья, растертые с сахаром, идут на изготовление приятного освежающего напитка, обладающего слабым мочегонным свойством. Следует помнить, что *длительное употребление кислицы может вызвать раздражение почек и мочевыводящих путей.*

С лекарственной целью собирают листья и цветущую часть растения и быстро сушат.

Клевер луговой, красный. *Trifolium pratense* L. Семейство бобовых.

Многолетнее растение, из корневища которого сначала вырастет розетка прикорневых листьев, а затем — прямые, слегка опушенные стебли до 50 см высоты с длинночерешковыми сложными тройчатыми листьями и эллиптическими зелеными с белым пятнами листочками и широкими треугольными прилистниками. Мелкие темно-красные цветки собраны в шаровидные головки на концах стеблей. Цветет в июле — августе. Плоды — мелкие односемянные бобы.

Встречается повсеместно в лесной и северной части степной зон в европейской части страны, в Сибири, в Казахстане. Широко известен как ценная кормовая культура. Растет по сухим, пойменным лугам, в редких лесах, на опушках, вдоль дорог.

Головки клевера содержат гликозиды трифолин и изотрифолин, каротин, флавоновые красящие вещества: протал, генистенн, камферол, дубильные вещества, эфирное и жирные масла, аскорбиновую кислоту, смолу; листья и стебли — аскорбиновую кислоту, каротин, токоферол и другие вещества.

С древних времен клевер служит составной частью ароматических целебных ванн и лечебных грудных и желудочных чаев. Отвар соцветий применяется как отхаркивающее, слабое мочегонное и обеззараживающее, потогонное средства при простуде, коклюше, малокровии, болезненных менструациях. Примочки из отвара головок (2—3 столовые ложки соцветий обварить кипятком, завернуть в марлю и приложить к больному месту) рекомендуют при ожогах, язвах, нарывах и золотухе. Отвар или настой из столовой ложки соцветий на стакан кипятка по полстакана 3 раза в день пьют при гипертонии, головной боли и, особенно, головокружении.

Собирают распутившиеся головки и быстро сушат, не допуская потемнения в тени. Экземпляры, изменившие цвет, не пригодны. Хранят в сухом затемненном месте.

При простудных заболеваниях, женских болезнях, а также как общеукрепляющее и ранозаживляющее средства применяют и клевер белый, или ползучий *Trifolium repens* L., а также клевер люпиновый *Trifolium lupinaster* L.

Клопогон вонючий. *Cimicifuga foetida* L. Семейство лютиковых.

Многолетнее травянистое растение с прямым неветвящимся стеблем, высотой до 200 см. Листья широкие, сложные, дважды, трижды — тройчато-перистые, черешковые. Листочки острые, яйцевидные, зубчатые, цветки мелкие, зеленовато-белые, собраны в поникающую кисть.

Встречается в лесной зоне Западной и Восточной Сибири и в европейской части СССР. Растет в хвойных и березовых лесах, на опушках, лесных лугах.

Химический состав изучен слабо. Установлено, что надземная часть растения содержит алкалоиды, эфирное масло с резким неприятным запахом, сапонины. В корневище найдены органические кислоты, дубильные вещества, смолистое вещество, цимицифугин.

В народной медицине настой травы и корневища рекомендуют при зубной боли, простуде, ревматизме, мигрени, венерических болезнях и в качестве родовспомогательного средства.

В китайской медицине клопогон применяют как общеукрепляющее средство при астме и как противоядие от змеиных укусов.

Корневища собирают осенью и сушат, предварительно слегка провялив на солнце, в открытом помещении; листья — в фазе цветения растения.

Клопогон даурский, цимицифуга даурская. *Cimicifuga dahurica* Maxim. Семейство лютиковых.

Многолетнее крупное травянистое растение с толстым многоглавым ползучим деревянистым корневищем с многочисленными корнями, с горько-жгучим вкусом. Стебель слегка бороздчатый, голый, до 150 см высоты. Листья сложные, дважды- или триждытройчатые, с продолговато-остроконечными долями, нижние на длинных, верхние — на коротких черешках. Мелкие белые однополые цветки собраны в раскидистое пахучее соцветие на верхушке стебля. Цветет в июле — августе. Плод сухой, из 4 листовок, созревает в сентябре.

Распространен в Забайкалье, на юге Хабаровского края, в Примурье и Приморье. Растет по пологим склонам, на высоких террасах, сухих долинных лугах, лесных опушках, в дубовых и смешанных лесах, в зарослях кустарников.

Химический состав изучен недостаточно. По данным ВИЛР, корневища и корни содержат алкалоид цимици-



фугин, салициловую кислоту, гликозиды, кумарины, фитостерин, танин, сапонины, следы алкалоидов, смолу и другие соединения.

В научной медицине применяется настойка корней и корневищ цимицифуги для лечения I и II стадий гипертонической болезни (по 20—30 капель 2—3 раза в день). Она снижает кровяное давление и устраняет или ослабляет сопутствующие болезненные явления, оказывая успокаивающее действие на центральную нервную систему. Действие сказывается через 2—3 недели. Иногда ее рекомендуют при повышенной нервной возбудимости, бессоннице и истерии. Даже в значительных дозах настойка не токсична и может употребляться длительное время.

В народной медицине настой корней и корневищ клопогона даурского издавна применяли при астме, различных сердечно-сосудистых заболеваниях, мигрени, невралгии, истерии, а также при ревматизме и как стимулирующее пищеварение средство (часть корневищ и корней настаивают 5 дней в 5 частях 70%-ного спирта, пьют с водой по 30 капель 3 раза в день в течение 2—3 недель).

В гомеопатии препараты клопогона применяют и для лечения заболеваний женской половой сферы.

По подсчетам ВИЛР, ежегодно необходимо заготавливать около 3 т лекарственного сырья. Возможна ежегодная заготовка более 10 т в основном в Партизанском, Шкотовском, Лазовском, Надеждинском районах Приморского края (Шретер, 1970).

Корневища выкапывают в августе — сентябре, оставляя молодые, нецветущие растения, что позволит провести через 3—4 года повторную заготовку в этих же зарослях. Корневища и корни промывают или тщательно отряхивают от земли, разрезают на куски и сушат в хорошо проветриваемом помещении, предварительно слегка провялив на солнце. Высушенное сырье становится хрупким.

Клубника, земляника зеленая, полевница, поленица. *Fragaria viridis* Duch. Семейство розоцветных.

Невысокое растение с шелковисто-белыми, прижатоволосистыми тройчатыми листьями, крупными белыми цветами. Плод почти шаровидный, розово-красный сверху или с одного бока, в остальной части зеленовато-белый, ароматичный, сладкий.

Распространена в лесостепной и степной зонах Западной, Средней и Восточной Сибири. Особенно часто встречается на степных дугах.

Плоды (ягоды) содержат много сахара (в основном глюкозу), органические кислоты, дубильные вещества, железо, марганец, аскорбиновую кислоту. Много аскорбиновой кислоты и в листьях клубники.

В народной медицине ягоды принимают при цинге, лихорадке, головной боли. Высоко ценятся как потогонное и диетическое средства. Ценное сырье для пищевой, ликерно-водочной и кондитерской промышленности.

Клюквa. *Oxycoccus quadripetalus* Gilib. Семейство брусничных.

Вечнозеленый стелющийся кустарничек с тонкими, стелющимися, одревесневшими стеблями до 80 см длины, укореняющимися в узлах. От стеблей отходят приподнимающиеся, короткие, тонкие, пушистые цветоносные веточки. Листья очередные, кожистые, яйцевидные или продолговато-яйцевидные с ровным, завернутым внутрь краем, темно-зеленые сверху и сизые от воскового налета снизу. Цветки поникшие, собраны в небольшие зонтики на концах ветвей, розовые. Цветет в мае — июне, плоды («ягоды») созревают в сентябре — октябре. Плоды — темно-красные, блестящие, кисло-сладкие ягоды.

Растет на торфяных болотах в лесотундре и лесной зоне Сибири и Дальнего Востока.

Ягоды содержат различные органические кислоты — бензойную, обладающую выраженным антисептическим действием, хинную, лимонную, кетоглutarовую, яблочную, флавоновые (рутин, кверцетин и другие), пектиновые и дубильные вещества, сахара, гликозид вакциннин, аскорбиновую кислоту, железо, марганец, йод, алюминий, медь, серебро, барий и свинец.

Клюква обладает тонизирующим, освежающим действием, улучшает работу желудка и кишечника. В научной медицине экстракты и сиропы из свежих ягод применяют при лихорадящих заболеваниях, гипо- и авитаминозах. Морс из клюквы эффективен как жаропонижающее. Установлено, что напитки из ягод усиливают действие антибиотиков и сульфаниламидных препаратов, применяемых для лечения пиелонефрита, занимающего второе место по частоте заболеваний и нередко ведущего к гипертонии. Это объясняется тем, что бензойная кислота под влиянием аминокислотной кислоты превращается в гиппуровую, которая значительно повышает эффективность ряда препаратов. Употребление клюквы при пиело-



нефрите заметно облегчает состояние больного даже в том случае, когда антибиотики и сульфаниламидные препараты не оказывают лечебного эффекта. Сок клюквы применяют как вспомогательное средство при лечении инфекционных заболеваний мочевых путей. Есть указания, что сок клюквы предупреждает образование некоторых видов камней в почках и показан при глаукоме.

В народной медицине листья и ягоды клюквы рекомендуют как противочинготное средство, при нарушении обмена веществ, а также от простуды, изжоги, головной боли от угара.

В пищевой промышленности ягоды идут для приготовления соков, сиропа, морса, квасов, варенья, киселей и т. д. В США и Канаде крупноплодную клюкву разводят на осушенных торфяниках, получая урожай до 13 и даже 18 т ягод с гектара.

Потенциальные запасы клюквы в Сибири огромны. По нашим предварительным подсчетам<sup>1</sup>, при среднем урожае от 50 до 100 кг с гектара в Западной Сибири биологический урожай составляет около 500 тыс. тонн, а на Дальнем Востоке 25 тыс. тонн. Эти цифры свидетельствуют о больших возможностях организации промышленного сбора ягод клюквы для удовлетворения потребностей населения в витаминном вкусном и медицински полезном пищевом продукте.

Собирают ягоду осенью (основной сбор) в конце сентября и весной. Клюква весеннего сбора — «подснежная» более ценится по вкусовым качествам, но менее пригодна для экстракта, так как почти не содержит бензойную и хинную кислоты, губительно действующие на микробы.

Княжик сибирский, дикий хмель, сибирская лиана. *Atragene sibirica* L. Семейство лютиковых.

Кустарниковая лиана, поднимающаяся по стволам деревьев и кустарников при помощи обвивающихся листовых черешков до 3 м высоты. Листья на длинных черешках, дваждытройчатые. Цветы крупные, желтовато-белые, одиночные, четырехлепестковые, ширококолокольчатые, поникшие. Цветет в июне — июле. Плодики — ширококлиновидные семечки, созревают в августе — сентябре.

Распространена в лесной зоне и горнолесном поясе в Западной, Средней и Восточной Сибири. Растет по лесным опушкам в темнохвойных (кедрово-пихтовых) лесах, берегам рек и ручьев, заходит

---

<sup>1</sup> Г. В. Крылов. Лесные ресурсы и лесорастительное районирование Сибири и Дальнего Востока. Новосибирск, изд. СО АН СССР, 1962, стр. 218.

в горы до лесного предела. Особенно много в черневых лесах Салаира, Северо-Восточного Алтая, Горной Шории, Кузнецкого Алатау, Саян и лесах Таниу-Ола.

Химический состав растения изучен слабо. Предварительный анализ показал присутствие в нем сапонинов, протоанемонина, аскорбиновой кислоты, флавоновых и других веществ. Растение ядовито, что дает основание



Княжик сибирский.

предположить наличие в нем сердечных гликозидов. По исследованиям М. Н. Варлакова, препараты из цветов княжика возбуждают сердечную деятельность подобно кофеину. Установлена высокая фитонцидность растения.

В народной медицине настой из листьев и стеблей употребляют при нарушениях обмена веществ, при простуде, головной боли, расстройствах кишечника и как общеукрепляющее. Ванны из напаренной лианы применяют при ревматизме, невритах и различных параличах. В монгольской медицине препараты княжика использовались чрезвычайно широко, в том числе и при раковых опухолях. По мнению тибетских врачей, княжик излечивает радикально и рецидивов заболеваний не бывает.

Представляет интерес для исследования в качестве сердечного и противоревматического средства.

Сырьевые запасы растения значительны.



Ковыль перистый *Stipa pennata* L. Семейство злаковых.

Многолетний плотнокустовый злак высотой до 100 см с узкими линейными шероховатыми листьями и характерными пушисто-перистыми длинными осями, отходящими от заостренных плодов-зерновок. Цветет в мае — июне.

Распространен во всей степной зоне, растет на открытых пространствах и каменистых склонах предгорий.

Химический состав не изучен.

Издавна применяется как народное средство при зобе (заболевании щитовидной железы) в виде отвара в молоке одновременно с припарками из травы. Отвар корней иногда применяют при параличах.

Траву собирают во время цветения растения, корни — глубокой осенью.

Козлобородник луговой. *Tragopogon pratense* L. Семейство сложноцветных.

Двулетнее травянистое растение с длинным стержневым корнем и ветвистым стеблем высотой до 120 см. Листья линейно-ланцетные, сидячие, стеблеобъемлющие. Цветет в мае — июне. Цветки светло-желтые, язычковые в крупных корзинках, расположенных на конце стебля. После отцветания образуются пушистые шары, напоминающие отцветшие корзинки одуванчика. Семянки цилиндрические, с носиком.

Встречается в юго-восточной части Западной Сибири и во многих областях европейской части страны, кроме Арктики и Юго-Востока. Растет на лугах, на лесных полянах, по берегам рек, в кустарниках, вдоль дорог.

Химический состав не изучен.

Растение обладает антисептическим, ранозаживляющим и мочегонным действием. Корни и стебли имеют выраженное противогинготное действие.

В народной медицине корень козлобородника издавна применяют при кашле, камнях в печени и почках, золотухе, раздражении кожи и кожных заболеваниях. С этой целью 2 чайные ложки измельченного корня заливают стаканом кипятка, кипятят, настаивают 2 часа и принимают по столовой ложке 3—4 раза в день.

Млечный сок способствует заживлению ран. Измельченные свежие листья прикладывают к воспалительным припухлостям, гнойным ранам и язвам.

В прошлом салат из стеблей и корней козлобородника считался действенным противогинготным средством, восстанавливающим силы.

Листья собирают во время цветения растения, корни — ранней весной и поздней осенью.

Колба, черемша, лук победный. *Allium victorialis* L. Семейство лилейных.

Многолетнее небольшое луковидное растение с чесночным запахом. Луковицы длинные, покрытые сетчатыми оболочками, сидят на небольшом корневище, стебель до 75 см высоты, до 6 мм толщиной, прямой. Листья плоские, эллиптические или продолговато-эллиптические, при основании переходящие в черешок. Цветки мелкие, беловато-зеленые, собранные в зонтик. Цветет в июне — июле. Плоды — коробочки с черными семенами.

Распространена в лесной зоне и горнолесном поясе Западной, Средней и Восточной Сибири, также на Дальнем Востоке. Растет в кедровых и пихтовых (темнохвойных) лесах, с примесью осины и березы, на субальпийских лугах. Наиболее крупная и сочная в черневых лесах Горной Шории, Салаира, Кузнецкого Алатау, Северного Алтая и Саян.

Растение содержит аскорбиновую кислоту, эфирное масло с резким чесночным запахом, белок, растворимые минеральные и безазотистые экстрактивные вещества, лизоцим и фитонциды, обладающие сильным антибиотическим действием.

В научной медицине колба применяется как противогинготное средство и при атеросклерозе. Усиливает перистальтику кишечника, обладает тонизирующим, противоглистным, слабым мочегонным действием. Из другого вида черемши — медвежьего лука *Allium ursinum* L. получен препарат урзалл, предложенный для лечения трихомонадных кольпитов, и эфирное масло урзалин, применяемое для лечения гнойных ран, трофических язв, пролежней.

В народной медицине издавна используется как противогинготное и возбуждающее аппетит средство. Настой из листьев черемши рекомендуют при лихорадке, простуде. Сырую черемшу едят при атеросклерозе и глистах, спиртовую настойку применяют для растираний как местное раздражающее при ревматизме и пьют от кашля. Сок черемши закапывают в ухо при гнойных воспалениях.

В сыром, соленом и маринованном виде используется как ранняя весенняя витаминная зелень, заменитель лука и пряная приправа к мясным блюдам. Соленая колба издавна служит предметом экспорта в Англию.

По исследованиям Ю. П. Сурова, наибольшую продуктивность колба имеет в черневом поясе на увлажнен-



ных лесных лугах, где ее сырьевые запасы достигают 6,5 т с гектара. В кедровниках они снижаются до 200—1500 кг с гектара. На площади эффективного сбора в Северо-Восточном Алтае ее можно заготавливать ежегодно до 10—12 т. Заготовку рекомендуется начинать с начала бутонизации (середина мая) и заканчивать к моменту полного цветения. В целях повышения продуктивности естественных плантаций рекомендуется на «колбищах» (местах массового произрастания колбы) подкашивать основных конкурентов колбы — и в первую очередь чемериц, гераней, борцов. Есть удачные опыты разведения колбы на плантациях. В культуре содержание аскорбиновой кислоты увеличивается в два — три раза.

Колокольчик скученный, колокольчик сборный, примочная трава. *Campanula glomerata* L. Семейство колокольчиковых.

Многолетник с коротким деревянистым корневищем и короткопушистым или голым стеблем, до 50 см высоты. Нижние листья — широколанцетные, черешковые, верхние — сидячие. Цветки правильные, мелкие, сине-фиолетовые колокольчики, густо собраны в головчатые соцветия. Цветет в июне — августе.

Распространен в лесной, лесостепной и степной зонах, а также в горах Западной, Средней и Восточной Сибири. Растет на суходольных и альпийских лугах, по лесам и опушкам, среди кустарниковых зарослей.

Отвар издавна применяется в народной медицине как противовоспалительное, обезболивающее средство при головных болях и лихорадочном состоянии, ангине и воспалительных процессах в горле, женских кровотечениях. Употребляется в виде водного настоя во внутрь и для полоскания рта при охриплости голосовых связок и болезнях горла. Наружно примочки употребляют при груднице и рожистых воспалениях.

Колючник обыкновенный. *Carlina vulgaris* Ledeb. Семейство сложноцветных.

Двулетнее травянистое растение с ветвистым корнем и высоким стеблем до 100—110 см высоты. Листья ланцетовидные, жесткие, по краям шиповатые. Цветки мелкие, черно-пурпуровые, собраны в корзинку до 4 см ширины. Цветет в июле — августе.

Распространен в Западной, Средней и Восточной Сибири в южной части, лесной и лесостепной зонах. Растет на лесных лугах, опушках, в сосновых борах, березовых лесах и колках.

Химический состав не изучен.

В народной медицине Сибири настоей всего растения рекомендуют при нервных и психических заболеваниях

(эпилепсии, бессоннице, неврозах, параличах и т. д.), а также при лихорадке (столовую ложку измельченного сырья на стакан кипятка). Настоем поят грудных детей при боли в животе и «от испуга» (Скалозубов, 1913; Уткин, 1931).

В Болгарии в научной медицине применяют сходный вид колючника как мочегонное, потогонное, противоспалительное средства при заболеваниях почек и как отхаркивающее при бронхитах. Припарки из травы применяют при фурункулах, ранах и кожных заболеваниях. В болгарской народной медицине отвар корня считается глистогонным средством.

Копеечник забытый, красный корень. *Hedysarum neglectum* Ldb. Семейство бобовых.

Многолетнее травянистое растение с длинным толстым деревянистым корнем. Стебли прямые, от 25 до 60 см высоты. Листья короткочерешковые, сложные, с 5—11 парами эллиптических листочков. Цветки пурпурово-фиолетовые, собраны в многоцветковые кисти. Цветет в июне — августе. Бобы повислые, 3—5-членистые, пушистые, с широкой каймой.

Распространен на лесных горных лугах, в кедровых лесах, в субальпийском поясе на Алтае, в Саянах, а также в Монголии.

Химический состав не изучен. Известно лишь, что корни содержат много дубильных веществ.

В народной медицине корни растения применяют при поносах, заболеваниях желудочно-кишечного тракта, женских болезнях, а также при малокровии, нервных заболеваниях и как мочегонное.

Растение представляет интерес для фармакологического изучения, так как запасы естественного сырья значительны.

Корни обычно выкапывают во время цветения растения.

Копытенъ европейский, рвотный корень, грыжник. *Asarum europaicum* L. Семейство кирказоновых.

Многолетнее мелкое до 10 см высоты травянистое ядовитое растение с ползучим ветвистым корневищем, двумя листьями и цветком, покрытое короткими волосками, с острым, неприятным запахом, немного напоминающим запах перца и валерианы. Листья зимующие, почковидные, на длинных черешках, блестящие, сверху темно-зеленые, по форме напоминают копыта лошади. Цветки одиночные, невзрачные, мелкие, темно-пурпуровые, свисающие вниз опыляются муравьями. Цветет в мае. Плоды — коробочки, созревающие в июне.



Встречается в приуральской части Западной Сибири, в черневых и осиновых лесах Салаира, Горной Шории, Кузнецкого Алатау и Северо-Западного Алтая.

Растение содержит алкалоид азарин, органические кислоты и их соли, гликозиды, в том числе сердечной группы, смолистые и дубильные вещества, слизь, крахмал, много эфирного масла, главной составной частью которого служит ядовитое вещество азарон, исчезающий при высушивании растения.

В прошлом применялся в медицине в качестве рвотного средства. Установлено, что препараты копытня усиливают сердечную деятельность, не нарушая ее ритма, вызывают сужение сосудов и повышают кровяное давление. По характеру действие сходно с действием адреналина. Водный настой листьев (1 г измельченных листьев на стакан кипятка по столовой ложке 4—6 раз в день не менее 10 дней) показан при легочной и легочно-сердечной недостаточности I—II степени. 10%-ный настой, введенный внутривенно, обладает противовоспалительным действием, что связано со способностью сужать сосуды и стимулировать лейкопоэз. Копытень входит в комплексный препарат акофит (радикулин). Препараты копытня обладают также желчегонным, мочегонным, слабительным, противоглистным и отхаркивающим действием. В Венгрии из копытня выпускают препарат азаропект, предназначенный для лечения спастических бронхитов.

Как действенное лекарственное средство копытень известен с глубокой древности. Dioscorid отмечал его сильное слабительное действие. Древние германцы лечили им перемежающуюся лихорадку. Копытень высоко ценили российские медики. Отмечая «многообразное действие и силу» растения, Н. М. Амбодик-Максимович писал: «...корень сей, внутрь употребляемый, гонит мочу, производит легкий пот, позывает на рвоту, возвращает прекратившееся месячное кровотечение, разводит густые мокроты, приводит в движение, и испражняет оные разными стезями, пользует от одышки и водяной немочи, и слабит низом».

В народной медицине водный настой листьев применяют при нарушениях сердечной деятельности и водянке, настой корневища — как рвотное и отхаркивающее средства, при болезни печени, желчного пузыря и глистах. Порошок из корня (на кончике ножа с молоком) пьют

натошак при расстройстве менструаций, отвар на воде или молоке — при поносах, желудочных, кишечных заболеваниях и желтухе (в смеси с боярышником, бессмертником песчаным и другими растениями). Отвар (5 г корня на стакан кипятка) считается противоалкогольным средством (столовую ложку отвара незаметно вливают в стакан водки — Губергриц, Соломченко, 1971).

Наружно примочки из отвара рекомендуют при различных заболеваниях кожи, особенно при экземах нервного происхождения, при головной боли. Свежие истолченные листья прикладывают к нарывам и гнойным язвам, настойкой на уксусе лечат чесотку.

*Требуется чрезвычайной осторожности в дозировке, так как растение ядовито. Беременным препараты копытня противопоказаны.*

Листья собирают в мае, корни — осенью и сразу же применяют. Сырье хранению не подлежит.

Копытень Зибольда. *Asarum sieboldi* Mig. Семейство кирказоновых.

Многолетнее бесстебельное растение с ползучим корневищем, с резким специфическим запахом и двумя почковидно-остроконечными зимующими листьями на длинных черешках, с одиночным поникшим трехнадрезанным темно-пурпуровым цветком. Цветет в мае.

Распространен на юге Приморского края в широколиственных и широколиственно-кедровых лесах. Запасы небольшие.

Корневища содержат гликозиды. Химический состав изучен слабо.

Обладает обезболивающим, отхаркивающим, рвотным и противоглистным действием. Применяется при различных нервных заболеваниях, парезах, параличах, головной боли. Иногда используется как глистогонное и при простуде.

Высоко ценится в народной медицине Китая и Японии.

Растение заслуживает фармакологического изучения и, возможно, разведения в культуре.

Коровяк-медвежье ухо, царская свеча. *Verbascum thapsus* L. Семейство норичниковых.

Двулетнее крупное травянистое растение. В первый год развивается мочковатый корень и розетка прикорневых листьев, а на второй год — толстый одиночный неветвящийся прямой стебель, до 150 см высоты, густо олиственный. Нижние листья крупные, копьевидные, с городчатыми краями, средние и верхние — очередные, яйцевидные, низбегающие на стебель. Стебель и листья густо опушены. Цветы золотисто-желтые, до 1,5 см в поперечнике, собраны в плот-



ное, длинное верхушечное соцветие, расцветающее постепенно от нижней части кверху. Цветет в июле — августе. Плод — округлая коробочка с мелкими бурыми семенами.

Распространен в южной части лесной, лесостепной и степной зонах Западной и Средней Сибири, а также в Монголии, Тибете и Гималаях. Растет на солнечных холмах, по опушкам, на лесных полянах, в зарослях кустарников, вдоль дорог.

Цветы содержат сапонины, флавоноиды, каротиноиды, камедь, смолистые вещества, кроцетин, сахар, немного эфирного масла, кумарин.

В научной медицине венчики цветов применяют как отхаркивающее, смягчительное и обволакивающее средства, что связано с наличием сапонинов и слизи. Действуют успокаивающе на воспаленные слизистые оболочки и прекращают спазмы бронхов. Включен в фармакопеи многих стран. Настой цветов (2 чайные ложки на стакан кипятка, по трети стакана 3 раза в день) назначают при кашле, катаре бронхов, коклюше (половинную дозу взрослого), катаральных процессах в горле, хриплости голоса, одышке и астме.

Входит в состав грудных сборов. Особенно ценится смесь из равных частей цветков алтея, коровяка, мальвы и листьев мать-и-мачехи (столовую ложку на стакан кипятка настоять 20 минут, процедить, пить по полстакана 3 раза в день после еды). Смесь эффективна при простудных воспалениях горла (в виде полосканий). В состав другого сбора входят цветки коровяка, листья мать-и-мачехи, плоды аниса, корни алтея и солодки и так называемый фиалковый корень.

Польские врачи рекомендуют 10%-ный отвар цветков с медом принимать перед сном как успокаивающее средство.

Издавна широко применяется в народной медицине многих стран. Водный настой цветков и листьев принимают против кашля, при коклюше, воспалении легких и дыхательных путей, при простудной потере голоса. Настой цветов употребляется также против судорог, болезней печени, селезенки, желудочно-кишечного тракта, при геморрое и истощении. Порошок коровяка эффективен при трещинах сосков у кормящих матерей. Спиртовый настой цветков используют для втирания от ревматических, нервных болей. Отвар листьев и корней принимают как мочегонное при хроническом цистите. Отвар корней служит для сидячих ванн при геморрое. Обваренные и

измельченные листья и цветки прикладывают к местам ожогов, на раны. Мазь из семян применяют при гнилостных ранах и язвах. Свежая трава применяется в гомеопатии и в народной ветеринарии как средство против кашля.

Собирают ярко-желтые венчики, легко отделяющиеся от цветоножки, без чашечек, в ясный солнечный день и сразу же сушат в теплых затемненных помещениях или в остывающих русских печах, разложив их тонким слоем. Хранят в банках, залитых парафином, в сухом месте, потому что сырье очень гигроскопично. Правильно высушенное сырье сохраняет золотисто-желтый цвет и лечебные свойства в течение 2 лет.

Короставник полевой. *Knautia arvensis* L. Семейство ворсянковых.

Многолетнее жестковолосистое травянистое растение с прямым малоразветвленным стеблем 30—80 см высоты. Листья супротивные, серовато-зеленые, матовые, нижние черешковые, продолговато-ланцетные, цельнокрайние, стеблевые сидячие, перисторассеченные, с ланцетными листочками. Цветки мелкие, лиловые или красно-фиолетовые, собраны в шаровидные головки 2,5—3,5 см в поперечнике. Цветет в июле. Плод — односемянной орешек.

Распространен в лесостепной зоне Западной Сибири. Растет близ жилья, на полях, залежах, около дорог, на лугах.

Химический состав не изучен. Есть указания о вероятном содержании дубильных веществ.

В народной медицине принимают водный настой травы или водочную настойку при хронических кожных болезнях, язвах и зуде в заднем проходе, при крапивнице. 4 чайные ложки сухой травы настаивают в 2-х стаканах кипятка, принимают теплым по полстакана 3 раза в день (Махлаюк, 1967). Наружно настой травы применяют для ванн и примочек при гнойных ранах и кожных болезнях. В Болгарии надземную часть с цветами используют как отхаркивающее при кашле и бронхите, а также воспалениях мочевого пузыря (4 чайные ложки травы на стакан кипятка), при хронических заболеваниях кожи, свищах заднего прохода и т. д. (Йорданов, 1969).

Траву собирают в июле — августе, сушат в тени.

Кортуза алтайская. *Cortusa altaica* A. Los. Семейство первоцветных.

Однолетнее очень красивое растение с укороченным стеблем, несущим округло-сердцевидные, надрезанные на широкие неравнозубчатые полости, слегка опушенные листья на длинных (10—15 см)



черешках. Удлиненная цветочная стрелка увенчана поникающим зонтиком пурпурных цветов. Цветет в мае — июле.

Распространена в лесном и альпийском поясах Западной и Восточной Сибири, встречается и в европейской части СССР. Растет на тенистых склонах, вблизи ручьев и рек.

Химический состав не изучен.

В народной медицине кортузю лечат «падучую болезнь» (эпилепсия), глухоту и потерю памяти.

Как декоративное растение перспективно для введения в культуру.

**Костяника каменистая.** *Rubus saxatilis* L. Семейство розоцветных.

Многолетнее травянистое растение с прямостоячими плодоносящими стеблями и длинными лежащими бесплодными побегами, покрытыми жесткими волосками и колючками. Листья тройчатые, черешковые. Цветки белые, по 3—6 собраны в щитковидное соцветие на верхушке стебля. Цветет в июне — первой половине июля. Плоды — сборная костяника из сочных ярко-красных кислых плодиков, собранных по 2—6, косточка крупная.

Широко распространена в лесной и лесостепной зонах по всей Сибири. Растет в сосновых, темнохвойных и березовых лесах, колках, в кустарниковых зарослях.

В народной медицине используют при желудочно-кишечных, простудных, женских заболеваниях, грыже, от удушья, геморроя, опухолей (Уткин, 1931). Плоды, листья и стебли применяют в тибетской медицине. Отваром травы моют голову при себорее.

**Котовник сибирский, крупноцветный.** *Nepeta sibirica* L. Семейство губоцветных.

Травянистое ароматичное растение с высоким стеблем 40—100 см. Листья яйцевидно-ланцетовидные, пиловито-зубчатые. Цветки крупные (2,5—3,5 см), лиловые, собраны в длинные рыхлые кисти на концах стебля. Цветет в июне — августе.

Распространен на юге Западной и Средней Сибири — на Алтае, по восточным склонам Кузнецкого Алатау, в Абаканской степи, в Тувинской АССР. Растет по берегам горных рек и ручьев, вдоль Чуйского тракта, на степных лугах и по каменистым склонам, реже в негустых лиственных лесах.

Химический состав неизвестен. Есть данные, что растение содержит эфирное масло, пригодное для парфюмерной промышленности.

В тибетской медицине надземная часть растения применяется при легочных и желудочных заболеваниях и как глистогонное средство.

Заслуживает фармакологического изучения.

Кохия веничная, метелковидная, катун. *Kochia scorparia* Schrad. Семейство маревых.

Однолетнее травянистое растение с сильно разветвленным стеблем 50—100 см высоты, имеющее пирамидальную или почти шаровидную форму. Листья мелкие, узкие. Цветки мелкие, зеленые, в пучках, расположены в пазухах верхних листьев. Цветет с июля до сентября. Осенью высушенное растение отрывается от корня и перекачивается ветром по полям («перекасти-поле»).

Естественный ареал растения охватывает степные районы Алтайского края, Забайкалья и Приамурья. Почти повсеместно разводится как декоративное растение.

Химический состав не изучен. В семенах найдены сапонины.

Широко используется в китайской медицине как мочегонное, тонизирующее и сердечное средства (водные настои и отвары семян). Наружно применяется в виде примочек при кожных заболеваниях.

Кошачья лапка, бессмертник розовый, горлянка. *Antennaria dioica* Gaertn. Семейство сложноцветных.

Многолетнее травянистое двудомное растение с ползучим корневищем и короткими приподнимающимися бело- или сероватоопушенными прямыми стеблями с розеткой лапчато-яйцевидных листьев. Стеблевые листья очередные, зеленые, с нижней стороны беловолочные, узкие, чешуйчатые. Цветки трубчатые, мелкие, собраны в немногочисленные корзинки на верхушках стеблей, составляющие зонтиковидные соцветия. Мужские и женские растения встречаются вместе. Корзинки мужских растений — шаровидные, белые; женских — продолговатые, розовые. Цветет в мае — июне.

Распространена в лесной и лесостепной зонах и горнолесном поясе по всей Сибири и Дальнему Востоку. Растет в сосновых борах, смешанных,



Кошачья лапка.



хвойных и березовых лесах, на склонах, по песчаным берегам рек, а также в мохово-лишайниковых горных тундрах.

Химический состав изучен слабо. Растение содержит дубильные и горькие вещества, аскорбиновую кислоту, сапонины, эфирное масло, филлохинон, фитостерин, смолы.

Обладает желчегонным, противовоспалительным и кровоостанавливающим действием, превосходящим адреналин и хлористый кальций. Испытания, проведенные в Свердловском медицинском институте, показали, что кошачья лапка обладает не только желчегонным, но и противоспазматическим действием и эффективна при холециститах и выраженных функциональных расстройствах деятельности желчного пузыря и протоков, особенно сопровождавшихся нервными спазмами — дискинезиями, когда атропин и химические желчегонные препараты нередко не дают результата (Луканин, 1966).

В народной медицине применяется издавна наравне с бессмертником песчаным (цмином) как желчегонное при различных заболеваниях печени и желчного пузыря. Настой травы пьют при желудочных, маточных, кишечных, раневых и геморроидальных кровотечениях, а также при кровавой рвоте (столовую ложку цветочных корзинок заваривают стаканом кипятка, настаивают 30 минут и пьют по столовой ложке через 2—3 часа). Настояем полощут горло и рот при ангине и воспалении десен, нередко сочетая с приемом внутрь. Примочки из настоя применяют при кровотечениях из носа. Порошком из сухих цветочных корзинок присыпают раны.

В болгарской народной медицине препараты кошачьей лапки рекомендуют при заболеваниях верхних дыхательных путей и катарах кишечника.

Лекарственное сырье — не вполне распустившиеся соцветия с остатком стебля не длиннее 2 см срезают ножницами или секаторами (срывать нельзя, так как выдергивается все растение) и сушат в темном, хорошо проветриваемом помещении.

Совсем не распустившиеся и корзинки с осыпавшимися цветами не пригодны.

Заслуживает дальнейшего всестороннего изучения. Запасы сырья значительны.

Крапива двудомная, *Urtica dioica* L. Семейство крапивных.

Многолетнее двудомное травянистое растение до 1,5 м высотой с мощным ползучим корневищем. Стебель прямой, слабо четырехгранный, вверху ветвящийся. Листья супротивные, с прилистниками, простые, черешковые, сердцевидные, пильчатые по краю, темно-зеленые. Стебель и листья покрыты жгучими волосками, содержащими едкую муравьиную кислоту. Цветы мелкие, зеленоватые, образующие колосовидные повислые соцветия. Цветет с половины июня до осени. Плод — орешек.

Распространена в лесной и лесостепной зонах по всей Сибири и Дальнему Востоку. Растет по тенистым местам, берегам рек, а также близ жилья, на пустырях, около дорог, на сорных местах, огородах.

Листья содержат большое количество хлорофилла, флавоновые, дубильные, белковые и алкалоидоподобные вещества, аскорбиновую кислоту, каротин, филлохинон, пантотеновую кислоту, холин, рибофлавин, камедь, гликозид уртицин, микроэлементы — хром, железо, медь, марганец, алюминий, ванадий, галлусовую и муравьиную кислоты, фитонциды.

Ценное поливитаминное растение. Молодые листья крапивы содержат вдвое больше аскорбиновой кислоты, чем прославленный ее источник — плоды черной смородины. Каротина в крапиве больше, чем в моркови, щавеле и ягодах облепихи.

В научной медицине настой и жидкий экстракт листьев крапивы применяют в качестве кровоостанавливающего средства при легочных, почечных, маточных и кишечных кровотечениях, часто сочетая экстракт крапивы с жидким экстрактом тысячелистника, повышающим свертываемость крови. Экстракт крапивы назначают и для профилактики маточных и кишечных кровотечений (по 30—40 капель 3—4 раза в день за полчаса до еды).

Установлено, что препараты крапивы нормализуют менструальный цикл и особенно эффективны при климаксе. Вполне заменяют во многих случаях препараты спорыньи, не вызывая побочных явлений. *При кровотечениях, вызванных полипами, кистой или другими опухолями матки и придатков, крапиву применять не следует.*

Экстракт обладает также мочегонным, противовоспалительным и противолихорадочным действием. Крапива входит в состав препарата аллахола, назначаемого при хронических гепатитах, холангитах, холециститах, хронических запорах, вызванных атонией кишечника, и для предупреждения обострения при гепатохолециститах и желчнокаменной болезни.



Листья крапивы входят в состав желудочного, слабительного и поливитаминного сборов. Крапива способствует повышению содержания гемоглобина в крови и увеличению количества эритроцитов. Водный настой листьев крапивы (столовую ложку измельченных листьев на стакан кипятка, настоять 1 час) применяют для втираний в кожу головы как средство против усиленного салоотделения, выпадения волос и перхоти.

В Румынии листья крапивы используют в составе сложной мази, рекомендованной для лечения заболеваний кожи, вызванных золотистым гемолитическим стафилококком.

В опытах на животных установлено положительное действие отвара крапивы при лечении сахарного диабета.

Народная медицина применяла крапиву еще в XVII в. как хорошее кровоостанавливающее, ранозаживляющее и противовоспалительное средства. Уже тогда было установлено, что препараты крапивы благоприятно действуют на обмен веществ и повышают общий тонус организма. Крапиву рекомендуют при малокровии, заболеваниях печени и желчных путей, почечнокаменной болезни, водянке, геморрое, расстройстве пищеварения, как средство, регулирующее менструации и выделение молока у кормящих.

Отвар корневищ и корней применяют как внутреннее «кровоочистительное» средство при фурункулезе, кожных сыпях, угрях. Настой цветков пьют при кашле как отхаркивающее, отвар корней — при глистной инвазии. Примочки из крепкого настоя листьев используют для лечения ран и ожогов. Вениками из крапивы, предварительно обварив их кипятком, парятся в бане при суставном ревматизме и болях в пояснице. Порошком из сухих листьев присыпают гноящиеся раны и язвы.

Отвар всего растения применяют для компрессов к опухолям. В старинных травниках есть указания на противораковое действие крапивы (экспериментально не доказано). Настойкой из крапивы и чеснока на водке лечат лихорадку.

В болгарской народной медицине крапиву применяют не только при перечисленных заболеваниях, но и при сахарном диабете, эпилепсии, истерии, хронических бронхитах и других заболеваниях дыхательных путей.

Молодые листья крапивы съедобны и могут заменить



в супах и борщах капусту. По питательности не уступают бобовым. Крапива служит сырьем для получения хлорофилла, используемого в пищевой, фармацевтической и парфюмерной промышленности.

Собирают листья цветущих растений с июня до сентября и сушат на чердаках, в проветриваемых помещениях или на открытом воздухе в тени.

Крапива жгучая. *Urtica urens* L. Семейство крапивных.

Однодольное однолетнее травянистое растение с прямостоячим ветвистым стеблем. Листья яйцевидно-эллиптические, надрезанно-пильчатые, покрыты жгучими волосками. Цветки мелкие, зеленые, собраны в колосовидное (не пониклое) соцветие. Внешне похожа на крапиву двудомную, но отличается более мелкими листьями и меньшим ростом (до 60 см).

Распространение сходно с крапивой двудомной. Чаше встречается в лесостепной зоне, около жилья.

Химический состав почти не изучен. Как и двудомная, содержит много хлорофилла и фитонцидов.

Действие препаратов крапивы жгучей сходно с действием крапивы двудомной. В народной медицине они применяются при одних и тех же заболеваниях. Однако при лечении туберкулеза легких предпочтение нередко отдают настою корней крапивы жгучей. Пьют его и от простуды, заваривая как чай. При крапивной лихорадке листьями крапивы натирают тело. Отвар из корней и листьев пьют при нарушениях пищеварения и поносах. Наружно применяют для ванн при отеках, лечения ран от опрелостей, ушибов. Кроме того, жгучую крапиву используют как раздражающее и отвлекающее средство при радикулитах и заболеваниях суставов.

Настой корней рекомендуют при желтухе и почечно-каменной болезни. Эффективное отхаркивающее и антиспастическое действие водного настоя жгучей крапивы в смеси с багульником при бронхиальной астме без резко выраженной эмфиземы легких подтверждено в эксперименте (Губергриц, Соломченко, 1971).

В тибетской медицине крапива считается средством лечения хронических гастроэнтеритов.

Растение заслуживает всестороннего изучения.

Крапива коноплевая. *Urtica cannabina* L. Семейство крапивных.

Многолетнее травянистое растение с толстым ползучим корневищем и прямостоячим стеблем до 120 см высоты. Листья крупные, паль-



чато-рассеченные, зубчатые, на черешках. Цветы невзрачные, чаще однодомные, женские собраны в густые пучки в пазухах верхних листьев, мужские — в пазухах средних листьев. Все растение очень жгучее. Цветет во второй половине июня и в июле. Плод — орешек.

Распространена, главным образом, в лесостепной и отчасти степной зонах в Западной, Средней и Восточной Сибири, в Казахстане, Монголии и Китае. Растет на степных лугах, каменистых склонах холмов и невысоких гор, около жилья.

Химический состав сходен с крапивой двудомной. Содержит много хлорофилла, аскорбиновой кислоты, белков, следы алкалоидов, углекислый аммоний, гликозид, лецитин, фитонциды, фермент секретин, муравьиную и галлусовую кислоты.

Жидкий экстракт из листьев крапивы применяют при малокровии, острых и хронических энтеритах, поносах у туберкулезных больных, маточных и кишечных кровотечениях. Из листьев готовят витаминные концентраты. Препараты крапивы воздействуют на углеводный обмен, оказывают мочегонное, противовоспалительное, кровоостанавливающее действие.

В народной медицине применяется как противоревматическое, противолихорадочное, молокогонное, кровоостанавливающее и глистогонное средства. Наружно — для лечения ран и гнойников. Ранозаживляющее действие, очевидно, обусловлено хлорофиллом и фитонцидами.

Растение обладает многосторонним действием на организм и заслуживает дальнейшего изучения.

Красоднев желтый, лилейник, желтая лилия. *Nemorocallis flava* L. Семейство лилейных.

Многолетнее ароматное травянистое растение с вертикальным укороченным корневищем и многочисленными шнуровидными корнями. Все листья прикорневые, широколинейные, длиннозаостренные. Цветоносный стебель безлистный, 30—70 см высоты. На верхушке стебля последовательно развиваются 2—8 ярко-желтых, крупных (7—9 см длины), воронковидных цветов. Цветет с конца мая до июля. Плод — трехгнездная коробочка, тупотрехгранная, с черными семенами.

Широко распространен на юге лесной и в лесостепной зонах Западной Сибири. Растет на лесных, поемных лугах, луговых склонах предгорий Алтая, по окраинам сосновых и березовых лесов. Разводится в садах как декоративное растение.

В Восточной Сибири растет сходный вид — красоднев малый, или лилейник желтый (*Nemorocallis minor* Mill). Отличается более длинным цветоносом (40—80 см), меньшим количеством цветков (не более 5) и меньшими размерами цветков (4—7 см длины). Растет по лугам, склонам, на опушках леса.

В народной медицине оба вида применяются одина-

ково. Из полностью распустившихся цветков готовят отвар против заболеваний сердца (10—20 г на стакан воды, принимают по столовой ложке 3 раза в день). Настой из стеблей и листьев рекомендуют как желчегонное и пьют от желтухи, надземную часть вместе с цветками настаивают и пьют при ревматизме. Корень и корневище используют для лечения женских заболеваний (Телятьев, 1969).

В тибетской медицине цветки применяют как тонизирующее сердечное средство. Входят в состав сборов для лечения печени.

Крестовник обыкновенный. *Senecio vulgaris* L. Семейство сложноцветных.

Однолетнее голое или паутинисто-шерстистое растение с прямым маловетвящимся стеблем до 50 см высоты. Листья очередные, продолговато-обратнояйцевидные, нижние сужены в черешок, зубчатые, остальные — сидячие, перистолопастные. Цветочные корзинки желтые, продолговатые, собраны в негустое щитковидно-метельчатое соцветие. Цветки трубчатые, обоеполые. Цветет в июле — августе. Плоды — продолговатые темно-коричневые или серые семянки. Медонос.

Распространен в лесной и лесостепной зонах по всей Сибири и Дальнему Востоку. Растет как сорняк — около жилья, на огородах, вдоль дорог.

Растение содержит ядовитые алкалоиды сенецин и сенеционин, аскорбиновую кислоту, безазотистое вещество, обладающее маточным действием.

В народной медицине используется как противосудорожное, противовоспалительное, обезболивающее, смягчительное, глистогонное и регулирующее менструации средство. Настой травы пьют при истерических судорогах, желудочно-кишечных коликах, аменорее и дисменорее (чайную ложку на 2 стакана кипятка, настаивают час и принимают по столовой ложке 2—3 раза в день). Сок применяют как противосудорожное и глистогонное средство. Народные названия травы (параличник, живительная трава) свидетельствуют, что в прошлом крестовник считался средством против параличей.

Измельченные листья, растертые с маслом, прикладывают к нарывам, геморроидальным шишкам, затвердевшим молочным железам (Махлаюк, 1967).

Крестовник суходольный, крестовник Якова. *Senecio jacobaea* L. Семейство сложноцветных.

Двулетнее или многолетнее растение с ветвистым корнем и прямым, ребристым, красноватым стеблем. Нижние листья черешковые,



тупозубчатые, продолговато-обратнояйцевидные. Цветочные корзинки собраны щитком. Язычковые цветки желтые, продолговатые, с летучкой из опадающих волосков. Цветет в июле — августе.

Распространен в лесостепной и степной зонах Западной, Средней и Восточной Сибири. Растет на степных, солонцеватых и поемных лугах, на склонах холмов, по берегам рек.

Содержит ядовитые алкалоиды якобин, якодин и яконин. Химический состав изучен недостаточно.

В народной медицине применяется так же, как и предыдущее растение, при различных внутренних кровотечениях, как маточное средство, при хроническом кашле, кровавом поносе, наружно — в виде примочек для лечения ран и полосканий при воспалительных процессах в горле и полости рта.

*Большие дозы крестовника суходольного могут вызвать болезненные явления в печени.*

Кровохлебка лекарственная, аптечная, красноголовник. *Sanguisorba officinalis* L. Семейство розоцветных.

Многолетнее травянистое растение с развитой корневой системой и ветвистым прямым, полым, ребристым стеблем до 100 см высоты. Листья голые, снизу сизо-зеленые, сверху — темно-зеленые. Листья непарноперистые, состоят из 7—25 пар продолговатых листочков. Цветы темно-красные или черно-пурпуровые, с продолговато-яйцевидно-заостренными бурыми прицветниками, собраны в продолговатые головки, сидящие на длинных прямых цветоносах. Цветет с июня до августа. Плоды — светло-коричневые сухие четырехгранные семянки.

Распространена в лесной и лесостепной зонах Западной, Средней, Восточной Сибири и на Дальнем Востоке. Растет на лесных суходольных, степных, солонцеватых лугах, в разреженных, хвойных, смешанных и березовых лесах, по берегам рек, в ползучих насаждениях.

Корневище содержит до 25% дубильных веществ (с преобладанием пирогалловой группы), антоциан, флавоновые вещества, эфирное масло, крахмал, аскорбиновую, галловую и эллаговую кислоты, свободные катехины, сапонины, фитонциды, щавелевокислый кальций, марганец, железо, кальций, магний и ванадий. Листья — аскорбиновую кислоту.

Кровохлебка изучена на кафедре фармакологии в Томском медицинском институте Н. Ф. Гофштадтом и Е. М. Думеновой. Клинические исследования проведены Д. Д. Яблоковым (в Томске) и Е. И. Беляевым (в Иркутске). В официальную медицину предложена Томским

медицинским институтом и Иркутским фармацевтическим факультетом, включена в Фармакопею IX.

В практической медицине используют вяжущее, противовоспалительное и кровоостанавливающее действие кровохлебки, которое сочетается с бактерицидным, особенно сильным для микробов паратифозной и дизентерийной групп. Препараты кровохлебки применяют при желудочных, кишечных, маточных и почечных кровотечениях, в комплексе лечения больных лямблиозным холециститом и дизентерией.

Препараты кровохлебки особенно эффективны при острых энтероколитах, интоксикационных и гастрогенных поносах. Экстракт кровохлебки рекомендуют при различных внутренних кровотечениях и кровохарканьях у туберкулезных больных (30—50 капель 3—4 раза в день), а также при кровотечениях, связанных с фибромиомой матки и в послеабортный период. В последние годы кровохлебку стали применять для лечения трихомонадных кольпитов, ожогов, стоматитов и гингивитов. Из нее готовят таблетки и специальные препараты сорбеус и санальбин, заменяющие таннальбин. Санальбин — хорошее желудочное и бактерицидное средство — применяется при хирургических операциях и заболеваниях в полости рта (по 0,5 г для взрослых и 0,2—0,3 г для детей). Кровохлебка входит в состав желудочных сборов.

Народной медицине, особенно сибирской, известна с глубокой древности. Отвар и настой корневищ с корнями пьют при различных кровотечениях, судорогах, заболеваниях желудочно-кишечного тракта, чрезмерных менструациях, гипертонии, туберкулезе легких (столовую ложку измельченных корневищ и корней кипятят полчаса в стакане воды, настаивают 2 часа и принимают по столовой ложке 5 раз в день до еды). Наружно отвар применяют для компрессов при воспалительных процессах кожи, в виде полосканий при воспалении в полости рта и горла и для сидячих 10-минутных ванн при геморрое.

Лекарственное сырье (корневища и корни) заготавливают осенью, после отцветания растений, разрезают на куски и сушат в сушилках, на чердаках или под навесами на открытом воздухе. Высушенные корни снаружи темно-бурые, почти черные, на изломе — желтоватые, ломаются с треском, но не гнутся.



Из цветков крохолебки добывают красную краску. Листья крохолебки имеют слабый огуречный запах и как витаминная зелень используются в салатах и приправах к рыбным и мясным блюдам.

Крушина. Семейство крушиновых.

Крушина ломкая, ольховидная, *Frangula alnus* Mill.

Кустарник до 3 м высоты с гладким стволом и ветвями, покрытыми серовато-бурой или серой корой. Листья черенковые, очередные, блестящие, овальные, цельнокрайние с параллельно вторичными жилками. Цветки мелкие на коротких плодоножках. Цветет в мае — июле, иногда повторно — в августе. Плоды — шаровидные костянки, сначала зеленые, затем красные, созревшие — черные, блестящие, с 2—3 плоскими косточками с клювиком.

Распространена в южной половине равнинной части лесной и в лесостепной зонах Западной Сибири, а также по предгорьям Алтая и Саян. Растет в сосновых и смешанных лесах, по берегам рек, в урехах, в кустарниках, на заливных лугах, около болот.

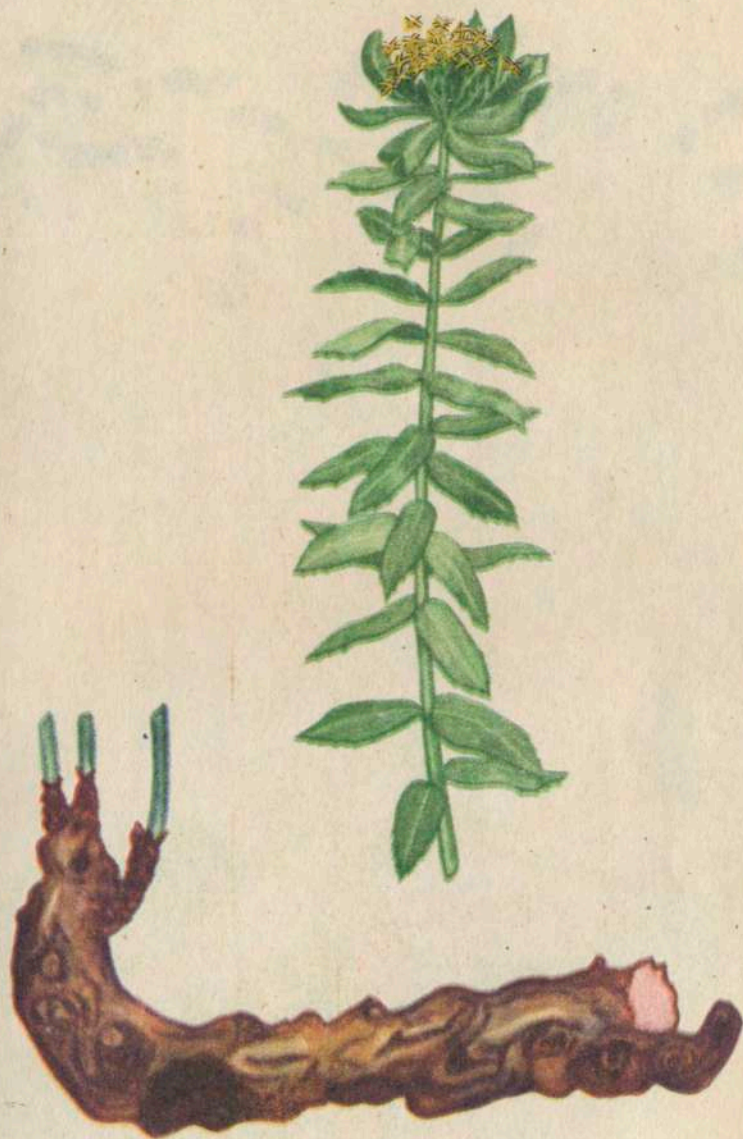
Кора, листья и почки содержат антрагликозиды и их производные, антранолы — токсичные вещества, вызывающие тошноту и рвоту, дубильные вещества.

Фармацевтическая промышленность выпускает жидкий экстракт крушины, который назначают по 20—40 капель на прием 1—2 раза в день до еды и сухой экстракт в таблетках по 0,2, принимаемых на ночь по 1—2 штуки. Сейчас выпускают стандартизованный препарат франгулаксин в пилюлях. Кора крушины входит в состав желудочных, противогеморроидальных и слабительных чаев.

Препараты крушины применяют при хронических запорах, спастических колитах, для регулирования деятельности кишечника при геморрое, трещинах прямой кишки и т. д. Слабительный эффект наступает через 8—10 часов. Отвар корней пьют при болях в желудке и кишечнике.

В домашних условиях можно приготовить настой и отвар. Две чайные ложки измельченной коры заливают двумя стаканами кипятка. Для суточной дозы настоя взять 2 чайные ложки измельченной коры, залить 2 стаканами кипятка и настоять 8 часов. Для приготовления отвара столовую ложку коры залить стаканом кипятка и прокипятить в течение 20 минут. Выпить в два приема — утром натощак и вечером перед сном.

Кору крушины как слабительное средство применяли еще в середине века, когда она называлась «ревенем



Золотой корень





Кермек Гмелина



Копытень европейский





Коровяк медвежье ухо



Кровохлебка лекарственная





Лапчатка прямостоячая



Левзея сафлоровидная





Лиственничная губка

бедняков» и заменяла ревень, из-за дороговизны недоступный широким массам. Кора обладает слабительным действием, сходным с действием ревеня и листьев кассии (александрийский лист). При расстройствах кишечника, малокровии и чрезмерных менструациях применяли порошок из плодов в дозе 0,2—0,5 г 3 раза в день. Плоды пригодны к употреблению после 2—3-х годичной выдержки. Отвар коры пьют также при заболеваниях печени, геморрое и лихорадке (чайную ложку на стакан кипятка, прокипятить 30 минут, принимать по чайной ложке). Наружно отвар коры применяют как эффективное средство против чесотки. Отваром коры обмывают и чесоточных животных.

Слабительное действие крушины хорошо известно медведям, которые перед зимней спячкой очищают желудок, поедая сочные корни кустарника.

Кору заготавливают весной до появления листьев в период сокодвижения, с разрешения лесничества. На ветвях делают поперечные надрезы до древесины на расстоянии 30 см друг от друга, соединяют их продольными надрезами. Кольцевые надрезы делать нельзя, так как это приведет к гибели растения.

Сушат сырье на открытом воздухе или под навесом, оберегая от сырости. Свежая кора обладает неприятным запахом, исчезающим при сушке, после разрушения токсических веществ. Высушенную кору можно употреблять с медицинской целью спустя год. Можно ускорить процесс облагораживания коры, нагревая сухую кору в течение часа в духовке при температуре 100° С.

Кора пригодна для дубления кож и может служить сырьем для получения хорошей коричневой краски.

**Крушина слабительная, жостер.** *Rhamnus cathartica* L.

Кустарник до 3 м высоты, с супротивными ветвями, покрытыми серой или красно-бурой корой, несущими на концах колючки. Листья супротивные, яйцевидные или эллиптические, слегка заостренные, мелкопильчатые. Цветки однополые, двудомные, мелкие, желтовато-зеленые. Плоды вначале красные, затем чернеющие, с 3—4 выпуклыми трехгранными косточками.

Распространена в лесостепной и степной зонах Западной Сибири. Восточная граница этого европейского кустарника проходит через пункты: Омск, озеро Чаны, Барнаул, Колыванское озеро, Шеманайха, Лениногорск, Усть-Бухтарма. Растет в степных кустарниковых зарослях — «тарначах» и по склонам холмов, по берегам рек.





Крушина слабительная.

Плоды содержат антрагликозиды, желтые красящие вещества из группы флавоновых гликозидов, пектиновые вещества, камедь, сахар.

Жостер, как и крушина ломкая и ревень, относится к небольшой группе лекарственных растений, содержащих вещества, вызывающие рефлекторное возбуждение перистальтики кишечника.

Кора жостера обладает резко выраженным слабительным действием, и от использования ее в настоящее время почти полностью отказались. Плоды жостера рекомендуют в качестве мягкого сла-

бительного средства при хронических запорах. Плоды входят в состав слабительных сборов.

Слабительное действие плодов жостера было известно еще в XI веке. В народной медицине жостер используют также для лечения подагры, некоторых кожных заболеваний и водянки.

В домашних условиях можно легко приготовить настой: 10 г высушенных и измельченных плодов залить стаканом воды, настоять 8 часов, процедить, добавить по вкусу сахар и принимать по 3—4 столовые ложки перед сном. Настой плодов жостера давать детям не рекомендуется.

Плоды собирают в сентябре — октябре и сушат в печах или теплых проветриваемых помещениях.

Жостер может быть использован для получения разнообразных растительных красок: из незрелых плодов получают желтую, из зрелых — изумрудную, из перезрелых — пурпурно-красную, из свежей коры — ярко-жел-

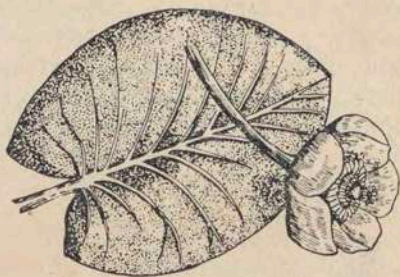
тую, из сухой коры — коричневую краску. С квасцами кора окрашивает в красный цвет, с железным купоросом — в черный. Кора используется как дубитель.

Жостер чрезвычайно подходит для создания с декоративной целью прочной колючей изгороди.

Кубышка желтая, кувшинка желтая, лилия желтая водяная. *Nuphar luteum* Sm. Семейство кувшинковых.

Многолетнее водное растение с толстым корневищем и плавающими листьями. Нижние листья тонкие, полупрозрачные, на коротких черешках, верхние сердцевидные, плавающие на поверхности воды, длинночерешковые. Цветки крупные, одиночные, желтые, приподнимающиеся над водой. Цветение продолжается от начала июня до конца августа. Плоды сочные, имеют вид кубышки (яйцевидно-конические), гладкие, при созревании ослизняющиеся.

Распространена в водоемах лесной, лесостепной и степной зон Западной, Средней и Восточной Сибири, а также в Северном Казахстане. Растет в озерах, прудах, медленно текущих водах, старицах, речных заводях.



Кубышка желтая.

Корневище содержит смесь алкалоидов (нуфарин). Важнейшим алкалоидом является нуфлеин. В корневищах найдены также таниды, сахароза, крахмал, метарабиновая кислота. Цветки содержат гликозид сердечного действия, алкалоид лютенурин. В семенах около 40% крахмала. Свежее корневище ядовито, и известны случаи гибели детей, отравившихся корневищем. Отваренное в соленой воде пригодно в пищу. Поджаренные плоды можно употреблять как кофе.

В практической медицине корневища кубышки входят в состав сложной микстуры М. Н. Здренко (состоящей из 35 видов растений), которая применяется и при некоторых злокачественных опухолях. Сотрудники ВИЛР (А. Д. Турова, С. А. Вичканова, Я. А. Алешкина, М. А. Рубинчик) предложили препарат из корневищ кубышки — лютенурин. Он рекомендован при лямблиозе, острых и хронических трихомонадных заболеваниях женской поло-



вой сферы (применяют в виде 0,5% эмульсии или в водных растворах, или в виде глобулей. Лечебные процедуры выполняются только врачами). Лютенурин в виде глобулей или пенообразующих таблеток разрешен к применению в качестве противозачаточного средства. Применение препарата требует также контроля врача. Установлено, что корневище — инсектицид, особенно сильно действующий на тараканов.

В народной медицине употребляются корневища с корнями, листья и цветы, а также плоды. Отвар корневищ в небольших дозах применяют для лечения туберкулеза легких, воспаления почек и мочевого пузыря. Водный настой свежих цветов применяют как успокаивающее при повышенной половой деятельности и ночных полюциях, как снотворное. Плоды используют также как снотворное и успокаивающее средство. Настой цветов применяют наружно как болеутоляющее средство. Отваром корней на пиве моют голову для улучшения роста волос. Измельченные листья прикладывают к воспаленным местам тела.

По исследованиям ВИЛР ежегодная потребность корневищ кубышки составляет около 100 т. Для ее удовлетворения могут вестись заготовки, помимо Украины и Кавказа, также в Сибири и на Дальнем Востоке. Выявление запасов сырья, соблюдение способа заготовки, разработанного Г. К. Шретер и Д. С. Ивашиным (1968), имеет важное значение. Растение перспективно и заслуживает дальнейшего изучения.

Корневища собирают с мая по октябрь (в фазу цветения и когда мелеют водоемы), обрезая снизу корни острым ножом. Корневище отмывают от ила, разрезают на куски и сушат на солнце, разложив тонким слоем, или на чердаках, либо под навесом, нанизав на нитку, 10—15 дней. Высушенное сырье упаковывают в мешки. Чтобы обеспечить возобновление зарослей, нужно оставлять нетронутыми не менее десяти процентов растений.

Кувшинка чистобелая. *Nymphaea candida* Presl. Семейство кувшинковых.

Многолетнее водное растение до 2 м высоты с крупным мясистым корневищем, прикрепленным к дну водоема придаточными корнями, и плавающими на поверхности воды округло-овальными крупными листьями с глубокой выемкой и заостренными равнобокими лопастями, на длинном цилиндрическом корешке. В середине лета на поверхности воды появляются бутоны на длинных цветоносах.



Цветы одиночные, белые, многолепестковые; после оплодотворения лепестки опадают, пестик разрастается в бочковидный плод с большим количеством мучнистых семян.

Кувшинка чистобелая по форме и химическому составу близка к европейской кувшинке белой (*Nymphaea alba* L.), а также к распространенной в Сибири и на Дальнем Востоке кувшинке малой (*Nymphaea tetragona* Georgi). Между последней и кувшинкой чистобелой нередко встречаются переходные формы, полученные в результате естественной гибридизации.

Кувшинка чистобелая широко распространена в водоемах лесной и лесостепной зон Западной и Восточной Сибири, а кувшинка малая, кроме того, встречается и на Дальнем Востоке. Растут по озерам, прудам, медленно текущим речкам глубиной не более 2 м.

Химический состав изучен слабо. В цветах обнаружен гликозид нимфалин, усиливающий сердечную деятельность. Корневища содержат много крахмала, дубильные вещества, а также алкалоид нимфенин.

В практической медицине корневища кувшинки белой, чистобелой и малой используют для приготовления сложной микстуры М. Н. Здренко.

В народной медицине используют корневища, листья, цветы и плоды. Водный отвар листьев и стеблей рекомендуется при заболеваниях почек и мочевого пузыря, а также при язвах кишечника, желтухе и запорах. Измельченные корневища и корни заменяют горчичники при воспалительных процессах. Листья прикладывают к воспаленным участкам кожи как болеутоляющее, настоек цветков применяют для лечебных успокаивающих ванн и обмываний. Для уничтожения угрей и веснушек рекомендуется обтирание отваром лепестков цветов. С этой целью столовую ложку лепестков заливают стаканом кипятка, кипятят 15 минут и настаивают 4 часа. Отвар цветов применяют как жаропонижающее и успокаивающее при бессоннице. Семена в поджаренном виде используют как суррогат кофе. В свежем виде корневища спелых кувшинок применяют для истребления тараканов.

Запасы лекарственного сырья ограничены, поэтому необходимо бережно использовать имеющиеся растения и оставлять в водоеме от половины до пятой части экземпляров.

В дальнейшем должны быть разработаны способы по разведению в мелких водоемах этого ценного и красивого растения.

Кукушник (кокушник) длинношпорце-



ый, кукушник длиннорогий. *Gymnadenia conopsea* R. Вг. Семейство орхидных.

Травянистое растение с двумя пальчатолопастными клубнями и слегка ребристым стеблем, 30—70 см высоты, несущим 4—7 ланцетовидных листьев. Цветки мелкие, сидячие, лилово-розовые или розово-фиолетовые, с тонким шпорцем, 1,5 см длины, собраны в густую кисть длиной до 15 см. Цветет в июне — первой половине июля.

Распространен в южной подзоне лесной и в лесостепной зонах Западной, Средней, Восточной Сибири и на Дальнем Востоке, вплоть до Сахалина. Растет на лугах, в разреженных светлых лесах, на лесных и луговых склонах.

Химический состав изучен недостаточно. В траве обнаружен гликозид лороглоссин; в клубнях — крахмал, слизь, декстрины и другие углеводы.

В Фармакопее X издания предусмотрено использование молодых (однолетних) клубней кукушника, как и других орхидных (любки, ятрышников) для приготовления салепы. Последний применяют в качестве обволакивающего средства при кишечных катарах у детей и при отравлении некоторыми ядами (Гаммерман, 1967; Шретер, 1970).

В народной медицине клубни, по сообщению Н. И. Анненкова (1878), применяли от зубной боли, а также «вместо любовного напитка». В Сибири настой прошлогоднего клубня использовали как abortивное средство, а свежего («ядренного») — «для содействия зачатию» (Скалозубов, 1913).

Распаренные в молоке клубни считаются хорошим нарывным средством, ускоряющим созревание различных нарывов, фурункулов и карбункулов.

Клубни заготавливают в фазе цветения растения, либо при его отцветании, обмывают холодной водой, очищают от кожицы, нанизывают на нитку и погружают на 2—3 минуты в кипяток, чтобы уничтожить способность к прорастанию, затем высушивают на сквозняке и хранят в плотно закрытых коробках.

Купальница сибирская, азиатская, огонек. *Trollius asiaticus* L. Семейство лютиковых.

Многолетнее травянистое декоративное растение высотой 30—60 см с лапчато-пятираздельными листьями и чаще всего одиночными (иногда 2—3) ярко-оранжевыми цветами типа розочек, от 3 до 5 см в поперечнике. Цветет с середины мая до июля. Плоды — сборные листовки с мелкими, округлыми, блестящими семенами. Мелкоплодный.

Распространена в Западной, Средней и Восточной Сибири в лес-

ной и лесостепной зонах. В горнолесном поясе, в субальпийском и альпийском поясах Алтая на высокогорных лугах и в тундрах растет близкий вид — купальница алтайская (огонек алтайский) *Trollius altaicus* С. А. Меу., отличающийся от купальницы сибирской более мелкими и узкими лепестками цветов.

Химический состав не изучен.

В народной медицине водный настой цветов применяют как мочегонное, противовоспалительное и противоглистное средства, а настой корня используют для лечения водянки, эпилепсии и чесотки (с последующим приемом овсяного настоя с медом).

Обращаться с растением нужно осторожно, так как оно, особенно корни, ядовито.

Цветки собирают в мае — июне, сушат в тени, корни — осенью.

Купена лекарственная, соломонова печать. *Polygonatum officinale* All. Семейство лилейных.

Многолетнее травянистое растение с толстым узловатым горизонтальным корневищем и дугообразно изогнутым стеблем высотой до 70 см. Листья очередные, параллельнонервные, эллиптические, обращенные к одной стороне стебля. Цветки белые, поникшие, на повислых цветоножках. Цветет в мае — июне. Плод — синевато-черная ягода.

Отличительная особенность: на корневище на месте отмерших стеблей остаются круглые следы, напоминающие печать.

Распространена в южной части лесной и в лесостепной зонах Западной, Средней, Восточной Сибири и на Дальнем Востоке. Растет в лесах и кустарниковых зарослях, по опушкам березовых колков, в сосновых ленточных борах, на лесных лугах, склонах холмов и подножьях гор Алтая и Саян.

Растение содержит сердечные гликозиды конвалларин и конваллатоксин (плоды), аскорбиновую кислоту (листья). В корневище найдены алкалоиды, аскорбиновая кислота, растительные слизи и крахмал.

В народной медицине отвар корневища применяют при ревматизме, грыже, геморрое, болях в пояснице, остром бронхите, воспалении легких,



Купена лекарственная.



простудных заболеваниях, ушибах и опухолях и как глистогонное. В Забайкалье отвар из корневищ готовят на молоке. Настой травы используют как жаропонижающее, а листья прикладывают к ранам. В немецкой народной медицине отвар корневищ используют для примочек, обмываний и компрессов при ушибах, кровоточащих ссадинах, ревматическом и подагрическом поражении суставов. Все растение, особенно ягоды, обладает рвотным действием.

В тибетской медицине корневища используют для приготовления лекарств против старения организма и для лечения заболеваний лимфатической системы.

Благодаря высокому содержанию слизи порошок из корневища купены В. В. Телятьев (1969) рекомендует использовать в качестве клеящего средства.

Корневища заготавливают осенью, траву — во время цветения растения.

Лабазник вязолистный, таволга вязолистная. *Filipendula ulmaria* Maxim. Семейство розоцветных.

Многолетнее травянистое растение с ползучим корневищем и высокими, твердыми, ребристыми стеблями до 150 см высоты. Листья плотные, прерывисто-перистые, сверху зеленые, снизу беловаточные. Цветки желтовато-белые, собраны в густое метельчатое соцветие. Цветет в июне—июле.

Распространен в лесной и лесостепной зонах Западной, Средней и Восточной Сибири. Растет по уремам, берегам рек и болот, в сырых лесах и колках, на влажных лугах.

Растение содержит эфирное масло, состоящее из салицилового альдегида и гелиотропина, аскорбиновую кислоту, каротин, гликозид, спиреин, ванилин, терпены, свободную салициловую кислоту, антоциановые, флавоновые, дубильные вещества пирокатехиновой и пирогалловой групп, фитонциды.

Обладает противовоспалительным, кровоостанавливающим, антибактериальным действием, способствует грануляции и эпителизации язв, ран, ожогов. В научной медицине изредка используют корневища и цветки лабазника в качестве противоревматического средства. Установлено благоприятное действие растения при тахикардии и недостаточной перистальтике кишечника (Говоров, 1965). В прошлом применялся как слабояжающее средство при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

В народной медицине широко используется при ревматизме, подагре, как мочегонное при заболеваниях по-

чек и мочевого пузыря, при отеках, как потогонное, противогеморройное и успокаивающее средства (столовую ложку травы настаивают в 2 стаканах кипятка и пьют по полстакана 2 раза в день). Отвар корней рекомендуют для спринцеваний при белях, дезинфекции гноящихся ран, для клизм при упорных поносах, а также как средство, ускоряющее рост волос. Для лечения пораженных ревматизмом суставов применяют втирания, мази, приготовленные из одной части растертого в порошок корня и пяти частей несоленого коровьего масла.

Настой цветков местное коренное население Сибири использует вместо чая, как стимулирующий и снижающий усталость напиток.

Ввиду больших запасов сырья необходимо дальнейшее разностороннее изучение этого ценного растения.

Траву собирают во время цветения растения и сушат в тени на открытом воздухе, корни — осенью.

Лабазник шестилепестный, таволга степная, земляной орех. *Filipendula hexapetala* Gilib. Семейство розоцветных.

Многолетнее медоносное растение с веретенообразными клубнями на корнях. Стебли прямые, ребристые, голые, тонкие, высотой до 1 м. Листья прерывисто-перистые, состоят из многих пар (10—30) зеленых перистонадрезанных листочков, сверху голых, снизу по жилкам слегка волосистых. Цветки белые или бледно-розовые, собранные в метелки 3—10 см длины. Цветет с конца мая до половины августа.

Распространен в лесостепной и степной зонах Западной Сибири, островами встречаясь в минусинских степях. Растет на суходольных лугах, в березовых колках и на окраинах сосновых боров.

Листья содержат аскорбиновую кислоту, салициловый альдегид, который получается в результате расщепления гликозида гаультерина. Клубни богаты крахмалом, съедобны в сыром и вареном виде.

Корни входят в сбор по прописи М. Н. Здренко.

В прошлом настой травы применялся как сильное мочегонное, а также от геморроя, грыжи, поноса и как сердечное средство (Скалозубов, 1913).

Заслуживает дальнейшего изучения.

Ландыш майский. *Convallaria majalis* L. Семейство лилейных.

Многолетнее травянистое растение с длинным ползучим корневищем, высотой до 25 см. Листья дугонервные, по 2, редко 3 на каждом стебле. Цветки белые, ароматные, собраны в односторонние



кисти. Цветет в мае — июне. Плоды — шаровидные красные ягоды. Хорошо размножается от корневищ, образуя круговые заросли.

Растет преимущественно в тенистых лесах, среди кустарников, на заливных лугах.

Сборный вид ландыш майский ботаники подразделяют на географические подвиды или мелкие виды: собственно ландыш майский, распространенный в европейской части СССР и в культуре встречающийся в Сибири, ландыш закавказский *Convallaria transcaucasica* Utk., ландыш Кейске *Convallaria keiskei* Miq.

Ландыш Кейске (бывший маньчжурский) распространен в Приморье, Приамурье, встречается на Сахалине и Курильских островах, на западе заходит в Забайкалье до оз. Байкал, отличается более крупными размерами.

В медицинском отношении все формы ландыша равноценны и применяются одинаково.

Растение содержит сердечные гликозиды, в том числе конваллятоксин, превосходящий по силе воздействия импортный строфантин, конваллазид, конваллатоксол, сапонин конвалларин, обладающий слабительным действием и раздражающим на почки и слизистые кишечника, алкалоид маялин, следы эфирного масла, холин, сахара, лимонную, яблочную и аспарагиновую кислоты, крахмал.

В научную медицину введен проф. С. П. Боткиным в 1881 г. Препараты ландыша, содержащие сердечные гликозиды, близкие по химическому строению к гликозидам наперстянки, не обладают кумулятивным эффектом, при приеме внутрь действуют слабо, но при внутривенном введении оказывают быстрое и сильное влияние на сердечную деятельность. Применяются при острой и хронической сердечной недостаточности, главным образом при неврозах сердца, часто в сочетании с препаратами валерианы и боярышника, а также при кардиосклерозе, дистрофии сердечной мышцы.

Фармакологическая промышленность выпускает настойку травы ландыша (ландышевые капли), экстракт ландыша сухой, конваллятоксин — гликозид из листьев и цветков, обладающий высокой биологической активностью, и новогаленовый препарат коргликон, содержащий сумму гликозидов ландыша. Экстракт ландыша входит в капли Зеленина (наряду с белладонной, ментолом и валерианой), назначаемые при неврозах сердца, сопровождающихся брадикардией, цветы — в сбор Здренко.

Препараты ландыша следует принимать только по назначению врача, так как при некоторых заболеваниях они противопоказаны,

Ландыш издавна применяется в народной медицине для лечения сердечных заболеваний, особенно с выраженными нервными явлениями, при апоплексическом ударе, водянке, астме, эпилепсии, судорогах. Сухой порошок из цветков нюхают при насморке и головной боли. Ванны из отвара травы принимают при ревматизме. Есть сообщения о лечении ландышем параличей.

Надземную часть растения срезают ножом и сушат в тени на открытом воздухе или в хорошо проветриваемом помещении. Особенно ценятся молодые листья, собранные до цветения, и цветки. Для сохранения естественных запасов сырья инструкция по сбору запрещает вырывать растения и обязывает оставлять для воспроизводства не менее одного растения на 1 м<sup>2</sup> заросли. Повторные заготовки разрешены не раньше, чем через 2 года.

На Дальнем Востоке в малолесных районах Приморья, в редколесье дубрав и зарослях кустарника, по данным И. И. Брехмана и Г. Э. Куренцовой (1961), запас сухих листьев достигает 200 кг, а цветков 6—7 кг на гектар. По подсчетам А. И. Шретера (1970), на Дальнем Востоке можно ежегодно заготавливать около 1 т сухих цветов и несколько тонн травы ландыша.

**Лапчатка.** Семейство розоцветных.

Род большей частью многолетних травянистых растений, насчитывающий в СССР 148 основных видов и множество переходных форм, возникающих в результате образования межвидовых помесей. Некоторые виды используются в народной медицине как вяжущее, желудочное, противовоспалительное средства. Особенно ценятся лапчатка прямостоячая, гусиная, двувильчатая, кустарниковая, серебристая.

**Лапчатка гусиная.** *Potentilla anserina* L.

Многолетнее почти стелющееся растение с нитевидными стеблями-побегами, до 40 см длины. Листья непарноперистые, пальчатые, сверху зеленые, снизу беловатые, сильно опушенные, листочки пальчато-зубчатые. Цветки желтые на длинных цветоножках в узлах стебля. Цветет с мая до сентября. Плоды — сухие сборные семянки.

Широко распространена в лесной, лесостепной, степной зонах Сибири и Дальнего Востока. Растет по берегам рек, озер, на влажных лугах, у дорог.

Все растение, особенно корневища и корни, содержат большое количество дубильных веществ, флавоновые вещества, хинную и аскорбиновую кислоту, воск, крахмал.

Растение известно в народной медицине с глубокой



древности как вяжущее, кровоостанавливающее, противовоспалительное и успокаивающее средства. Настой и отвар травы и корней пьют при воспалительных заболеваниях желудочно-кишечного тракта, сопровождающихся поносом, почечнокаменной болезнью, песке в мочевом пузыре, спазмах в желудке, судорогах (даже при столбняке), внутренних кровотечениях, болезненных менструациях (альгодисменорее). В последнем случае прием внутрь сочетают с компрессом из лапчатки на низ живота.

Настой травы рекомендуют также при туберкулезе, цинге, грыже, опущении матки (столовую ложку травы кипятят 5 минут в стакане кипятка, настаивают 2 часа и пьют по четверти стакана 3—4 раза в день до еды). Наиболее сильно действует отвар из семян на молоке (чайную ложку на стакан, выпивают в 2 приема). Отвар травы на молоке — сильное мочегонное средство. При желчнокаменной болезни и заболеваниях печени наиболее эффективным считают сок травы лапчатки и зеленой ржи, смешанный в равных количествах. Принимают по столовой ложке в день.

Наружно отвар травы используют как антисептическое средство — для обмываний ран, полосканий при воспалительных процессах в горле и полости рта, смазывания кровоточащих десен, при зубной боли. Отваром моют лицо, чтобы очистить его от угрей. Ванны из отвара травы применяют при заболеваниях суставов и болезнях, вызванных нарушением обмена, в том числе при ожирении. Для лечебных ванн, регулирующих обменные процессы в организме, берут 200 г смеси различных трав, взятых в равном количестве, на 2 л воды. В смесь входят: трава лапчатки, спорыша, тысячелистника, крапивы, мяты и пырея, пастушьей сумки. Кипятят 15 минут, настаивают 30 минут и разбавляют водой до температуры 39—40°С. Можно добавить хвою сосны и березовые листья.

В немецкой народной медицине лапчатка высоко ценится как противосудорожное средство (особенно при судорогах икроножных мышц). В болгарской народной медицине применяется при различных заболеваниях, в том числе наружно в виде компрессов при мокнущих экземах, ушибах, трещинах кожи, геморрое, ранах и для спринцевания при белях.

Тибетская медицина считает лапчатку сильным анти-септическим средством.

Траву для лечебных целей собирают в мае—августе; семена — в сентябре, созревшими; корни — в сентябре — октябре.

Лапчатка двувильчатая, двулопастная. *Potentilla bifurca* L.

Многолетнее приземистое растение. Листья непарноперистые, листочки в верхней части раздвоены в виде вилки. Цветки мелкие, желтые, собраны в соцветия в виде метелки. Цветет в мае — июле.

Распространена в лесостепной и степной зонах Сибири и на Дальнем Востоке. Растет на сухих местах, лугах, у дорог.

Химический состав не изучен.

В народной медицине используют при женских болезнях (настой травы), расстройствах желудочно-кишечного тракта, туберкулезе (отвар корней), заболеваниях органов дыхания. Известно бактерицидное и кровоостанавливающее действие препаратов лапчатки. В тибетской медицине входит в состав лекарств, применяемых при туберкулезе и как антисептическое средство (Гусева, 1966). В Средней Азии и Казахстане настой травы пьют вместо чая как тонизирующее, общеукрепляющее средство.

Траву для лечебных целей собирают в июне — июле, корни — осенью. Запасы сырья ограничены, но лапчатка хорошо разрастается на вспаханных полях, поэтому может успешно разводиться в культуре в степной и лесостепной зонах Западной и Восточной Сибири.

Лапчатка кустарниковая, могучка, курильский чай. *Dasiphora fruticosa* Rydb.

Кустарник 15—80 см высоты с ветвями, покрытыми буроватосерой шелушащейся корой. Листья перистые, снизу покрыты тонкими волосками. Цветки золотисто-желтые, крупные, 15—30 мм в поперечнике, расположены на концах веток. Цветет с июня до половины августа. Плоды — семанки, с тонкими длинными волосками.

Распространена в горных районах Сибири и Дальнего Востока, включая Сахалин и Камчатку. Растет в долинах горных рек, хвойных лесах, нередко заходит в гольцовый пояс.

Химический состав мало изучен. В листьях содержится много танидов, аскорбиновой кислоты, каротина.

В народной медицине применяют при различных болезнях желудочно-кишечного тракта, диспепсии, лихорадке. Настой приготавливают из цветущих ветвей (столовую ложку измельченного сырья на стакан кипятка,



пастаивают 2 часа и пьют по полстакана 2 раза в день до еды).

Лапчатка прямостоячая, четырехлепестная, дикий калган, узик, завязник. *Potentilla erecta* Hampe.

Многолетнее травянистое растение до 50 см высотой. Корни мелкие, тонкие, густо покрывают твердое, толстое, деревянистое, почти горизонтальное корневище, снаружи темно-бурое, в изломе красное. Стебли тонкие, ветвистые, прямостоячие с волосками. Листья тройчатые, сидячие, очередные прижато-волосистые. Листочки клиновидно-продолговатые, сверху надрезанно-пильчатые с прижатыми волосками. Цветки одиночные, правильные, желтые, на длинных цветоножках, четырехлепестковые. Цветет с мая по август. Плоды — орешковидные семянки.

Распространена в лесостепной зоне Западной Сибири. Растет на сырых лугах, в березовых колках, на окраинах сосновых боров, вблизи болот, на пастбищах.

Корневища и корни содержат дубильные вещества смешанного характера, в которых преобладают таниды и свободные полифенолы, флавоноиды, органические кислоты, красный пигмент флобафен, гликозид торментиллин и другие вещества.

В медицинской практике используют вяжущее и бактерицидное действие препаратов лапчатки. Их рекомендуют при катарах кишечника, дизентерии, энтеритах и энтероколитах в форме отвара. Лапчатка входит в состав желудочных, вяжущих сборов. Отвары и настойки используют для полосканий при ангинах, гингивитах, стоматитах и в виде примочек при ожогах и кожных сыпях. Установлено выраженное кровоостанавливающее свойство корневища.

В народной медицине отвар корневищ применяют при воспалительных заболеваниях желудочно-кишечного тракта, язве желудка, болезнях печени, желудочных, кишечных, маточных кровотечениях. Нередко отвар готовят на молоке (столовую ложку измельченных корневищ на стакан молока, настоять 2 часа и пить по столовой ложке 3—4 раза в день за полчаса до еды). Отвар из корневищ используют для полосканий и как наружное средство при кровоточащих ранах, мокнущих экземах, ожогах и язвах.

Корневища копают осенью, иногда весной (в апреле — мае), очищают от земли и придаточных корней, промывают, провяливают 1—2 дня на открытом воздухе и сушат при 40—50°С.

Лапчатка рябинколистная. *Potentilla tanacetifolia* Willd.

Многолетнее травянистое растение с толстым корнем и несколькими стеблями, покрытыми зелеными, ребристыми с обеих сторон листьями и многочисленными цветами, желтыми, некрупными, собранными на концах разветвлений стебля в щитковидные соцветия. Цветет во второй половине июня — в июле.

Распространена в Западной, Средней и Восточной Сибири. Растет на окраинах сосново-лиственничных лесов, на каменистых склонах Алтая, Саян, Забайкалья, на степных лугах.

Химический состав не изучен.

В народной медицине применяют при различных расстройствах желудочно-кишечного тракта. В тибетской медицине настой цветущих веток рекомендуют при заболеваниях желудка и в сборах для лечения диабета.

Лапчатка серебристая. *Potentilla argentea* L.

Многолетнее травянистое корневищное растение с ветвистыми восходящими или прямостоячими стеблями. Листья пальчато-пятираздельные, покрытые сероватым пушком, сверху зеленые, снизу беловолочные (как и стебель). Цветки желтые, мелкие, на тонких цветоножках, собраны в метельчато-щитковидное соцветие. Цветет с июня до сентября. Семянки морщинистые.

Распространена в южной части лесной, в лесостепной и степной зонах в Западной и Средней Сибири (до Алтая — Саянских гор). Растет на лесных и степных лугах, в разреженных лесах, березовых колках, по сухим, нередко щебнистым, склонам, залежам, на выгонах, около дорог и жилья.

Химический состав изучен слабо. Растение содержит таниды, аскорбиновую кислоту, следы флавоноидов.

Входит в сбор М. Н. Здренко.

В народной медицине отвар травы и корней применяют при простудных заболеваниях, ангинах, расстройствах желудочно-кишечного тракта (3 чайных ложки сырья настаивают 2 часа в стакане кипятка, пьют по четверти стакана перед едой. Этим же настоем полощут горло). Наружно измельченные листья прикладывают к ссадинам и порезам, отваренную траву — к горлу при простуде и к опухолям.

Ластовень. Семейство ластовневых.

Многолетние травянистые растения, из которых в народной медицине нашли применения два вида: ластовень лекарственный и сибирский.

Ластовень лекарственный. *Antitoxicum stepposum* Pobed.



Многолетнее корневищное растение с круглым полым стеблем 35—70 см высоты. Листья супротивные, яйцевидно-ланцетные, заостренные, цельнокрайние. Цветки белые, мелкие, в ветвистых зонтиках. Цветет в июне — первой половине июля. Плоды — семенные листовки, овально-ланцетовидные. Семена с пучком волосков.

Распространен в основном в европейской части СССР, восточная граница проходит в Западной Сибири (по условной линии Тобольск — Екатеринбург — Омск — Петропавловск). Растет на суходольных и повышенных поемных лугах, в сосновых борах и березовых колках в лесостепной зоне.

В корнях и семенах обнаружены гликозиды винцетоксин и асклепиадин, сапонины и другие вещества.

Препараты из корней в малых дозах применяют как слабительное, в больших — как рвотное (Шасс, 1952). Экстракт из семян, по исследованиям Н. П. Говорова и Н. Н. Болдырева, оказывает действие на сердце, подобное строфанту, отличающееся меньшей токсичностью.

В народной медицине настойку корней в небольших дозах (так как растение ядовито) применяют при водянке, сердцебиении, как рвотное, слабительное и мочегонное. Корни и листья прикладывают к ранам для их быстрого заживления. Эссенцию из свежих листьев применяют в гомеопатии.

**Ластовень сибирский.** *Antitoxicum sibiricum* Pobed.

Многолетнее травянистое растение с тонким ползучим корневищем и несколькими ветвящимися стеблями 20—30 см высотой. Все растение покрыто короткими жесткими волосками. Листья супротивные, линейно-ланцетовидные и линейно-короткозаостренные, цельнокрайние. Цветки желтовато-белые, расположены на концах ветвей в пазухах верхних листьев в ветвистых зонтиках. Цветет в июне — июле. Семенные листовки веретенообразные, семена яйцевидные, сильно сплюснутые, с длинным пучком волосков.

Распространен в лесостепной и степной зонах Западной, Средней и Восточной Сибири, а также в Северной Монголии, Корее, Китае.

Химический состав сходен с растениями предыдущего вида.

Применяется в народной медицине аналогично предыдущему растению. Семена входят в состав тибетских лекарств как сердечное и желудочное средство. Используется и в китайской народной медицине.

Листья заготавливают в июне — июле; семена — в августе — сентябре; корни в сентябре — октябре.

**Левзея сафлоровидная, маралий корень,** боль-

шеголовник альпийский. *Rhaponticum carthamoides* Hjin.  
Семейство сложноцветных.

Многолетнее травянистое растение с утолщенным деревовидным корневищем и многочисленными тонкими корешками. Стебель прямой, мелкобороздчатый, слегка паутинисто-пушистый, 50—150 см высотой. Листья глубокоперисторассеченные, гладкие или слегка пушистые. Нижние — на черешках, верхние — сидячие, самые верхние — цельные. Цветочная корзинка одиночная, на верхушке стебля, покрыта снаружи черепитчатой оберткой. Цветки фиолетово-лиловые. Цветет в июле — августе.

Растет на высокогорных альпийских и субальпийских лугах и лесных луговинах в верхних частях лесного пояса в горах Алтая, Кузнецкого Алатау, Саян, Танну-Ола, Восточной Сибири, а также в Северной Монголии. Особенно значительны запасы сырья в Горно-Алтайской автономной области, Тувинской АССР и на юге Красноярского края. Разводится в культуре — промышленные плантации имеются в Новосибирской и Ленинградской областях.

В паренхиме коры и сердцевине корней и корневищ обнаружены сложный углевод инулин, дубильные вещества, соли фосфора, кристаллы оксалата кальция в форме друз, аскорбиновая кислота и каротин.

В народной медицине применяют корни как возбуждающее средство при упадке сил. Говорят, что маралий корень «поднимает человека от 14 болезней и наливает его молодостью». Первым обратил внимание на левзею сибирский путешественник Г. Н. Потанин, затем о ней, как о новом тонизирующем растении женьшенеподобного действия, писал в своем экспедиционном отчете проф. В. В. Сапожников (1921). Оно было обстоятельно изучено в 1945 г. в Томском медицинском институте проф. А. С. Саратиковым, а фармакогностические исследования провела Р. А. Соболева. Запасы лекарственного сырья на Алтае и в Саянах изучали Ю. Д. Соснов, В. С. Соколов, А. А. Никитин, А. А. Федоров, Б. А. Постников и Ю. П. Суров.

При испытаниях в томских клиниках экстракт корня левзеи зарекомендовал себя хорошим средством для стойкого повышения кровяного давления, при некоторых сердечно-сосудистых заболеваниях и как адаптогенное, тонизирующее и стимулирующее средство. Препараты левзеи хорошо помогают при переутомлении и упадке сил, повышают умственную работоспособность и восстанавливают половую деятельность. Корневище с корнями левзеи введены в Государственную фармакопею IX и X. Из них готовят жидкий экстракт, который прини-



мают по рецепту врача по 20—30 капель 2—3 раза в день до еды.

В пищевой промышленности экстракт левзеи используют для приготовления освежающего и тонизирующего напитка «Саяны».

Продуктивность лекарственного сырья левзеи в Горно-Алтайской области на субальпийских лугах составляет: сухого веса корней от 140 до 840 кг/га, а семян от 8,5 до 20 кг/га. В культуре продуктивность корней левзеи значительно выше и достигает от 2000 кг/га (в трехлетнем возрасте) до 3180 кг, семян от 188 до 234 кг/га. Вес одного сырого корня составляет в возрасте 2 лет 80—90 г, в трехлетнем — 102—125 и даже 300 г. Сбор семян с одного растения колеблется от 15,5 до 22 г. По исследованиям Ю. П. Сурова, наиболее высокую продуктивность левзеи дает на увлажненных плодородных почвах в поясе субальпийских лугов (1600 кг/га корневой массы). Довольно высока она также в верхней части лесного пояса, вблизи стен леса и на полянах между биогрупп кедра.

Потребность страны в корнях левзеи в 1970 г. составила 70 т воздушно-сухого веса. На Алтае добывают ежегодно около 35—40 т корней.

На площадях эффективного сбора запас корня в Горном Алтае определен Ю. П. Суровым (1967) в 3300 т. Годовой объем заготовки возможен в 330 т (выход воздушно-сухого корня от веса сырого составляет 40%), т. е. полностью покрывает союзную потребность *при условии применения научных приемов заготовки сырья.*

Заготовку корня рекомендуется начинать с момента созревания семян (с середины августа). Выкапывают в первую очередь наиболее старые и крупные растения. Отрезают от стеблей корни, очищают от земли, быстро промывают холодной водой и сушат на солнце. Крупные корневища разрезают на куски. На плантациях выкапывают корневища растений трех-четырёхлетнего возраста. Одногодичные растения, не представляющие промышленного интереса, следует оставлять нетронутыми для восстановления запасов левзеи на эксплуатируемой площади. Оставшиеся невыкопанными части корней обладают способностью восстанавливать растения.

Как показал опыт первых лет заготовки сырья на Алтае и в Саянах, заготовка корней и корневищ левзеи

во избежание подрыва запасов сырьевой базы должна вестись только с соблюдением научно-разработанных правил и с проведением мер по восстановлению сырья. Одновременно, для сохранения лучших популяций левзеи в природной обстановке, необходимо в ближайшую пятилетку обследовать все заросли на Алтае, в Саянах и в Туве и создать здесь несколько заказников в наиболее благоприятных экологических условиях.

Кроме того, есть необходимость в расширении плантаций левзеи в Новосибирской области (Мошковский совхоз лекарственных растений) и заложении новых в Алтайском крае и Кемеровской области. Для культуры левзеи выбирают плодородные, хорошо дренированные почвы с грунтовыми водами, расположенными не ближе 1,5—2,0 м от поверхности. Лучшие предшественники — озимые по удобренному пару или оборот пласта многолетних трав. Высевают стратифицированные в течение 20—25 дней семена рядовым способом, с междурядьями 45—60 см из расчета 20—25 кг/га. Семена заделывают на легких почвах на глубину 2—3 см, на суглинистых — на 1,5—2,0 см. Уход заключается в прополке и подкормке удобрениями. Урожай снимают с третьего года, подкапывая растения на глубину до 30 см и оставляя часть корней для восстановления плантации (Справочник по лекарственным культурам. М., 1969, стр. 44).

Лилия кудреватая, саранка, царские кудри. *Lilium martagon* L. Семейство лилейных.

Многолетнее травянистое растение до 100 см высоты, вырастающее из желтой луковицы, состоящей из многочисленных мясистых чешуй. Листья продолговато-ланцетные, расположены мутовкой, по 5—6. Цветки крупные, грязно-розовые с фиолетовыми пятнами и лепестками, загнутыми назад, на верхушке стебля, по 3—10 штук. Цветет в июне — июле. Медонос.

Распространена в лесной и лесостепной зонах Западной, Средней и Восточной Сибири. Растет на лесных лугах, в хвойных и березовых лесах, поднимается по склонам гор выше границы леса.

В народной медицине настой клубней (луковиц) пьют при зубной боли, при нервных потрясениях, плохом настроении, «от тоски» (Уткин, 1931). Сок обладает ранозаживляющим действием. Отвар цветков пьют при заболеваниях желчного пузыря. Листья прикладывают к ожогам для уменьшения воспаления. Клубни съедобны.

Применяется в тибетской медицине.



Лимонник китайский. *Schizandra chinensis* (Turcz.) Baill.

Вьющееся деревянистое растение с лимонным запахом — плодовая лиана, винтообразно обвивающая естественную опору, с мощным корневищем. Стебель обычно 12—15 м длины. Листья черешковые, очередные, мясистые, яйцевидные, цельнокрайние. Цветки в пазухах листьев, одиночные, белые, раздельнополые, на длинных поникающих розово-красных цветоножках, восковидные, желтеющие при увядании. Пыльниковые цветки с 5-ю тычинками, сросшимися в колонку, пестичные (женские) с цилиндрическим цветоложем, которое после отцветания удлиняется и образует повислую кисть (каждый пестик при этом превращается в ягодку) из горьковато-кислых красных шаровидных ягод. Цветет в мае — июне, плодоносит в сентябре — октябре.

Встречается от Хабаровска до Владивостока, реже на Сахалине и Курильских островах. Растет по долинам ручьев и горных рек, в кедровых и широколиственных лесах, по склонам сопок. Основные естественные заросли находятся на высоте 200—500 м над уровнем моря.

Семена отличаются большим периодом покоя. Высеянные весной нестратифицированными, они всходят лишь через год или два. С лианы обычно можно собрать 1 кг ягод, а на открытых местах и в культуре — до 2 кг.



Лимонник китайский.

Лимонник содержит эфирное масло, причем состав его в различных частях растения различен, органические кислоты — яблочную, янтарную, лимонную, виннокаменную, жирное масло, дубильные и красящие вещества, сахара, безазотистые вещества, схизандрин и схизандрол — метиловые эфиры полиоксифенолов, смолы, минеральные соли.

В Государственную фармакопею X издания включены плоды и семена как стимулирующие и тонизирующие средства при различных

заболеваниях центральной нервной системы, физическом и умственном перенапряжении, ряде сердечно-сосудистых заболеваний. Установлено, что кровяное давление препараты лимонника снижают незначительно, но оказывают благоприятное действие при гипотонии. Применяется в комплексной терапии хронических гастритов, для лечения ряда заболеваний глаз (в сочетании с электрофорезом), эффективен при функциональных расстройствах нервной системы. Установлено, что настойка семян лимонника, особенно в сочетании с элеутерококком, способна ослабить температурную реакцию организма на некоторые воздействия (Кадаев, Фруентов, 1968). В медицинской практике используется и общеукрепляющее действие лимонника.

Старинное средство восточной медицины. В китайской фармакопее 1965 г. лимонник отнесен к лекарствам, восстанавливающим силы, под названием «у-вай-дзи» (плод с пятью вкусами). Широко используется как укрепляющее средство при различных заболеваниях желудочно-кишечного тракта, печени, почек, туберкулезе, бронхиальной астме, бронхитах, общем упадке сил. В народной медицине наряду с плодами и семенами применяются отвары и препараты лиан.

*Препараты лимонника следует принимать лишь по назначению врача*, так как при повышенном артериальном давлении, органических заболеваниях сердечно-сосудистой системы, язвенной болезни, нервном возбуждении они противопоказаны.

Лимонник широко используется в пищевой и парфюмерной промышленности.

На Дальнем Востоке лимонником покрыто более 13000 гектаров. По предварительным подсчетам, ежегодно можно собирать 3500 т, для медицинских целей требуется 50 т. Потребность пока не удовлетворяется из-за периодического неурожая ягод и неосвоенности ряда массивов. Работники ВИЛР составили сводную карту наиболее крупных зарослей лимонника (Шретер, Пименов, 1968).

Линнея северная, поясничная трава, лесной чай.  
*Linnea borealis* L. Семейство жимолостных.

Вечнозеленый кустарничек с нитевидными стелющимися ветвями 20—100 см длины. Листья зимующие, кожистые, супротивные, широкояйцевидные или округлые, 4—15 мм длины, в верхней части



зубчатые. Цветки розовые, поникшие, расположены попарно, на длинных черешках. Цветет в июне — июле.

Распространена в лесной зоне европейской части СССР, в Сибири, на Дальнем Востоке. Растет в темнохвойных лесах, в сыроватых замшелых местах, на север доходит до южной части полярно-арктической зоны. В горах поднимается до гольцового пояса.

Химический состав не изучен.

В народной медицине настой травы пьют при нервных заболеваниях, болезнях желудка, при боли в пояснице и «от ломоты в руках и ногах» (П. Н. Крылов, 1876; Уткин, 1931). Столовую ложку сухой травы настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3—4 раза в день до еды. Припарки из травы применяют при болях в спине и суставах.

Траву собирают в июне — августе и сушат в тени.

Липа сердцевидная, мелколистная, или сибирская. *Tilia cordata* Mill. Семейство липовых.

Дерево с коричневой или серой корой и широколиственной раскидистой кроной. Листья длинночерешковые, сердцевидные, гладкие. Прилистники парные, красноватые, опадающие весной. Цветет в июне — июле. Цветки в полужонтиках, душистые, с крупными пленчатыми прицветниками в виде летучки. Плоды — орешки, обычно односеменные.

Встречается в Тюменской, Омской, Новосибирской, Кемеровской областях и Алтайском крае. На Дальнем Востоке широко распространена липа амурская, сходная с сердцевидной (*Tilia amurensis* Rupr.), липа маньчжурская (*Tilia mandshurica* Rupr et Maxim.) и липа Таке (*Tilia taqueti* Schneid.).

Цветки липы — «липовый цвет» — содержат слизь, следы эфирного масла, флавоновый гликозид гесперидин, гликозид тилиацин, сапонины, каротин, аскорбиновую кислоту; листья — дубильные вещества и фитонциды.

В научной медицине липу используют как потогонное средство в виде водного настоя (столовую ложку на стакан кипятка, настоять 20 минут и выпить 1—2 стакана до появления пота). Входит в состав грудных потогонных сборов, в сборы, предназначенные для полосканий полости рта и горла при различных воспалительных процессах. Настои и отвары липового цвета обладают выраженным бактерицидным, противовоспалительным и мягчительным действием.

В народной медицине отвары и настои цветков липы применяют также в качестве болеутоляющего и успокаивающего средств при свинке, кори, судорогах, нервных заболеваниях, наличии песка в моче (столовую ложку

на стакан воды, кипятить 10 минут, процеживают и выпивают на ночь 2—3 стакана горячего отвара).

Слизистые отвары из цветков, листьев или коры применяют в виде примочек при ожогах, язвах, воспалении геморроидальных шишек, затвердении молочных желез, ревматическом и подагрическом поражении суставов. В этих же случаях используют истолченные свежие почки и листья. Листья прикладывают к голове как средство, смягчающее боль. Камбий (слой между лубом и древесиной) считается хорошим лекарством для лечения ожогов.

Широко популярен лечебный липовый чай, эффективный при простудных заболеваниях.

Липа — ценный медонос, обладающий биологически полезным действием оздоравливать окружающую атмосферу, что связано с наличием фитонцидов. Успешно применяется для озеленения городов.

Для медицинских целей цветки вместе с прицветниками собирают вполне распустившимися, сушат на воздухе в тени или в сушилках при температуре 25—30° С, стараясь не пересушить. Срок хранения сырья 2 года.

Лиственница сибирская. *Larix sibirica* Ledb.  
Семейство сосновых.

Крупное хвойное дерево с прямым, в нижней части конусовидно-утолщенным стволом, покрытым серовато-бурой корой, с мягкой светло-зеленой хвоей, опадающей на зиму. Растение однодомное. Шишки небольшие, яйцевидные, с плотно сомкнутыми до созревания чешуями, сильно оттопыренными после созревания. Живет до 500—700 и даже 900 лет.

Распространена в Западной и Средней Сибири до Байкала, на Алтае. Часто образует сплошные массивы. Далее на восток распространена лиственница даурская *Larix dahurica* Turcz и лиственница курильская *Larix kurilensis* Mayr.

Хвоя лиственниц содержит эфирное масло, состоящее из пинена, борнеола и борнилацетата, аскорбиновую кислоту, клеящее вещество; кора — дубильные вещества, камедь, катехины, флавонолы, антоцианы, органические кислоты.

Для медицинских целей у лиственниц методом подсочки добывают живицу, в состав которой входят эфирное масло и канифоль (твердая смола), почти полностью состоящая из абиетиновой кислоты.

В практической медицине применяют эфирное масло лиственницы, или скипидар («венечанский терпентин»),



как наружное отвлекающее и раздражающее средство при ревматизме, миозитах, подагре, невралгии, люмбаго-ишиалгии — в чистом виде, либо в составе мазей и пластырей. При бронхитах, абсцессах, гангрене легких, катаре верхних дыхательных путей иногда рекомендуют ингаляции скипидара в качестве антимикробного средства.

Отвары из хвои рекомендуют как сильное противоглистное средство. Камедь используется как эмульгатор при изготовлении эмульсий.

В народной медицине горячие настои из коры и хвойных побегов рекомендуют от грыжи, а настои хвои — от гиперменореи. Скипидарные компрессы, покрытые горячей грелкой, применяют при радикулите, ишиасе. При зубной боли скипидарный компресс накладывают на щеку, против пораженного зуба. Камедь и лиственничный клей используют как обволакивающее. Ванны из настоя свежих веток полезны при ревматизме и подагре.

Хвою можно собирать в течение всего лета, но наиболее эффективна она в конце июня и в конце августа, когда содержание аскорбиновой кислоты резко повышается.

Лиственничная губка. *Fomitopsis officinalis* Bond. et. Sing. Семейство трутовиковых.

Многолетний гриб, паразитирующий на стволах лиственниц. Состоит из ветвящегося в коре лиственницы мицелия (грибницы) и многолетнего, неправильной формы, похожего на копыто, плодового тела (агарикуса), беловато-желтоватого цвета, вырастающего на стволе живых деревьев лиственницы или кедра. Размножается спорами.

Встречается по Сибири и Дальнему Востоку везде, где есть лиственничные леса: в Тюменской, Омской, Томской, Новосибирской, Иркутской, Читинской, Семипалатинской областях, Алтайском и Красноярском краях, Якутской, Тувинской и Бурятской АССР.

Лиственничная губка, или агарикус, содержит агарциновую, фумаровую и другие кислоты, смолы (от 30 до 80%), фитостерин, глюкозу, маннит, жирные масла, минеральные соли, в основном фосфорной кислоты.

Агарциновые препараты применяются против изнурительных ночных потов у больных туберкулезом. Водный настой (чайная ложка измельченного гриба на стакан кипятку) обладает слабительным, успокаивающим и легким снотворным действием. В хирургической практике губку иногда применяют как кровоостанавливающее средство.

В качестве лекарства лиственничная губка была известна еще в глубокой древности. О ней писали Диоскорид, Плиний, Гален. В конце XVIII и начале XIX в. агарикус был основой для приготовления «эликсиров жизни». Применяется как слабительное, кровоостанавливающее, при повышенной потливости у туберкулезных и лихорадящих больных, базедовой болезни, диабете и невралгии.

В первые годы текущего столетия на экспорт ежегодно шло несколько тысяч пудов. В 1926 г. Госторг заготовил для экспорта более 35 т. В последние годы внимание к этому интересному лекарству ослаблено.

Лекарственное сырье — молодые, не очень крупные экземпляры плодового тела агарикуса, внутри белые, мягкие, заготавливаются круглый год.

Лопух войлочный, репейник паутинистый, репей, дедовник, лопушник. *Arctium tomentosum* Mill. Семейство сложноцветных.

Двулетнее сорное травянистое растение с длинным, толстым, маловетвистым стержневым корнем. В первый год развивается только прикорневая розетка, на следующий — крупные, ребристые, сильно ветвящиеся вверх стебли. Листья крупные, широкояйцевидные, снизу сероватые, войлочные. Цветы трубчатые, пурпурно-фиолетовые, обоеполые, собраны в шаровидные корзинки, расположенные на верхушке стебля в щитковидных соцветиях. Цветет в июле — августе. Плоды — продолговатые ребристые семянки, немного морщинистые, бурые, с летучкой из коротких щетинок.

Распространен в лесной, лесостепной и отчасти степной зонах Западной, Средней и Восточной Сибири (вплоть до Якутии), Северном Казахстане. Растет по берегам рек, на лугах и лесных опушках, по оврагам, около жилья, вокруг огородов, по обочинам дорог, вдоль канав.

С лопухом войлочным сходен лопух большой *Arctium lappa* L.

Двулетнее растение с грязновато-пурпуровым стеблем до 150—180 см высоты и крупными широкояйцевидными листьями. Злостный сорняк, встречающийся в Тюменской, Кемеровской областях, Алтайском крае, европейских районах страны.

Оба вида лопуха содержат большое количество инулина (до 45%), эфирное (бардановое) и жирное масла, дубильные, горькие, белковые вещества, аскорбиновую, пальмитовую и стеариновую кислоты, фитостерин, алкалоид (в корнях), оказывающий противоопухолевое действие, флавоноиды, антоцианы, каротин и другие вещества.

В научной медицине корни лопуха применяют глав-



ным образом как мочегонное и потогонное средства (1,5 чайные ложки отварить в стакане кипятка, пить по столовой ложке 3—4 раза в день, либо 1—2 чайные ложки настоять в 2-х стаканах кипятка и принимать по полстакана теплого настоя 3—4 раза в день). Установлено антибактериальное действие свежих листьев. Экстракт из корней в эксперименте на животных оказал противоопухолевое действие при злокачественных новообразованиях.

В народной медицине лопух широко применяется как мочегонное, потогонное, противовоспалительное, ранозаживляющее, противораковое и «кровоочистительное» средства. Его рекомендуют как мочегонное и потогонное, при камнях в почках и мочевом пузыре, гастритах и язве желудка, при ревматизме и подагре, геморрое, водянке, золотухе, рахите (порошок корня, взятый в равном количестве с медом, настаивают 5—7 дней в водке и принимают отфильтрованный настой по столовой ложке 3—4 раза в день). На стакан водки обычно берут по десертной ложке сырья.

Н. А. Плотников и Е. К. Левченко сообщают об успешном лечении рака пищевода и матки соком лопуха. Сок свежих листьев и измельченные листья применяют для лечения гнойных ран, ожогов и язв. Отвар корня (полную чайную ложку на стакан кипятка, пьют по чайной ложке 4 раза в день перед едой) рекомендуют при экземе, сочетая с примочками из настоя корня. Иногда больного обертывают на ночь простыней, смоченной в настое, в течение 2—3 недель (Попов, 1970). Таким же способом лечат рецидивирующий ревматизм. Отвар из семян пьют при хронических запорах.

Лопух — признанное средство для лечения различных кожных болезней.

С этой целью иногда готовят мазь (отвар из столовой ложки корней на стакан кипятка выпаривают при продолжительном кипении и добавляют топленое несоленое масло из расчета 4 части масла на часть сгущенного отвара).

Широко применяются различные смеси лекарственных трав с лопухом, рекомендуемые для ращения волос. Можно взять 4 части корня лопуха, 2 части цветков календулы и 3 части шишек хмеля и отварить в 1 л воды; либо 1 часть корней лопуха и 1 часть коры ивы и отва-

рить 4 столовые ложки смеси в 1 л воды; либо взять в равном количестве корни лопуха и корневища аира и отварить 6 столовых ложек смеси в 1 л воды. Такие отвары втирают в корни волос или прополаскивают ими волосы после мытья 2—3 раза в неделю до исчезновения перхоти и прекращения выпадения волос (Юркова, 1971).

Молодые корни лопуха (до цветения) съедобны. В Японии лопух возделывают как огородное растение, под названием «гобо».

Для лечебных целей собирают листья в июне — сентябре и корни растений первого года жизни (без цветоносных стеблей) — в сентябре — октябре, отряхивают от земли, снимают кожицу и сушат в печи или духовке (но не на открытом воздухе).

Растение необходимо исследовать на противоопухолевую активность.

Лотос орехоносный. *Nelumbium nuciferum* Gartn. Семейство кувшинковых.

Многолетнее водное травянистое растение.

Встречается на Дальнем Востоке в озерах Приханкайской равнины, по рекам Уссури и Зее.

Корневища содержат аспарагин, черешки и молодые проростки — сердечный яд нелюмбин.

Плоды, листья и цветы широко используют в тибетской и народной медицине многих стран Юго-Восточной Азии как сердечное, кровоостанавливающее и общеукрепляющее средство. Порошки и отвары из плодов лотоса рекомендуют и при заболеваниях селезенки (Гусева, 1966). Семена считаются самым дорогим деликатесом.

С лотосом связаны легенды о происхождении Будды и человека. Это одно из священных растений многих народов Востока.

Необходимо принять меры для сохранения этого очень красивого и ценного реликтового растения.

Лох узколистный. *Elaeagnus angustifolia* L. Семейство лоховых.

Кустарник до 6 м высоты с красно-бурыми ветвями. Молодые побеги покрыты мелкими белыми чешуйками. Листья ланцетные, туповатые, 3,5—7 см длины и 7—18 мм ширины. Цветки белые, расположены в пазухах листьев. Плод — костянка. Хороший медонос.

Встречается в Средней Азии, Казахстане. В южной части Западной Сибири, разводится в пограничных полосах.

Плоды содержат сахара, органические кислоты, белок (до 10%), дубильные вещества, жир, красящие веществ-



ва, соли калия и фосфора. В коре найдены алкалоиды, в листьях до 350 мг/% аскорбиновой кислоты.

В научной медицине препараты из плодов лоха используют как вяжущее средство при поносах; пшатин, лохнектан и лохтан — при энтероколитах (вместо таннальбина).

В народной медицине отвар плодов пьют при колитах и болезнях органов дыхания. Настой цветов — как сердечное средство при гипертонии. Отвар листьев — от ревматизма, прострела, подагры, как ранозаживляющее.

В Забайкалье отвар плодов пьют при водянке, цинге и как противоглистное средство (50 г плодов настаивают час в 1,5 стаканах кипятка и принимают по 2 столовые ложки 3—4 раза в день после еды).

Листья собирают в июле — августе, цветки в июне.

Льнянка обыкновенная, дикий лен, ленник обыкновенный. *Linaria vulgaris* Mill. Семейство норичниковых.

Многолетнее ядовитое травянистое растение с прямым стеблем высотой 20—50 см, с неприятным запахом. Листья узкие, линейные, очередные, сидячие, густо покрывают стебель. Цветет в июне—августе. Цветки двугубые, светло-желтые, собраны в длинные верхушечные кисти. Плод — продолговатая коробочка.

Распространена в лесной, лесостепной и степной зонах Западной, Средней и Восточной Сибири и на Дальнем Востоке. Растет на суходольных и лесных лугах, на склонах, обрывах, в разреженных сосновых борах, в лиственных и березовых лесах, по окраинам полей и в посевах.

Растение содержит алкалоид, возбуждающий гладкую мускулатуру матки и обладающий желчегонным действием, флавоноидные гликозиды (линарин, пектолинарин и другие), гликозид, отщепляющий при гидролизе синильную кислоту, фитостерин, аскорбиновую кислоту, органические кислоты, дубильные и пектиновые вещества.

В медицинской практике применяется ограниченно как легкое слабительное, не вызывающее побочных действий, желчегонное, мочегонное средства, при геморрое и различных кожных заболеваниях. Проф. Д. М. Российский получил хорошие результаты при лечении жидким спиртовым экстрактом льнянки атонии кишечника, метеоризма и привычных запоров. Создан препарат пеганин, назначаемый при миастении, миопатии, запорах и т. д.

Немецкие врачи рекомендуют водный настой льнянки

также и при цистите, желтухе, ночном недержании мочи, головной боли с рвотой.

В народной медицине льнянку применяют как потогонное, мочегонное, обезболивающее, слабительное и глистогонное средства. Ее рекомендуют при одышке, водянке, желтухе. При заболеваниях печени и почек траву льнянки применяют вместе с цветками цмина песчаного и кукурузными рыльцами (2 чайные ложки смеси на стакан кипятка, по столовой ложке 3 раза в день).

Наружно льнянку рекомендуют в виде примочек и компрессов при фурункулезе, геморроидальных шишках. Настоем травы промывают глаза при различных заболеваниях, в том числе и трахоме, полощут горло при простуде, обмывают пораженные лишаями, грибковыми заболеваниями и воспаленные участки кожи.

Любка двулистная, ночная фиалка. *Platanthe bifolia* L. Семейство орхидных.

Однодольный мелкий травянистый многолетник с двумя клубневидными корневищами — старым дряблым и сочным молодым и отходящими тонкими подземными мочками. Два широколанцетных листа с параллельными жилками охватывают цветоносный стебель, несущий белое или зеленоватое соцветие. Цветки издают приятный аромат, особенно усиливающийся ночью. Цветет в июне — июле.

Распространена в южной половине лесной и в лесостепной зонах Западной, Средней и Восточной Сибири (в Забайкалье).

Растет по влажным лугам, в зарослях кустарников, на лесных полянах, в разреженных лесах, особенно в сыроватых мшистых сосновых борах, кедровых и березовых лесах.

Клубни содержат много слизи (до 50%), крахмала, белковые вещества, сахара, щавелевокислый кальций и минеральные соли.



Любка двулистная.



Клубни, известные в фармакопее под названием салепа (от арабского слова салеб — корень), применяют в научной медицине в виде порошка для изготовления слизистых отваров, используемых при отравлении ядами и поносах (см. кукушник длинношпорцевый). Особенно часто назначают детям как смягчающее и обволакивающее средство при различных поражениях кишечника, катарах и поносах.

В народной медицине клубни используют как средство, обладающее общеукрепляющим и тонизирующим свойствами, усиливающими общее состояние и половую деятельность больных и пожилых людей. Обычно чайную ложку порошка из клубней взбалтывают в стакане кипятка, бульона или кипяченого молока, добавляют столовую ложку виноградного вина и принимают по четверти стакана 3—4 раза в день. Известно применение клубней при лихорадке, как мочегонное и при некоторых женских болезнях.

Клубни выкапывают в конце цветения или вскоре после отцветания растения, отбирают лишь молодые, сочные, бледно-желтые. Промыв в холодной воде, окунают в кипяток и сушат в печах или сушилках, либо в проветриваемых помещениях, нанизав на нитку. Сухие клубни — как бы роговидные, полупрозрачные, очень плотные, теряют горький вкус и запах.

Лютик едкий, куриная слепота. *Ranunculus acris* L. Семейство лютиковых.

Ядовитое многолетнее растение с укороченным корневищем, усаженным многочисленными корневыми мочками. Стебель прямостоячий, ветвистый, 30—75 см высоты, несущий значительное число цветков. Цветы на цилиндрических бороздчатых цветоножках, золотисто-желтые, глянцевитые. Цветет в июне—июле. Плодовые головки шаровидные, цветоложе голое; семянки яйцевидные, сжатые с боков.

Одно из самых распространенных растений негустых хвойных и березовых лесов, лесных лугов лесной и лесостепной зон Западной Сибири.

Растение содержит летучее едкое вещество с резким запахом — протоанемонин (анемонол) типа камфары, раздражающее слизистые оболочки глаз, носа, гортани и внутренних органов, каротиноид флавоксантин, сапонины, алкалоиды, аскорбиновую кислоту, сердечные гликозиды и флавоновые соединения.

Лютик едкий и сходный по химическому составу лютик многоцветковый (*Ranunculus polyanthemus* L.) об-

ладают противомикробным, ранозаживляющим, обезболивающим и тонизирующим действием. Экспериментально установлено эффективное действие препаратов лютика при лечении туберкулеза кожи.

В народной медицине свежие листья лютика используют для растирания ног при ломоте, вместо горчичника и нарывного пластыря. Отвар травы принимают при желудочных и головных болях. Цветки принимают как средство против малярии: за 8—10 часов до начала приступа растертые свежие цветки прикладывают к запястьям рук в местах прощупывания пульса. *Применение препаратов лютиков, как сильно ядовитых растений, требует осторожности и точной дозировки.*

Водные отгоны лютика применяют в ветеринарии как средство, способствующее восстановлению тканей и заживлению гноящихся ран.

Майник двулистный, сердечная трава. *Majanthemum bifolium* F. W. Schmidt. Семейство лилейных.

Многолетнее травянистое растение с нитевидным ползучим корневищем и прямостоячим ребристым стеблем 8—25 см высоты, с 2—3-очередными сердцевидно-ланцетными листьями. Цветы белые, мелкие, душистые, собраны в маленькую кисть. Цветет с середины мая до половины июля. Плод — красная шаровидная ягода.

Растет в темнохвойных, сосновых и березовых лесах.

Химический состав изучен недостаточно. Растение содержит гликозиды, подобные наперстянке.

В народной медицине принимают внутрь водный настой травы при «слабости в ногах». Свежие листья прикладывают к опухолям для размягчения и рассасывания. Сухие листья используют вместо чая. Собирают их в мае — июле, сушат в тени. Растение заслуживает широкого фармакологического изучения.

Малина обыкновенная, лесная. *Rubus idaeus* L. Семейство розоцветных.

Полукустарник до 2 м высотой, с многолетним корневищем, развивающим двухгодичные надземные побеги, на первом году травянистые, зеленые, усаженные шипами; к зиме они древеснеют, теряют шипы; на второй год зацветают и дают плоды, после чего отмирают и заменяются новыми. Цветет с июня до июля, плоды созревают в июле и августе. Плод — сладкая сборная красная костянка.

Дикорастущая лесная малина широко распространена в лесной и лесостепной зонах по всей Сибири и Дальнему Востоку. Особенно большие заросли ее на горях, вырубках, а также лесных ельниках.

Плоды малины содержат много лимонной и яблочной кислот, сахара (глюкозу, сахарозу, фруктозу), немного



аскорбиновой, салициловую, фолиевую, муравьиную кислоты, пектиновые, белковые, красящие, слизистые и дубильные вещества, эфирное масло, каротин, витамины группы В и другие вещества. В семенах найдены жирное масло и фитостерины, обладающие противосклеротическим действием.

В медицинской практике плоды дикорастущей малины используются как потогонное средство при простудных заболеваниях и малярии в виде горячего настоя (2 столовые ложки на стакан кипятка, выпить сразу и через час повторить).

Малина входит в состав потогонных сборов. Установлено, что листья содержат вещества спазмолитического действия, а также стимуляторы гладкой мускулатуры кишечника и матки. Кроме того, малина оказывает мочегонное и слабое отхаркивающее действие. Сок с сахаром — освежающее питье для лихорадящих больных.

В народной медицине настоей плодов малины принимают при гриппе, простудных заболеваниях, хроническом ревматизме. Отваром ягод с медом лечат корь. Настоем листьев рекомендуют полоскать горло при простудных воспалительных процессах. Отвар цветков (столовую ложку на стакан кипятка, принимают по столовой ложке 3 раза в день) пьют при малярии, геморрое и женских болезнях. Наружно отваром цветков обмывают лицо, чтобы очистить кожу от угрей. Свежие ягоды рекомендуют есть при экземах.

В тибетской медицине настои и отвары листьев используют при неврастении и неврозах и включают в состав средств, применяемых при острых и хронических инфекциях. Плоды малины широко применяют в кулинарном, кондитерском и ликеро-водочном производствах.

Собирают зрелые ягоды в сухую солнечную погоду, завяливают на солнце, разложив тонким слоем, сушат в нежаркой печи на ситах или решетках, слоем до 3 см; листья и цветки собирают в июне — июле, корни — осенью.

Манжетка обыкновенная, грудная, недужная трава. *Alchemilla vulgaris* L. Семейство розоцветных.

Многолетнее травянистое стелющееся желтовато-зеленое растение с 1—3 стеблями. Прикорневые листья почковидные, на длинных черешках, слегка волнистые, стеблевые — полукруглые с дугообраз-

ными лопастями. Цветки мелкие, зеленые, в узком соцветии, скупенные в клубочки. Цветет в июне — августе.

Встречается в Западной и Средней Сибири в горнолесном и альпийском поясах. Растет на влажных и заболоченных лугах, в негустых лесах, по берегам рек. В последние годы этот вид разделен на ряд мелких видов, трудно различимых между собою.

Растение содержит дубильные, горькие вещества и флавоновые гликозиды. В листьях много аскорбиновой кислоты.

В народной медицине отвары и настои корней и листьев используют при поносах, катарах и язвах желудка, болезнях печени и почек, катарах верхних дыхательных путей и различных кровотечениях (2 чайные ложки сырья на стакан кипятка, настоять и выпить в течение дня). Для улучшения обмена веществ и при болях в сердце рекомендуют десертную ложку травы отварить в 0,5 л сухого виноградного вина, настоять сутки, процедить и пить по столовой ложке 3 раза в день.

Наружно настои травы используют как противовоспалительное средство для обмываний при воспалении глаз, примочек при сильном насморке и носовых кровотечениях, для уничтожения угрей и ускорения заживления ран и фурункулов. Припарки из травы применяют при вывихах и опухолях.

В болгарской народной медицине настои травы используют для горячих спринцеваний при расстройстве менструаций, болях в области малого таза и белях. Особенно рекомендуют для промывания гнойных ран.

Надземную часть растения собирают во время цветения, сушат в тени, на чердаках. Хранят в деревянных или металлических ящиках с бумажной прокладкой.

Мать-и-мачеха. *Tussilago farfara* L. Семейство сложноцветных.

Многолетнее травянистое растение с длинным ползучим корневищем. Весной появляются цветочные стебли, покрытые паутинистым пушком и пленчатыми узкими чешуйчатыми листьями. Цветочные корзинки одиночные, цветки желтые. Цветет в мае. После цветения появляется розетка прикорневых округло-сердцевидных листьев, сверху зеленых, снизу беловолочных. Листья, приложенные к коже верхней стороной, кажутся теплыми, нижней — холодными. Плоды — цилиндрические семянки с хохолками.

Распространено почти повсеместно в Западной, Средней и Восточной Сибири до Байкала. Растет по сырым берегам рек, ручьев, по оврагам, главным образом на глинистых почвах.

Содержит гликозиды, в том числе туссилягин, рутин



и гиперин, полисахариды — инулин и декстрин, эфирные масла, дубильные, слизистые вещества и сапонины, фитостерины, аморфный желтый пигмент, яблочную, винную, галловую, аскорбиновую кислоты, каротиноиды и минеральные соли.

В медицинской практике применяется при катаральном состоянии дыхательных путей, как смягчительное отхаркивающее и потогонное. Для настоя столовую ложку измельченных листьев заливают стаканом кипятка, настаивают полчаса, пьют охлажденный настой 4—6 раз в день по столовой ложке. В эксперименте установлено спазмолитическое действие препаратов мать-и-мачехи. Входит в состав грудных и потогонных чаев.

Старое лекарственное средство. Dioscorid и Plinius рекомендовали отвар мать-и-мачехи при легочных заболеваниях и вдыхание через трубку дыма сухих листьев при кашле. Hippokrat применял ее как отхаркивающее и в виде припарок при нарывах.

В народной медицине листья и цветки применяют в виде отвара как отхаркивающее и потогонное, при воспалении слизистых оболочек, катаре и язве желудка, отсутствии аппетита, заболеваниях почек, катаре мочевого пузыря, как жаропонижающее и укрепляющее в начальной стадии туберкулеза легких и малярии. Листья употребляют также от кашля, удушья, водянки, при головной боли. Кашицей из листьев лечат грудницу, мозоли, хронические раны, нарывы и опухоли. Отвар из листьев мать-и-мачехи и крапивы применяют как средство против выпадения волос и перхоти. Сок из свежих листьев обладает антисептическим (противовоспалительным) свойством, и его применяют наружно при насморке (по 2—3 капли в ноздрю) и при гнойных воспалениях кожи.

Цветки и листья составляют два отдельных вида сырья. Цветки собирают в начале цветения, в апреле и мае, в сухую и ясную погоду, срезая цветочные корзинки у основания, сушат в тени. Листья заготавливают в июне, когда они еще не очень выросли. Сырье сушат в помещении или на воздухе, разложив тонким слоем, раскладывая опущенной стороной вверх и часто перемешивая.

Медунка мягчайшая, медуница мягкопушистая, легочница. *Pulmonaria mollissima* Kern. Семейство бурачниковых.

Многолетнее травянистое растение с толстым темно-коричневым корневищем, усаженным шнуровидными мочками, с длинными придаточными корнями. Стебли до 20 см высотой, покрыты мягким пушком. Листья цельнокрайние, длинноэллиптические, заостренные, на ощупь бархатистые от коротких и мягких волосков. Цветы правильные, вначале розовые, после опыления фиолетово-синие, трубчатые, собраны в слегка поникающие кисти. Цветет с конца апреля до середины мая. Плоды — черные, блестящие орешки. После созревания плодов стебель отмирает и у растения развивается прикорневая розетка из крупных, бархатистых листьев.

Распространена в лесной и лесостепной зонах и горнолесном поясе в Западной, Средней, Восточной Сибири. Растет в разреженных смешанных, сосновых и березовых лесах, на опушках и лесных лугах.

В листьях и стеблях найдено значительное количество каротина, аскорбиновой кислоты, рутина, слизистые и дубильные вещества с высоким содержанием полифенолов, комплекс микроэлементов, главным образом марганца (до 10—12% от веса золы), обнаружен также калий, кальций, медь, железо и окись кремния.

В народной медицине отвар листьев (2 чайные ложки травы настаивают 2 часа в стакане кипятка, принимают по столовой ложке 3 раза в день) применяют от болезней легких, в частности, при детском туберкулезе считается лучшим средством. Настой травы принимают при кашле, охриплости голоса, боли в горле, воспалениях почек, камнях в мочевом пузыре, женских болезнях, различных кровотечениях и геморрое. Измельченные листья прикладывают к гнойным ранам и свежим порезам, они обладают ранозаживляющим, кровоостанавливающим, антисептическим и слегка вяжущим свойствами.

Весной медунку используют для приготовления витаминных салатов и супов.

Для медицинских целей собирают траву во время цветения и быстро сушат.

Мирикария даурская, «ни лес ни трава». *Myricaria dahurica* Ehrenb. Семейство гребенщиковых.

Красивый кустарник до 2—3 м высоты с серовато-коричневой корой, мелкими сизоватыми листьями (подобными хвое) и большими кистями розовых цветов. Цветет в июле—августе.

Распространена на Алтае, в Саянах и Забайкалье. Растет по песчаным и галечным берегам, отмелям, островам горных рек, поднимаясь в горы выше лесного предела.

Химический состав не изучен.

Растение сильно ядовито.



В народной медицине Сибири применяют очень осторожно внутрь, а также наружно: отвар из травы (веточек) пьют при отеках, от глистов, при эпилепсии; ванны из веток — от простуды и ревматизма.

В тибетской медицине ветви используют в составе лекарств при заболеваниях селезенки.

Можжевельник обыкновенный и можжевельник сибирский. *Juniperus communis* L. и *Juniperus sibirica* Burgsd. Семейство кипарисовых.

Вечнозеленый двудомный кустарник до 3 м высоты с серобурой шелушащейся корой и острыми жесткими трехгранными шиловидными листьями, расположенными мутовками, по три иглы в каждой. Мужские цветы в сережках, женские в виде зеленых шишечек; по оплодотворении три верхние чешуйки разбухают и срстаются, образуя соплодие — ложную ягоду, сначала зеленую, при созревании — почти черную. На одном растении обычно и зеленые, и черные шишкоягоды (сладковато-пряные, ароматичные).

Распространен в лесотундре, лесной зоне, лесном и альпийском поясах в горах Западной, Средней и Восточной Сибири и на Дальнем Востоке. Низкорослую форму, встречающуюся в лесотундре и в горах, выделяют как можжевельник сибирский. Растет в подлеске темнохвойных и лиственных лесов, в сосновых борах, в высокогорных кедровниках, поднимаясь выше границы леса.

Ягоды содержат сахаристые вещества (до 40%), главным образом глюкозу, эфирное масло (состоящее из кристаллизующихся можжевелевой камфары, кадинена, пинена и других соединений), смолу, воск, органические кислоты — уксусную, муравьиную, яблочную, аскорбиновую, желтый пигмент — юниперин, минеральные соли, микроэлементы — марганец, железо, медь, алюминий. В листьях (хвое) много аскорбиновой кислоты и фитонцидов.

В Государственную фармакопею X издания включены шишкоягоды можжевельника прежде всего в качестве сильного мочегонного дезинфицирующего и противомикробного средств. Лечебное действие связывают с эфирным маслом. Препараты можжевельника назначают при водянке, воспалении мочевого пузыря и некоторых других заболеваниях. Шишкоягоды входят в состав мочегонных сборов.

Настои и отвары можжевельника обладают также отхаркивающим и слабым желчегонным действием, способствуют усилению перистальтики кишечника и улучшению аппетита. Эфирное масло шишкоягод в сочетании с оперативным вмешательством и лучевой терапией дает

хороший эффект при лечении рака кожи. Наружно его применяют в виде спиртового раствора или мази как болеутоляющее при ревматизме.

В народной медицине отвар плодов и веток применяют как противочинготное средство. Можжевельник рекомендуют при водянке, малярии, золотухе, ревматизме, нервных и женских заболеваниях. Считается, что свежие шишкоягоды действуют эффективнее отваров и настоев. Принимают их, начиная с 4 штук, ежедневно, увеличивая дозу на одну ягоду, до 13, а затем снова уменьшая до 4.

Эфирное масло применяют как втирание при ревматизме, параличе конечностей, невралгии, подагре. Настоя шишкоягод пьют при заболевании дыхательных путей. Ванны и компрессы из отвара молодых стеблей и плодов применяют при подагрическом и ревматическом поражении суставов.

*Использовать можжевельник для лечения каких-либо заболеваний без совета с врачом нельзя: при заболевании почек он противопоказан, так как обладает раздражающим действием на почечную паренхиму.*

Собирают зрелые плоды осенью, сушат в тени. Готовое сырье — блестящие или матовые черно-бурые ягоды с ароматичным запахом, пряного сладкого вкуса. Хранят в проветриваемом помещении в двойных мешках (внутренний — бумажный), оберегая от грызунов.

Многоножка обыкновенная, сладкий папоротник, каменный зверобой. *Polypodium vulgare* L. Семейство кочедыжниковых.

Споровое растение с горизонтальным ползучим корневищем, сладким на вкус, густо обросшим нитевидными корешками, от которого последовательно отходят 2 ряда (каждый год по одному) кожистых, голых, глубокоперисторассеченных длинночерешковых листьев, до 35 см длины. Сорусы (вместилища спор) расположены на нижней стороне листочков в 2 параллельных ряда. Споры созревают в июле—сентябре.

Распространена в горных районах Алтая, Саян, Предбайкалья и Забайкалья. Растет на тенистых каменистых склонах, на скалах в нижней части гор.

Корневище содержит сахара, жирное масло, гликозидное вещество, подобное глицирризину, маннит, яблочную кислоту, сапонины, слизи, танины и другие вещества.

Настой или отвар корневища народная медицина ис-



пользует при болезнях легких (астме, бронхите, туберкулезе) в качестве мягчительного средства, как желчегонное при заболеваниях печени, а также при болях в суставах, «ломоте», головной боли (по чайной ложке порошка 3—4 раза в день).

В болгарской народной медицине используется как желчегонное, слабительное и глистогонное средства и при воспалениях органов дыхания.

Молочай Палласа, мужик-корень. *Euphorbia pallasii* Turcz. Семейство молочайных.

Многолетнее травянистое растение с длинным и мощным ветвистым корнем, напоминающим корень женьшеня, с толстыми цветущими голыми стеблями, 20—50 см высоты. Листья очередные, в нижней части стебля чешуевидные, в средней — лилейные, расположенные мутовками, по 2—5. Соцветие крупное, зонтиковидное. Плод сухой, распадается на 3 орешка. Все части растения в изломе выделяют обильный млечный сок.

Распространен в Забайкалье (в основном на территории Читинской области), в каменистых степях и на щебнистых склонах в бассейне Аргуни, Шилки и других рек.

Химический состав изучен слабо. В корнях обнаружены сапонины, флавоноиды, дубильные вещества, гликозиды, смолы (около 8%), следы антрагликозидов, горькие экстрактивные вещества, аскорбиновая кислота, крахмал.

В народной медицине Забайкалья ценится как «кровоочистительное», тонизирующее и стимулирующее средство женьшенеподобного действия. Обладает слабительным и рвотным действием. Рекомендуют при самых различных заболеваниях: язвенной болезни, опухолях, болезнях легких и желудочно-кишечного тракта. Порошком корня присыпают язвы, фурункулы, ожоги. Сок применяют для уничтожения бородавок, мозолей, пятен на лице.

Весьма интересное и перспективное растение для дальнейшего изучения, особенно на противоопухолевую активность. *Растение ядовито, и обращаться с ним следует осторожно.*

Мордовник обыкновенный, мячики. *Echinops ritro* L. Семейство сложноцветных.

Многолетнее травянистое растение с разветвленным корнем и ветвящимися в верхней части беловолочными стеблями до 50 см высоты. Листья, кроме нижних, сидячие, глубокоперистораздельные, сверху темно-зеленые, снизу беловолочные, с колючками по краям. Цветки трубчатые, синие, собранные в головки от 3 до 4 см в диа-

метре. Цветет в июле—августе. Плод — густоопушенная семянка с хохолком.

Встречается в лесостепной и степной зонах и горных степях Западной Сибири и Средней Азии. Растет на каменистых и щебнистых склонах холмов и невысоких гор, реже — на степных лугах.

Плоды содержат ядовитые алкалоиды эхинопсины (от 1,7 до 2,2%) и 27% жирного масла, пригодного для технических целей.

Эхинопсин в малых дозах повышает рефлекторную возбудимость спинного мозга, тонизирует скелетную мускулатуру, повышает кровяное давление, в больших — вызывает судороги. Обладает выраженным стрихниноподобным действием и служит одним из заменителей чилибухи, экспортируемой из Африки. Эхинопсин разрешен к применению в 1957 г. как тонизирующее средство, выпускается в ампулах (для внутримышечного введения) и флаконах (для приема внутрь по 10—20 капель 2 раза в день *по указанию врача*). Назначается при астенических состояниях с явлениями гипотонии, мышечной атрофии, периферических параличах, радикулитах и плекситах, атрофии зрительного нерва, последствиях хронического лучевого поражения и т. д.

В народной медицине мордовник используется при головных болях, кожных болезнях, как потогонное и мочегонное средства. Отвар травы пьют «от испуга» и эпилептических припадков.

Лекарственное сырье — созревшие семена, слегка подсушенные на воздухе.

Растение подлежит дальнейшему изучению. Необходимо разработать меры по усилению охраны, разумному использованию и искусственному размножению в культуре.

**Морошка приземистая.** *Rubus chamaemorus* L.  
Семейство розоцветных.

Небольшое многолетнее травянистое растение с ползучим ветвистым корневищем. Стебель простой, прямостоячий, 10—15 см высоты, оканчивается одиночным белым цветком. Листья морщинистые, сердцевиднопочковидные, с лопастным краем. Плод — сборная костянка, вначале красноватая, а при созревании янтарно-желтая. Цветет в мае—июне, созревает в июле, августе. Плод — кисло-сладкий, винный.

Распространена в полярно-арктической, тундровой, лесотундровой и лесной зонах Западной, Средней и Восточной Сибири; встречается также на Камчатке и Сахалине. Растет на торфяных болотах и рямках, по сырым моховым и мохово-лишайниковым тундрам.





Морошка приземистая.

Плоды морошки содержат 0,2% аскорбиновой кислоты, лимонную, яблочную и в небольшом количестве салициловую кислоту, сахара, дубильные вещества, фитонциды.

В народной медицине не используют плоды, чашечки цветов, корни и листья как мочегонное, при почечнокаменной болезни, водянке, авитаминозе, нарушении обмена веществ, от простуды, кровохарканья, малярии. Пло-

ды — хорошее противогрибковое средство. Настой из листьев применяют при внутренних кровотечениях, поносах, как противовоспалительное и ранозаживляющее средство. Сок плодов имеет сильное бактерицидное действие. Им смазывают раны и пораженные чесоткой участки кожи.

Цветы и листья обычно собирают во время цветения растения, ягоды — в июле и сушат в тени на открытом воздухе, корни — осенью.

Морская капуста, ламинария. *Laminaria*. Семейство ламинариевых. Класс бурых водорослей.

Крупная морская водоросль с длинным листовидным слоевищем, суженным в нижней части в виде округлого корешка, расширенного на конце в так называемую стопу, которой водоросль прикрепляется к морскому дну либо подводным предметам. Размножается зооспорами. Спорангии обычно расположены на одной стороне слоевища в виде матовых слегка приподнятых полос. Имеет более 20 ботанических форм.

Ламинарии распространены в морях холодного и умеренного пояса, образуют местами значительные заросли. В СССР встречаются во всех северных и дальневосточных морях вдоль побережья на глубине 2—20 м. Предпочитают каменистые, крупногалечные грунты, низкие температуры.

Морская капуста содержит белки, органические кислоты, в том числе альгиновую и ее соединения с основаниями — альгинаты, полисахарид ламинарин, маннит, альгулезу (клетчатку), жироподобные вещества, пигмен-

ты (хлорофилл, фикофенин, фикоэритрин, каратиноиды и т. д.), жирорастворимые витамины (аксерофтол, каротин, кальциферол, эргостерол), витамины группы В (тиамин, рибофлавин, пиридоксин, цианкобаламин), большое количество макро- и микроэлементов: хлор, калий, натрий, кальций, алюминий, железо, фосфор, йод, цинк, бром, кобальт, марганец, мышьяк, медь — почти все элементы менделеевской таблицы.

Богатство химического состава обусловило и широкий спектр медицинского применения морской капусты.

Альгинаты морской капусты применяют для приготовления перевязочного материала; их вводят внутривенно в качестве коллоидного кровозаменителя. Морская капуста широко используется в медицинской практике для лечения заболеваний, связанных прежде всего с витаминной и минеральной недостаточностью: для регуляции желудочно-кишечного тракта, как легкое слабительное, особенно при хронических запорах у пожилых людей, при гипертонии, урвской болезни, остеомиелите, для лечения и предупреждения атеросклероза (причем в последнем случае действует лучше цетамифена и никотиновой кислоты, которые иногда оказывают побочное действие), при некоторых гинекологических заболеваниях, гнойных ранах, озене (зловонном насморке).

Установлено, что морская капуста обладает бактериостатическим действием в отношении гемолитического стрептококка, бактерицидным для ряда микробов и протистов, антитоксичным для некоторых одноклеточных. Чаще всего применяется в виде крупки, которую назначают по полчайных ложки раз в день, либо в виде порошка (Мещерская, Шадрин, 1970). Рекомендуется включать в пищевой рацион людей, живущих в местности, эндемичной по зобу (с низким содержанием йода в питьевой воде).

Морская капуста издавна применялась в народной медицине. Одно из первых упоминаний о ней содержит «Описание земли Камчатки» С. П. Крашенинникова, который сообщил, что камчадалы пьют траву яханга (морскую капусту) от поноса и «от великого резу». В Китае еще в XIII в. специальный указ императора обязывал всех подданных употреблять в пищу определенное количество морской капусты для поддержания здоровья.

Старинное средство для лечения различных желудочно-кишечных заболеваний, болезней желчного пузыря и



печени, атеросклероза, зоба, ожирения, воспалительных процессов женских органов, открытых ран, трофических язв, потертостей. Ранее использовалась как сырье для получения минерального йода.

*Морскую капусту нужно применять, посоветовавшись с врачом.* Противопоказания: заболевания, при которых нельзя принимать йод, туберкулез, нефрит, нефроз, геморрагический диатез, крапивница, фурункулез, угревые сыпи, а также беременность.

**Мыльнянка лекарственная.** *Saponaria officinalis* L. Семейство гвоздичных.

Многолетнее травянистое растение с ползучим ветвистым корневищем и красно-бурыми морщинистыми корнями. Стебли слегка шероховатые, ветвистые лишь в верхней части. Листья супротивные, продолговато-ланцетные или эллиптические, по краям шероховатые, на коротких черешках. Цветки розовые или белые, расположены на конце стебля в щитковидных соцветиях. Цветет в июне — августе. Плоды — коробочки с многочисленными мелкими семенами.

Изредка встречается в Западной Сибири, в Западном Алтае, на юге Западной Сибири, в Северном Казахстане и в Средней Азии. Может разводиться в Алтайском крае и Новосибирской области.



Мыльнянка лекарственная.

Химический состав изучен недостаточно. Корни и корневища, так называемый мыльный корень, содержат три-терпеновые сапонины (до 20%), гликозид сапонарин, аскорбиновую кислоту.

В медицинской практике изредка используют как отхаркивающее при бронхитах и других заболеваниях органов дыхания и иногда — как слабительное и мочегонное. Применяют в виде отвара или холодного настоя (1—2 чайные ложки измельченных корневищ и корней на стакан воды настаивают 8 часов и пьют по четверти стакана настоя или по столовой ложке отвара 3—4 раза в день после еды. Для усиления отхаркивающего действия добавляют по 5 г пищевой соды и нашатырно-анисовых капель, а для улучшения вкуса — столовую ложку сиропа — Складчиковский, 1969). Установлено местнораздражающее действие препаратов мыльнянки при наружном применении.

В народной медицине водные настои и отвары корневищ, корней и листьев применяют не только как отхаркивающее, слабительное и мочегонное, но и как желчегонное, ветрогонное и «кровоочистительное» средства. Рекомендуют при заболеваниях печени, почек, селезенки, ревматизме, водянке, подагре, упорном кашле, насморке, тошноте, катаре носоглотки, нарушениях обмена веществ, сопровождающихся кожными сыпями. Наружно применяют для лечения экзем, чешуйчатого лишая, фурункулов.

При гнойных язвах, чесотке, упорных сыпях измельченные корневища и листья используют в виде компрессов, а отвар корня добавляют в ванны.

*Большие дозы или длительный прием внутрь препаратов мыльнянки может вызвать раздражение желудочно-кишечного тракта, рвоту, понос, а передозировка при наружном употреблении — раздражение кожи.*

Корневища и корни копают осенью, очищают от земли и сушат на солнце или в сушилках.

**Мытник.** Семейство норичниковых.

Полупаразитарные ядовитые многолетники с перистораздельными очередными листьями с мелкими линейными долями. Цветки неправильные, венчик с двугубым отгибом, тычинок 4, из них 2 более длинные. Плод — двустворчатая коробочка, сжатая с боков. Семена морщинистые.

**Мытник болотный.** *Pedicularis palustris* L.

Растение с вертикальным нетолстым корнем и сильно развет-



вленным голым стеблем. Цветки фиолетово-розовые, расположенные на концах стебля и ветвей.

Мытник хохлатый. *Pedicularis comosa* L.

Растение с веретенообразным утолщенным корнем, неветвистыми короткоопушенными, почти голыми стеблями и желтыми цветами. Цветет в мае—июне.

Распространены в лесной и лесостепной зонах Сибири, а также в горнолесном поясе. Растут по сырым лугам, на болотах, по берегам водоемов.

В корнях и листьях найден ядовитый гликозид аукубин (ринантин) сладко-горького вкуса. Химический состав изучен плохо.

В народной медицине мытники используют как мочегонное, ранозаживляющее и противопаразитарное средства. По сообщению тибетского врача Д. С. Коква, корни мытника хохлатого (знаменитого «золотого колоса» тибетской медицины) применяют как обезболивающее: если травматологическому больному давать ежедневно съедать по корешку золотого колоса за полчаса до еды, то больной якобы перестает чувствовать боль, у него восстанавливаются сон и аппетит и наступает быстрое выздоровление.

Мытники представляют интерес для фармакологического и клинического изучения.

Мята полевая. *Mentha arvensis* L. и мята перечная. *Mentha piperita* L. Семейство губоцветных.

Многолетнее сильно кустистое растение с ползучим ветвистым подземным корневищем и прямыми четырехгранными ветвистыми стеблями до 100 см высоты. Листья супротивные, удлинненно-яйцевидные, по краю остропильчатые, на коротких черешках. Цветки розовые или бледно-фиолетовые, мелкие, в верхушечных колосовидных соцветиях. Цветет в июне—октябре. Плоды из 4-х орешков, бывают редко. Все растение очень пахучее.

В диком виде в Сибири встречается только мята полевая и длинностебельная *Mentha longifolia* Huds. Оба вида обычно растут по берегам рек, в зарослях кустарников. Мята перечная разводится в садах и на плантациях лекарственных растений.

Растение содержит эфирное масло, в состав которого входят ментол, ментон, ментан, пинен, лимонен и другие терпены, много каротина, флавоноиды.

Препараты мяты в виде мятных капель, мятной настойки, мятной воды, чистого эфирного масла, ментола и его производных применяют в научной медицине при заболеваниях горла, дыхательных путей, желудка, печени, невралгии, спастических мигренях, нарушениях сер-

дечной деятельности, высоком кровяном давлении. Ментол в смеси с молочным сахаром и вазелином назначают при насморке.

Ментол в чистом виде используют при ревматизме, рвоте, для ингаляций при астме. Раствор ментола в масле применяют при ринитах, ларингитах, фарингитах; ментоловый спирт — при нейродермитах, особенно сопровождающихся зудом. Ментол и мятное масло используют как обезболивающее средство, для улучшения секреторной деятельности эндокринных желез, как дезинфицирующее, вяжущее, противоспазматическое средства.

Мятное масло входит в состав капель Зеленина, валокардина, ментоловых противомигреневых карандашей. Листья мяты используются в различных сборах — желудочных, желчегонных и ветрогонных.

Препараты из мяты издавна использовались в народной медицине. В «Салернском кодексе здоровья» сказано о применении мяты как слабого глистогонного средства. Настой мяты (чайную ложку листьев на стакан кипятка) пьют вместо чая при хронических заболеваниях желудка, особенно полезен такой чай при повышенной кислотности желудочного сока. Мяту рекомендуют от тошноты, рвоты и поносов, связанных с воспалением желудочно-кишечного тракта, сопровождающихся метеоризмом, как болеутоляющее при заболеваниях печени и желчного пузыря и как успокаивающее при нервных расстройствах. Настой или отвар листьев используют в лечебных ваннах для детей, больных рахитом и золотухой.

Собирают надземную часть растения во время цветения и сушат на воздухе в тени, на чердаках или под навесом.

**Наперстянка крупноцветная, желтая.**  
*Digitalis grandiflora* Mill. Семейство норичниковых.

Многолетнее травянистое растение с коротким корневищем и прямыми стеблями, покрытыми волосками. В первый год жизни дает лишь розетку крупных прикорневых листьев, на второй год появляется стебель с сидячими продолговато-ланцетными опушенными листьями, на верхушке которого образуется односторонняя кисть крупных светло-желтых цветов. Цветет в июле — августе.

Встречается в зауральской части Западной Сибири (в Тобольской и Курганской областях), а также на северных предгорьях Алтая. Растет по березовым и сосновым лесам, на склонах среди зарослей кустарников.



Листья содержат гликозиды сердечного действия — дигитоксин, дигиталин, гиталин и др. Так же, как и наперстянка пурпуровая *Digitalis purpurea* L. является важным сильнодействующим сердечным средством. Наперстянка пурпуровая успешно разводится в Томске.

Фармакологически изучена проф. Н. В. Вершининым, клинически проф. В. П. Луканиным (1966). По мнению последнего, наперстянка незаменима при лечении пороков сердца, осложняющихся сердечной недостаточностью. Листья наперстянки крупноцветной включены в Государственную фармакопею IX и X изданий. Из листьев готовят неогаленовые препараты (кордигит, дигитозид, дигипурен, дигитоксин, гитален). Принимать, в виду большой ядовитости, наперстянку можно только под контролем врача.

Нитчатые водоросли (улотрикс, кладофора, спирогира), речная тина. *Ulotrix*, *Cladophora*, *Spirogyra*.

Растения имеют вид зеленых шелковистых нитей и обитают в речных и озерных водоемах Сибири. Высушенные легко растираются в порошок.

Химический состав не изучен.

Широко применяются в народной медицине. Свежие и сухие (размоченные) растения, как указывает В. П. Махлаюк, прикладывают к ушибам, воспаленным и больным местам (предварительно обмытые водкой или спиртом). Они рассасывают припухлости, воспалительные инфильтраты, способствуют заживанию язв и небольших ран.

Водоросли собирают летом, высушивают в тени и хранят в стеклянных сосудах.

Облепиха крушиновидная. *Hipporhae rhamnoides* L. Семейство лоховых.

Колючий ветвистый кустарник до 5 м высоты с темно-серыми морщинистыми ветвями. Листья линейно-ланцетные, цельнокрайние, сверху зеленые, снизу серебристо-белые, на коротких черешках. Цветки очень мелкие, появляются одновременно с разворачиванием листьев. Растение двудомное: мужские цветы помещаются в пазухах нижних листьев на молодых веточках, женские — на других кустах, по 2—5 в пазухах веточек, со спаянными листочками околоцветника. Плоды — сочные костянки, золотисто-желтые, кисловатые, ананасного вкуса, круглой или яйцевидной формы, 8—9 мм в диаметре, на очень коротких плодоножках, густо покрывают концы ветвей. Цветет в апреле — мае. Плоды созревают в конце августа — сентябре

и остаются на ветвях до весны. Высокоурожайное, засухоустойчивое и морозоустойчивое растение.

Встречается в южной части Сибири — в степной и лесостепной зонах в Новосибирской, Иркутской, Читинской областях, Алтайском и Красноярском краях, Бурятской и Тувинской АССР. Растет по влажным песчаным местам, в долинах степных и горных рек, по их берегам и островам.

Ценное лекарственное растение. Плоды содержат жирное масло, более 3% сахара, свободные органические кислоты — яблочную, винную и другие, маннит, тиамин, рибофлавин, токоферол, фолиевую и аскорбиновую кислоты, дубильные вещества. В листьях имеется аскорбиновая кислота и фитонциды, дубильные и флавоновые вещества (до 8%), микроэлементы — железо, бор, марганец. В коре найден алкалоид гиппофенин.

Из плодов облепихи получают густое масло темно-красного цвета, приятного вкуса и запаха, богатое каротином, каротиноидами, содержащее токоферол и витамин F.

В официальной медицине облепиховое масло успешно используют в гинекологической практике при кольпитах, эндоцервитах, эрозиях шейки матки, для профилактики повреждений пищевода при лучевой терапии рака, лучевых поражений кожи и слизистых оболочек, а также при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, как бактерицидное средство при всех инфекционных заболеваниях.

*Больным острым холециститом, расстройством желудочно-кишечного тракта и с заболеваниями поджелудочной железы прием облепихового масла противопоказан.*

Наружно применяется для лечения трофических язв, ожогов, волчанки, экземы. Ягоды облепихи весьма полезны при гипо- и авитаминозе А и общем истощении. Кора облепихи входит в состав противоракового препарата, действие которого в эксперименте с животными дало хороший эффект (Балицкий, Воронцова, Карпухина, 1966).

В народной медицине плоды облепихи применяют как противогинготное, болеутоляющее средство и при желудочно-кишечных заболеваниях; плоды, заваренные вместе с листьями, — при подагре и ревматизме, отвар плодов и веток — против выпадения волос; отвар семян — как слабительное. Сок ягод рекомендуют как прекрасное косметическое средство.



Заготавливают плоды облепихи зимой, когда они теряют горечь и терпкость и становятся кисловато-сладкими. В замороженном виде они сохраняются долго.

Плоды широко используют в пищевой и ликеро-водочной промышленности. В виду большой полезности облепиха разводится в лесных культурах и защитных посадках, а отборные формы — выращиваются на Алтайской и Красноярской плодово-ягодных станциях.

Одуванчик лекарственный, молочник, пуховка. *Taraxacum officinale* Web. Семейство сложноцветных.

Многолетнее травянистое сорное растение с толстым корнем, переходящим в короткое, иногда ветвистое корневище. Листья продолговатые, выемчато-перистонадрезанные, собраны в прикорневую розетку. Из пазух листьев выходят цветочные полые стрелки, несущие одиночные крупные корзинки. Цветки язычковые, золотисто-желтые. Цветет с апреля до сентября. Плоды — семянки, серо-бурые, с хохолком, продолговатые, с продольными ребрышками, при созревании образуют шар.

Распространен почти повсеместно.

Корни и листья содержат горький гликозид тараксацин, смолы, сахаристое вещество (инулин), белок, дубильные вещества, аскорбиновую кислоту, каротин, лютеин, воск, минеральные соли, слизь, каучук.

В научной медицине препараты из корней одуванчика используют в качестве желчегонного, прослабляющего и возбуждающего аппетит средства. Корень одуванчика включен в состав аппетитного и мочегонного сборов. Выявлено положительное действие препаратов корня одуванчика при атеросклерозе и гонорее.

В народной медицине употребляется издавна как средство, возбуждающее аппетит и улучшающее пищеварение и обмен веществ, при катарах желудка и кишок, хронических запорах и геморрое, как стимулирующее выделение молока у кормящих женщин, при легочных болезнях, как желчегонное при болезнях печени и желчного пузыря, экземе (пополам с корнем лопуха), фурункулезе, угрях, кожных сыпях. Обычно для приготовления настоя чайную ложку измельченных корней заливают стаканом кипятка и пьют охлажденный напиток по четверти стакана 3—4 раза в день. Установлено потогонное и жаропонижающее действие настоя. Для лечения фурункулеза и кожных заболеваний дозу настоя увеличивают вдвое. Примочки из одуванчика применяют при за-

болевании глаз. Млечным соком одуванчика лечат мозоли и бородавки.

Молодые, не вполне развившиеся листья используют для приготовления витаминных салатов (для этого листья опускают предварительно на полчаса в соленую воду).

Лекарственное сырье — корни, выкопанные осенью, промытые в холодной воде и высушенные на воздухе. Перед сушкой следует проявить до тех пор, пока при порезе не перестанет выделяться млечный сок.

Орех маньчжурский. *Juglans manshurica* Maxim. Семейство ореховых.

Дерево до 25 м высоты с прямым стволом, с темно-серой морщинистой корой и небольшой рыхлой кроной. Листья крупные, непарноперистые, мелкопильчатые по краю, с железистым опушением и с характерным резким запахом. Цветки однополые: тычиночные в длинных повислых сережках, пестичные собраны по 5—10 штук на верхушках однолетних побегов. Цветет в мае — начале июня. Плоды — ложные костянки удлинненно-эллиптической формы, покрытые зеленым или буро-зеленым толстым околоплодником, с деревянистой скорлупой, грязно-бурой, с продольными ребрами и крупными морщинами, созревают в сентябре.

Орех маньчжурский произрастает в Приамурье и Приморье, на западе доходит до р. Зея. Растет в смешанных лесах по долинам рек и на прилегающих склонах. Успешно разводится в Горно-Алтайске, Новосибирске и ряде других населенных пунктов.

Листья содержат много аскорбиновой кислоты, дубильные вещества, эфирное масло, небольшое число алкалоидов, каротин и фитонциды. Съедобное ядро плода (ореха) — более 50% жирного масла, используемого для пищевых и технических целей.

В научной медицине используются листья сходного вида — ореха грецкого, произрастающего в Средней Азии и Закавказье и широко культивирующегося в южных районах страны. Из них получают юглон, применяемый в виде суспензий, мазей и растворов для лечения туберкулеза кожи (туберкулезной волчанки, бородавчатого туберкулеза кожи, скрофулодермы), а также для лечения хронической волчанки и ряда других кожных заболеваний (Кадаев, Фруентов, 1968). Незрелые орехи используют для приготовления витаминных концентратов.

В народной медицине отвар листьев и околоплодников применяют при катарах желудка, поносах, рахите и экссудативном диатезе (20 г нарезанных листьев заливают стаканом кипятка, настаивают 20 минут и пьют по столовой ложке 3 раза в день). Настоем из листьев по-



лощут рот при разрыхлении десен. Листья прикладывают к ранам и фурункулам.

В гомеопатии препараты из околоплодников и листьев применяют в качестве маточных средств.

Листья заготавливают во время цветения растения. Их отрывают руками в части побегов и сушат в тени.

Орляк обыкновенный. *Pteridium aquilinum* Kuhn. Семейство кочедыжниковых.

Многолетнее споровое растение с длинным черно-бурым шнуровидным корневищем. Листья одиночные, светло-зеленые, жесткие. Листовая пластинка треугольно-яйцевидная, дважды-, триждыперисторассеченная. Спороносит в июле — августе.

Распространен в лесной зоне Сибири. Растет в смешанных, сосновых и березовых лесах, на опушках и лесных лугах.

*Растение ядовито.* Корневище содержит синильную и орляково-дубильную кислоты, крахмал, сапонины, алкалоиды.

В народной медицине отвар корневища пьют при болях в желудке. Отвар всего растения — от ленточных глистов, а надземной части — при ломоте в суставах, от кашля.

О с и н а. *Populus tremula* L. Семейство ивовых.

Двудомное дерево мягкой породы. Листья сверху бледно-зеленые, снизу серо-зеленые.

Распространена во всех районах Сибири, преимущественно на влажных почвах. Растет в смеси с хвойными и другими лиственными породами. Часто поселяется на вырубках. Иногда образует чистые массивы.

Растение содержит эфирное масло, аскорбиновую, бензойную, яблочную кислоты, горькие гликозиды салицин и популин, фермент саликазу, дубильные и смолистые вещества, жир и кортицин.

В эксперименте установлено бактерицидное действие препарата из почек осины в отношении золотистого стафилококка, синегнойной палочки, дизентерийной палочки Флекснера и палочки брюшного тифа. Отвар коры обладает нейротропным действием. При гидролизе салицин расщепляется, выделяя салигенит, обладающий жаропонижающим действием.

В западноевропейской медицине препараты осины назначают при заболеваниях мочевого пузыря, особенно у пожилых людей, циститах, недержании мочи, гипертрофии простаты, расстройствах желудочно-кишечного

тракта, ревматизме, подагре, геморрое. Наружно — при ожогах и язвах.

В народной медицине настой коры рекомендуют при лихорадке, кашле, плохом аппетите, цинге, сифилисе и зубной боли (в виде полоскания). Отвар или спиртовую (чаще водочную) настойку почек применяют как противовоспалительное средство при «ломоте» и как потогонное. Отвар почек, листьев или коры готовят из расчета — столовую ложку сырья на стакан кипятка, прокипятить в течение часа, процедить и пить по 1—2 столовых ложек 3 раза в день.

При ревматизме, радикулите, ишиасе одновременно с приемом внутрь отвара или настоя осины применяют лечебные ванны из отвара молодой (зеленоватой) коры (Телятьев, 1969). Молодые измельченные листья, обваренные кипятком, используют для припарок при фурункулах, ревматических и подагрических поражениях суставов и геморроидальных шишках. Соком дерева смазывают лишай и бородавки.

Очанка, глазная трава  
*Euphrasia officinalis* L. Семейство норичниковых.

Небольшое однолетнее полупаразитное травянистое растение с прямым, разветвленным стеблем до 30 см высоты, слегка опушенное. Листья супротивные, сидячие, яйцевидно-удлиненные, зубчатые. Цветки белые с синими продольными прожилками или лиловые, некрупные, в пазухах верхних листьев. Цветет с июля по сентябрь.

Распространена в лесной, лесостепной и степной зонах Сибири и на Дальнем Востоке. Растет на лугах и в лесах почти повсеместно.

Химический состав изучен недостаточно. Растение содержит гликозиды, в том числе аналогичный аукубину, содержащемуся в подорожнике, эфирное масло,



Очанка лекарственная.



немного жирного масла, горечи, галлотанины, смолы, сильнее красящее вещество.

В народной медицине используют выраженное противовоспалительное и вяжущее действие водных настоев очанки. Настой травы применяют при воспалении глаз, век, помутнении роговицы, а также при ангине, астме и эпилепсии (столовую ложку травы на 2 стакана кипятка, настаивают 3 часа и пьют по полстакана 3—4 раза в день) и наружно для промываний при заболеваниях глаз и для примочек к опухолям и нарывам. В тибетской медицине считается хорошим средством против конъюнктивитов.

В болгарской народной медицине очанку применяют также при воспалении бронхов, сопровождающемся кашлем и вязким секретом; охриплости голоса, нарушениях пищеварения, катаре желудка, повышенной кислотности желудочного сока и желтухе.

Траву собирают в июле — августе. Сушат в тени.

Очитки. Семейство толстянковых.

Очиток гибридный, скрипун. *Sedum hybridum* L.

Многолетнее стелющееся растение с ветвистым укореняющимся стеблем, очередными эллиптическими зубчатыми листьями (1,5—5,0 см длины) и мелкими желтыми пятилепестковыми цветками. Цветет в июне — июле. Плод — сложная звездчатая листовка.

Распространен в южных районах Западной, Средней и Восточной Сибири. Растет по выступам и трещинам скал, на каменистых склонах и береговых обрывах, заходя в горы до альпийского пояса.

Химический состав не изучен.

В народной медицине настой травы используют как слабительное, мочегонное и тонизирующее средства.

Заслуживает фармакологического и клинического изучения.

Очиток едкий, скрипун острый, заячья капуста. *Sedum acre* L.

Многолетнее травянистое растение с тонким шнуровидным ползучим корневищем, выпускающим значительное число мясистых однолетних цветоносных стеблей, до 15 см высоты. Листья очередные, сидячие, мясистые, яйцевидные или округлые. Цветки мелкие, желтые, пятилепестковые, собраны в раскидистое соцветие. Цветет в июле — августе. Плод — сборная листовка, созревает в августе.

Встречается в лесной зоне Западной Сибири, в западной части Тюменской и Томской областей. Растет на песчаных почвах, сухих склонах, у речных обрывов.

Растение содержит алкалоиды, флавоновые и дубиль-

ные вещества, гликозиды, яблочную, янтарную и аскорбиновую кислоту, сахара.

Установлено, что при приеме внутрь препараты очитка оказывают возбуждающее действие, активизируют дыхание и повышают кровяное давление, вызывая сужение кровеносных сосудов. Проф. С. А. Томилин рекомендовал настой травы при гипертонической болезни (2 столовые ложки травы на стакан кипятка, принимать по столовой ложке 3 раза в день через полчаса после еды). Выделенный из растения алкалоид седамин оказывает тонизирующее действие на кишечник. Есть указания о некотором противомаларийном действии очитка едкого.

В народной медицине отвар, порошок из травы и сок рекомендуют при различных заболеваниях желудочно-кишечного тракта, как слабительное, тонизирующее средства, при водянке и малярии. Мочегонное действие обусловлено флавоновыми веществами. При эпилепсии принимают порошок из сухих листьев (примерно по 1 г — на кончике ножа — с сахаром 3 раза в день в течение 3 месяцев).

При ушибах применяют мазь из травы, сваренной со свиным салом. Соком травы обрабатывают загрязненные раны, припарки из травы считаются средством для сведения бородавок и мозолей. Свежеистолченную траву прикладывают к раковым опухолям (Балицкий, Воронцова, Карпухина, 1966).

В болгарской народной медицине очиток используют как болеутоляющее при геморрое и успокаивающее при раздражении слизистой оболочки анального отверстия и зуде в этой области, а также при цинге, атеросклерозе, эпилепсии, кашлицу из травы — для припарок при новообразованиях.

Заслуживает фармакологического изучения, особенно на противоопухолевую активность.

При приеме препаратов очитка следует помнить, что *растение ядовито и большие дозы могут вызвать тошноту и рвоту*. Кроме того, очиток обладает выраженным местным раздражающим действием, что надо учитывать при наружном применении.

Фармакологического изучения заслуживают также и другие виды очитков, используемые в алтайской, тибетской и бурятской народной медицине.

Очиток желтый, или живучий. *Sedum aizoon* L.



Травянистое растение с одиночным прямостоячим стеблем, длинно-эллиптическими очередными листьями и ярко-желтыми цветками, собранными на верхушке стебля в негустую розетку.

Распространен в Западной, Средней и Восточной Сибири, а также на Северо-Востоке. Растет по песчаным береговым обрывам.

Очиток тополелистный. *Sedum populifolium* L.

Многолетнее растение с деревянистыми стеблями, толстыми яйцевидными зубчатыми листьями и бледно-розовыми цветками.

Широко распространен в восточной части Алтая и в Саянах.

Очиток Эверса. *Sedum ewersii* Ledeb.

Многолетнее растение с ветвистыми стеблями, мясистыми сизо-зелеными широкояйцевидными листьями и светло-пурпуровыми или пурпурово-лиловыми цветками.

Встречается на скалах и утесах Алтая.

Панцерия шерстистая, белокудренник, пустырник белойолочный. *Panzeria lanata* Pers. Семейство губоцветных.

Многолетнее травянистое растение с толстым, деревянистым буровато-серым корневищем, от которого отходят несколько четырехгранных полых стеблей, густо покрытых беловатыми волосками. Листья округлые, пальчаторассеченные на узкие доли, с длинными, тонкими черешками, сверху зеленые, с короткими прижатыми волосками, снизу — серебристо-серые от беловатых волосков. Цветы сидячие, двугубые, желтовато-белые, собраны в супротивные пазушные полумутовки. Венчик вдвое длиннее чашечки. Цветет в июле — августе.

Растет в долинах горных рек и степях, на бесплодных каменистых и щебнистых склонах в южной части Сибири — на Алтае, в Забайкалье, а также в Северной Монголии.

Содержит алкалоиды, значительное количество дубильных веществ, производных пирокатехина, эфирное масло, аскорбиновую кислоту, горькое экстрактивное вещество.

После фармакологического анализа и клинической проверки в Томском медицинском институте профессор Н. В. Вершинин предложил использовать препараты панцерии вместо валериановых наравне с пустырником при сердечно-сосудистых заболеваниях, гипертонии, атеросклерозе, заболеваниях сердечной мышцы, вегетативном неврозе, легких формах базедовой болезни. Галеновы препараты не вызывают токсических явлений, расширяют периферические сосуды, снижают артериальное давление и оказывают седативное действие на центральную нервную систему.

В народной медицине панцерия издавна применяется как сердечное, мочегонное, седативное средства, а также в качестве болеутоляющего при ревматизме и водянке.

В Венгрии панцерию широко используют как мочегонное.

Собирают верхушки (лиственные и цветоносные) и используют их в свежем и высушенном виде. Запасы панцереи незначительны, поэтому необходимы охраняемые меры — создание заказников и одновременно интенсивное введение в культуру.

Паслен сладко-горький, персидский. *Solanum dulcamara* L. Семейство пасленовых.

Многолетний полукустарник с древеснеющим стеблем. Листья крупные, продолговато-яйцевидные, с сердцевидным основанием. Цветки фиолетовые, собраны в метельчатое соцветие. Плод — ярко-красная ягода. Растение ядовито.

Распространен в лесной и лесостепной зонах Сибири, Северной Монголии, Гималаях. Растет предпочтительно на влажных почвах, по оврагам, по берегам рек, в сырых кустарниковых зарослях на пойменных лугах, около озер и болот.

Растение содержит небольшое количество гликоалкалоидов солаццина и соланеина, от которых при гидролизе отщепляется алкалоид соланин, горький гликозид дулькамарин, близкий по действию к атропину, каратиноиды, холин, аскорбиновую кислоту, дубильные вещества, углеводы и другие вещества.

Проф. С. А. Томилин получил хорошие результаты при лечении отваром паслена заболеваний суставов, бронхов и кожных болезней, вызванных нарушением обмена веществ — псориаза, дерматитов, экземы, экссудативного диатеза. Он рекомендует отвар стеблей при астме, коклюше, желтухе, водянке, поносах и как глистогонное.

Молодые побеги считаются в народной медицине одним из лучших средств при заболеваниях дыхательных путей, ревматизме, нарушениях обмена веществ и кожных болезнях (столовую ложку измельченных стеблей отваривают в 2-х стаканах кипятка в течение часа и пьют по столовой ложке 2—3 раза в день). Отвар ягод рекомендуют при головной боли и эпилептических припадках.

В Болгарии препараты паслена назначают при зудящих кожных сыпях и экземах, бронхиальной астме, простудных заболеваниях, циститах, невралгии, ревматических болях, нерегулярных менструациях, воспалении среднего уха. Аналогично применение паслена сладко-горького в немецкой народной медицине.



*Препараты паслена в больших дозах и при продолжительном применении токсичны.*

Паслен черный. *Solanum nigrum* L. Семейство пасленовых.

Однолетнее сорное растение. Стебель ветвистый, достигает 90 см высоты. Листья черешковые, яйцевидные или почти треугольные. Цветки мелкие, белые, в зонтиковидных соцветиях. Плоды незрелые зеленые, жгуче-кислые ягоды, при созревании чернеют, наполнены сладко-кислым соком и мелкими семенами.

Распространен в лесной, лесостепной и степной зонах Сибири и Дальнего Востока. Растет на огородах, у канав, около дорог.

Химический состав изучен слабо. Плоды содержат сахара, органические кислоты, гликоалкалоиды, дубильные вещества, каротиноиды.

Установлено, что препараты из травы черного паслена понижают кровяное давление и расширяют кровеносные сосуды, действуют на нервную систему, сначала кратковременно возбуждающе, затем угнетающе. Рекомендованы для лечения гипертонии (Минаева, 1971).



Паслен черный.

Издавна применяется в народной медицине многих стран. Уже в «Салернском кодексе здоровья» вареный паслен рекомендуют в виде припарок применять при головной боли, прикладывая ко лбу и вискам. Настой травы пьют как слабительное при желудочно-кишечных заболеваниях, как противоглистное, антисептическое средства, при геморрое, водянке и отеках, болях простудного характера.

При ревматических, подагрических болях, радикулитах, ишиасах и невритах применяют ванны из настоя травы как болеутоляющее и успокаивающее средства.

Настой цветков считается мочегонным и отхаркивающим средством. Соком ягод, разведенным водой, полощут горло при ангине и рот при гангренозном стоматите (но-ма), им же обмывают язвы, раны и нарывы. Спиртовую настойку ягод пьют как успокаивающее средство. Ягоды едят для улучшения зрения.

В Западной Европе препараты паслена применяют при эпилепсии, неврозах, нервных припадках, головной боли, спазмах мочевого пузыря и спастическом кашле.

Ягоды съедобны, но при неумеренном употреблении оказывают слабительное действие.

Пастушья сумка, воробьева каша, сумочник. *Capsella bursa pastoris* Medic. Семейство крестоцветных.

Однолетнее травянистое растение с веретенообразным корнем и прямостоячим стеблем высотой до 50 см. Нижние листья темно-зеленые, собранные в розетку, продолговатые, сильно вырезанные или перистораздельные.

Стеблевые листья стреловидные, с цельными краями, сидячие. Цветки желтовато-белые. Цветет все лето. Плодики — треугольные стручки, сильно сплюснутые, иногда с выемкой на верхушке. Цветет с апреля до осени, одновременно плодоносит. Хороший медонос со слабым запахом.

Широко распространенное сорное растение в лесной, лесостепной и степной зонах всей Сибири до Камчатки включительно. Растет на паровых полях, в огородах и около жилья.

Трава пастушьей сумки содержит гликозид гиссопин, легко разлагающиеся алкалоиды ацетилхолин, холин, тирамин, фумаровую, аскорбиновую, винную, яблочную и лимонную кислоты, филлохинон, эфирное масло, дубильные вещества, сапонины, фитонциды. Семена



Пастушья сумка.



содержат около 25% жирного масла, после удаления которого из жмыха можно приготовить заменитель горчицы.

В научную медицину введена во время первой империалистической войны как заменитель спорыньи и импортного желтокорня. После клинических испытаний, подтвердивших ее кровоостанавливающее действие и способность вызывать сокращения матки, ее стали часто применять против почечных и легочных кровотечений и особенно в гинекологической практике (в виде водных настоев и экстракта). Экстракт пастушьей сумки по кровоостанавливающему действию не уступает гидрастису (золотой печати) и заменяет спорынью. Установлено, что препараты пастушьей сумки способствуют снижению кровяного давления и усиливают перистальтику кишечника. Поэтому иногда при гипертонии и атонии кишечника рекомендуют принимать по трети стакана 3 раза в день настой травы (из расчета 2 столовые ложки на стакан кипятка), либо 20—30 капель жидкого экстракта 4—5 раз в день.

Включена в Государственную фармакопею IX издания.

Еще в древности трава применялась при разных кровотечениях, особенно маточных.

В народной медицине применяется как мочегонное при болезнях мочевого пузыря и почек, печеночных коликах, кавернах в легких, как средство, регулирующее обмен веществ, как желчегонное. В последнем случае в литре кипятка настаивают полчаса 2 столовые ложки травы и пьют по стакану 3 раза в день за час до еды. Листья можно класть в борщ или использовать для салата. Семена могут заменить горчицу.

Собирают надземную часть растения в июне — июле. Сушат на воздухе, в тени и на ветру. Сырье можно хранить 3 года.

Патриния средняя, каменная валериана. *Patrinia intermedia* Roem. et Schult. Семейство валериановых.

Многолетнее травянистое растение до 50 см высоты с довольно крупным многоглавым стержневым темно-коричневым корневищем (в изломе серым, с запахом белых грибов) и редкими тонкими корнями. Обычно несколько неветвящихся прямых стеблей, покрытых простыми, очень короткими волосками, с 2—5 парами листьев. Листья супротивные, гладкие, глубоко-перисторассеченные с узкими

зубчатыми долями; прикорневые — черешковые, стеблевые — сидячие. Цветки ярко-желтые, в щитковидно-метельчатом соцветии. Цветет в июне — июле. Плоды — слегка пушистые округло-продолговатые семянки без летучки.

Встречается в горах и предгорьях Алтая и в южных областях Западной Сибири. Растет по склонам, открытым каменистым склонам, на прибрежных песках.

В этих же районах и на Дальнем Востоке растут другие виды патринии — скабиозолистная и сибирская, лечебное действие которых сходно.

Патриния скабиозолистная *Patrinia scabiosifolia* Fisch. отличается более высоким стеблем (до 1 м), голым, тонкоребристым или с еле заметным тонким опушением.

Патриния сибирская *Patrinia sibirica* Juss. Низкое растение (до 20 см). Стебли с двумя продольными линиями, состоящими из длинных нежных волосков, с супротивными парными перисто-рассеченными листьями, с соцветием ярко-желтых цветков. Плоды пушистые.

В химическом отношении патринии изучены слабо. Корни и корневища содержат алкалоиды, эфирное масло, органические кислоты, сахара, дубильные вещества, сапонины, из которых 50% составляет патризид Д.

В научной медицине используют седативное действие патринии. С 1949 г. применяется в качестве заменителя валерианы лекарственной. По силе седативного эффекта и регулирующему воздействию на сердечную деятельность значительно превосходит валериану. Назначают по 15—20 капель на прием при повышенной возбудимости, неврозах сердца, бессоннице.

В народной медицине издавна применялась от головной боли, удушья, при желтухе, скрофулезе у детей.

В тибетской медицине используется от туберкулеза легких, малярии, гастроэнтеритов, печеночных колик.

Корни и корневища копают осенью, очищают от земли и сушат в проветриваемых помещениях.



Патриния сибирская.



Первоцвет крупночашечный, баранчики, ключики, примула. *Primula macracalyx* Vge. Семейство первоцветных.

Многолетнее невысокое (до 30 см) травянистое растение с сочным коротким вертикальным корневищем, густо усаженным тонкими корнями. Все листья прикорневые, яйцевидные, морщинистые, с обеих сторон короткоопушенные. Цветочная стрелка несет соцветие-зонтик, слегка поникший в одну сторону. Цветки душистые, темно-желтые. Цветет в мае — июне. Плод — бурая многосеменная коробочка.

Распространен в лесостепной и степной зонах Западной Сибири, в Забайкалье и на юге лесной и в лесостепной зоне европейской части страны. Растет в смешанных лесах, между кустарниками и на лесных лугах.

На Урале и на Алтае, в горных районах Средней Сибири встречается также первоцвет Палласа *Primula pallasii* Lehm., отличающийся светло-желтым венчиком с оранжевым пятном.

Растение содержит сапонины, эфирное масло, гликозиды прималаверин и примверин, флавоноиды, аскорбиновую кислоту, каротин. Все части содержат большое количество марганца.

Научная медицина использует сходный вид — первоцвет весенний *Primula veris* L. как отхаркивающее средство при коклюше, пневмонии, бронхите. Из корней и корневищ готовят сухие экстракты от кашля — примулен и примулат. Препараты первоцвета малотоксичны, обладают отхаркивающим, седативным, спазматическим, мочегонным и слабым слабительным действием. Эффективны при лечении гипо- и авитаминозов А и С. Заменяют препараты сенеги и ипекакуаны, а в ряде случаев превосходят их по действию.

В Чехословакии первоцвет лекарственный и первоцвет весенний находятся под охраной закона.

Греки считали первоцвет лекарственным цветком Олимпа



Первоцвет Палласа.

и называли «додекатеон» — «цветок двенадцати богов». На Украине его почитали как охранителя жизни. С первоцветом связана легенда, что это золотые ключи весны, отпирающие двери к теплой погоде, к первой бархатной траве и цветам.

В народной медицине настой из корней и листьев применяют издавна в качестве потогонного, мочегонного и укрепляющего нервы средств, при туберкулезе, ревматизме, кашле, цинге, заболеваниях почек и мочевого пузыря. Для приготовления настоя чайную ложку корней заливают стаканом кипятка, настаивают полчаса и принимают по столовой ложке 3—4 раза в день. Настой можно хранить не более суток. Венчики цветков заваривают и пьют как чай при мигрени, головокружениях, параличе, заболеваниях, связанных с перенапряжением физических сил. Кроме того, первоцвет используют при хронических запорах, общем упадке сил.

Из листьев готовят салат, обладающий пряным запахом и сладковатым вкусом. Он особенно показан при гиповитаминозах.

Листья собирают во время цветения, быстро сушат на солнце или в печи. При медленной сушке резко снижается содержание аскорбиновой кислоты. Корневище с корнями копают весной или осенью, когда надземная часть растения начинает увядать, промывают, очищают от стеблей, немного провяливают на воздухе и сушат. Цветки (одни венчики без чашечек) заготавливают в апреле — мае.

**Пи ж ма обыкновенная, дикая рябинка.** *Tanacetum vulgare* L. Семейство сложноцветных.

Многолетнее ядовитое травянистое растение с коротким ветвистым корневищем и прямостоячим стеблем высотой до 1,5 м. Листья очередные, перисторассеченные на ланцетовидные крупнозубчатые доли, при растирании сильно пахучие. Цветочные корзинки желтые, собраны в густое щитковидное соцветие на верхушках стебля. Цветет в июле — августе. Плод — продолговатая семянка.

Распространена в южной половине лесной и лесостепной зонах Сибири и на Дальнем Востоке; в горы заходит по долинам рек. Растет на лугах, опушках лесов и березовых колков, по берегам рек, на склонах предгорий, по межам, возле дорог, на хорошо дренированных почвах.

Растение содержит эфирное масло, в состав которого входят ядовитый туйон, камфара, горькое вещество танацетин и другие вещества, флавоноиды, алкалоиды,



галлусовую, танацетовую, кофейную, хлорогеновую кислоты, дубильные и горькие вещества, смолы, сахара, камедь.

Пижма обладает выраженными противогельминтным, желчегонным и бактерицидным действием на гноеродные и кишечнотифозные микробы, а также инсектицидным. Соцветия в виде порошков или водных настоев применяют при аскаридозе и острицах, болезнях печени (гепатите, ангиохолитах) и кишечных заболеваниях различной этиологии (особенно при интоксикации, обусловленной туберкулезом): при острых алиментарных энтероколитах, гастритах, дизентерии; показана больным с пониженной кислотностью и замедленной эвакуацией кишечника. Получены хорошие результаты при лечении препаратами пижмы язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

В эксперименте на животных установлено, что пижма повышает кровяное давление, увеличивает амплитуду сердечных сокращений, усиливает отделение желчи и секрецию желудочного сока.

Пижма вошла в государственные фармакопеи Бельгии, Болгарии, Финляндии и других стран.

Издавна известна народной медицине западноевропейских стран. Слово «пижма» древнегерманское, в переводе означает мускус. Занесено на Русь из Польши. Настой цветков (а иногда и семян) принимают как противоглистное средство, для возбуждения аппетита и улучшения пищеварения, при головной боли, эпилепсии, ипохондрии, «приливе крови к сердцу», лихорадке, желтухе, заболеваниях желудка и кишечника, расстройстве менструаций, «от ломоты в суставах» (одно из народных названий пижмы — ломотная трава). Обычно полчайных ложки цветочных корзинок настаивают 2 часа в стакане кипятка и пьют по столовой ложке 3—4 раза в день за 20 минут до еды.

Наружно настои пижмы используют для лечебных ванн и компрессов при ревматическом и подагрическом поражении суставов, вывихах, ушибах, а также для примочек и обмываний застарелых язв и гнойных ран. Губительное действие пижмы на ряд болезнетворных микробов связывают с наличием кумаринового производного, кофейной и хлорогеновой кислот (Скляревский, 1969).



В болгарской народной медицине пижму используют, кроме перечисленных выше заболеваний, при воспалении почек и мочевого пузыря, наличии песка и камней в органах мочевыделительной системы, для спринцеваний при белях у женщин и мытья волос при перхоти.

*Препараты пижмы противопоказаны беременным.* Их не следует давать и маленьким детям. В терапевтической дозе побочных явлений не вызывают, поэтому их следует принимать лишь в дозах, указанных врачом.

В кулинарии листья пижмы могут заменить корицу и мускатный орех. Цветки, листья и стебли, разбросанные по комнате, убивают мух, блох и других паразитов.

Собирают цветочные корзинки без цветоножек во время полного цветения, сушат при температуре не выше 30° С в тени, в хорошо проветриваемом помещении, не допуская пересушивания.

Пион уклоняющийся, пион необычный, марьян корень. *Paeonia anomala* L. Семейство лютиковых.

Многолетнее травянистое растение с коротким многоглавым корневищем и мясистым клубневидным корнем с сильным запахом и сладким вкусом. Стебли бороздчатые, голые, до 80 см высоты, внизу одетые чешуйчатыми листьями; на верхней части стебля листья дважды пальчаторассеченные. Цветы одиночные, крупные, пурпурно-розовые. Цветет в мае — июне. Плоды из 3—5 многосемянных листовок.

Распространен в лесной зоне от Приуралья до крайнего запада Якутии и Забайкалья. В горах встречается преимущественно в лесном поясе. Особенно много на Алтае и в Саянах. Растет в хвойных и лиственных лесах, на опушках, полянах и лесных лугах.

Корни содержат эфирное масло (до 1,8%), в состав которого входят салициловая и бензойная кислоты, пеонол, метилсалицилат, гликозид салицин, до 10% сахара, немного алкалоидов, белки, дубильные вещества, смолу, крахмал, негидролизующиеся вещества, неизученное кристаллическое вещество, большое количество микроэлементов, в том числе хрома и стронция.

Установлено, что водные и спиртовые вытяжки корня пиона оказывают седативное и не очень сильно выраженное обезболивающее действие, а также вызывают некоторое увеличение кислотности желудочного сока. В научной медицине их рекомендуют при желудочно-кишечных заболеваниях. Настойку корней пиона назначают при неврозах сердечно-сосудистой системы, бессоннице и по-



вышенной нервной возбудимости до 30 капель за прием 3—4 раза в день.

В народной медицине корни («жгун-корни») употребляют против колик при болезни желудка, в том числе и язвенной, при поносах, кровотечениях, эрозии и раке матки, малярии, кашле, зубной боли, подагре, ревматизме. Настой травы рекомендуют при параличе, эпилепсии и других нервных заболеваниях. Обычно чайную ложку сухих корней заливают 3 стаканами кипятка, настаивают полчаса и принимают по столовой ложке 3 раза в день за 10—15 минут перед едой. Настоем корней моют голову для усиления роста волос. При гастритах и маточных кровотечениях рекомендуют настой семян.

В китайской медицине пион входит в состав противоопухолевых препаратов.

В прошлом широко применялся в западноевропейской медицине от эпилепсии, подагры и спазм разной этиологии.

*Внутреннее применение пиона, как ядовитого растения, требует осторожности и правильной дозировки.*

В Сибири корни употребляют как приправу к мясным блюдам.

Заготавливают корни весной и осенью, очищают от земли, промывают водой, режут на куски и сушат в тени или в хорошо проветриваемом помещении.

Пихта сибирская. *Abies sibirica* Ledb. Семейство сосновых.

Хвойное дерево до 30 м высоты с коричневой или темно-серой гладкой корой. Листья душистые, мягкие, плоские. Шишки темно-зеленые, цилиндрические.

Широко распространено в лесах Западной и Восточной Сибири, на влажных почвах нередко образует сплошные леса.

Растение содержит эфирное масло (2—3%), составной частью которого являются борнилацетат, камфен, борнеол, альфа-пинен, бета-пинен, дипентен и другие вещества, абиетиновую, неоабиетиновую, аскорбиновую кислоту, токоферол, фитонциды, смолы, дубильные вещества.

Водный настой хвои и почек применяют для лечения цинги и употребляют как мочегонное и обезболивающее средство при простуде и ревматических болях. Кору, содержащую таниды и смолы (бальзам), применяют как наружное при ожогах и опухолях. Из живицы пихты, со-



Мать-и-мачеха



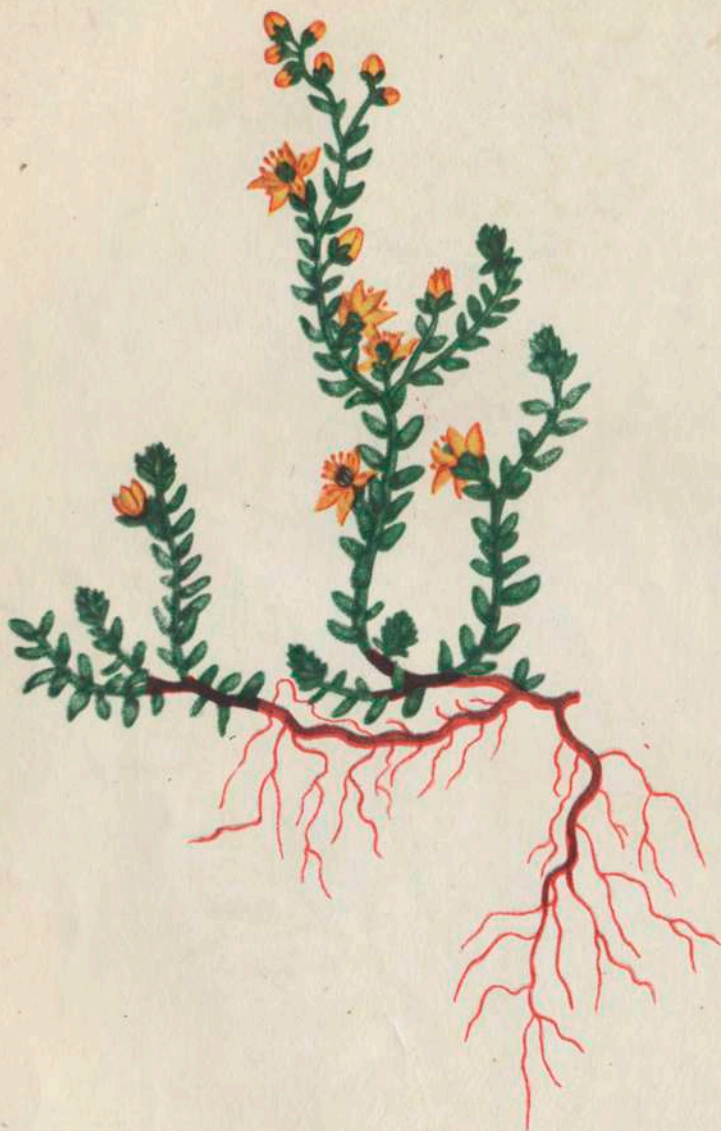


Мордовник обыкновенный



Облепиха





Очиток едкий

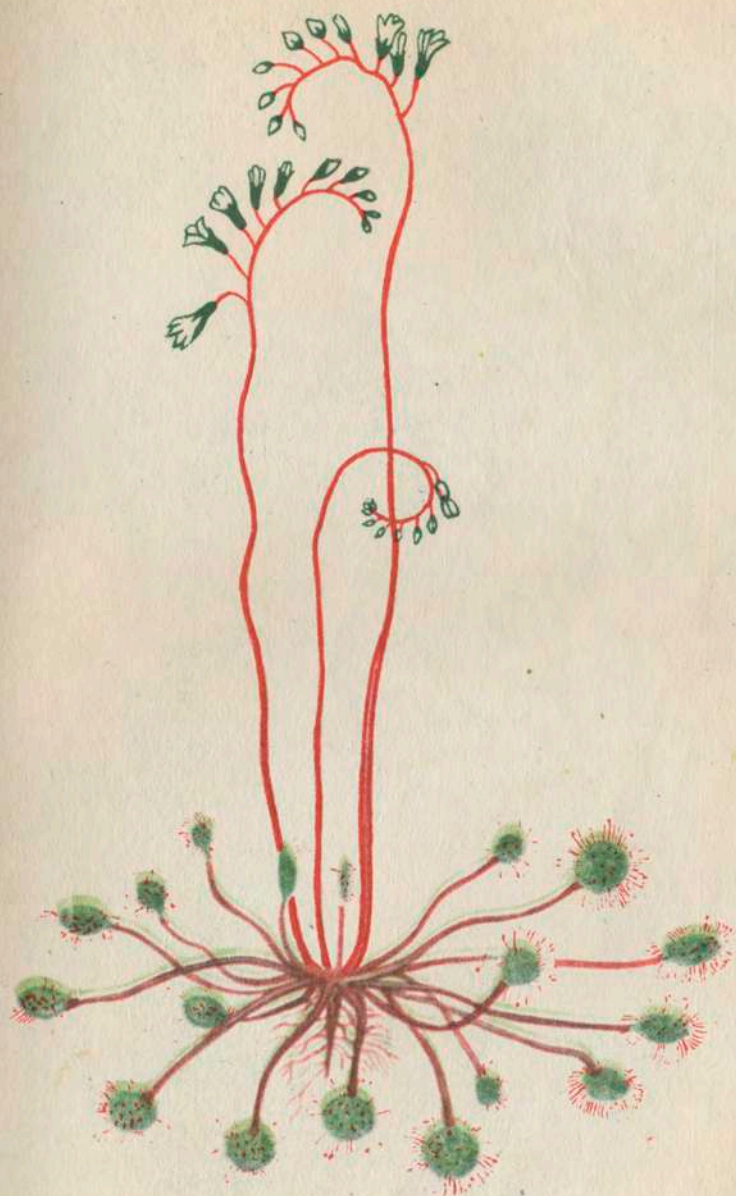


Пижма





Пион уклоняющийся



Росаянка круглолистная





Синюха голубая

держащейся в желваках коры, получают ценный бальзам, который обладает сильным антисептическим свойством. В научную медицину введен проф. Вишневым в годы Великой Отечественной войны. Вполне заменяет, а по некоторым свойствам превосходит импортный канадский бальзам. Из эфирного масла хвои, ветвей и коры — так называемого пихтового масла — получают синтетическую камфару, введенную в практическую медицину на основе фармакологических исследований Н. В. Вершинина и Е. М. Думеновой. Камфара, введенная подкожно, действует возбуждающе на центральную нервную систему и усиливает деятельность сердца. Камфарный спирт используют для втираний при невритах, миозитах и суставном ревматизме.

Живица пихты используется также и для получения скипидара, применяемого с теми же целями, как и скипидар сосны и лиственницы сибирской.

В народной медицине настоем хвои — древнейшее противочинготное средство. Живицу использовали для лечения ран, особенно инфицированных, и язв. Пихтовые шишки считались действенным средством от ревматизма и других простудных поражений суставов ног. С этой целью заливали кипятком пихтовые шишки и на пару прогревали ноги, прикрыв их сверху. Отвар молодой хвои пьют как мочегонное и дезинфицирующее средство при заболеваниях почек и мочевого пузыря.

Очевидно, пихта — перспективное сырье для получения аскорбиновой кислоты — ценного противочинготного средства и токоферола.

Наибольший выход масла из веток и хвои пихты — в конце июля. Содержание аскорбиновой кислоты в хвое наиболее высоко зимой, и в это время лучше всего использовать ее для приготовления витаминных настоев и концентратов. Использовать сразу же.

Плакун иволистный, дербенник. *Lythrum salicaria* L. Семейство дербенниковых.

Многолетнее травянистое растение с прямым стеблем, ланцетными листьями и пурпуровыми цветами, собранными в колосовидную метелку. Цветет в июне — августе.

Распространен в южной половине лесной и лесостепной зонах Западной, Средней и Восточной Сибири, а также на Дальнем Востоке. Растет на травянистых болотах, влажных заливных лугах, по уремам, берегам рек и озер.

Надземная часть растения содержит дубильные ве-



щества, глюкозу, левулезу, крахмал, каротин и следы алкалоидов. В корнях много дубильных веществ.

Настойка или отвар травы широко применяется в народной медицине при дизентерии, хроническом катаре кишечника, как болеутоляющее и кровоостанавливающее средства. Иногда принимают внутрь при простудных заболеваниях и нервных болезнях. Измельченные листья прикладывают к порезам для остановки кровотечения и быстрого заживления.

Плаун булавовидный, ликоподий. *Lycopodium clavatum* L. Семейство плауновых.

Многолетнее вечнозеленое споровое растение с мелкими корешками и длинным вильчато-ветвящимся стелющимся стеблем. Листья мелкие, сидячие, линейные, густо расположенные на стебле. На верхушке ветвей расположены два прямостоячих спороносных колоска, в которых в августе созревают светло-желтые споры.

Встречается в лесной зоне Сибири, преимущественно в хвойных лесах. Растет на опушках, между кустарниками, в покрытых мохом местах.



Плаун булавовидный.

Споры содержат до 50% жирного масла, фитостерин, глицерин, сахар, белок. В траве найдены алкалоиды клаватин, никотин, клаватоксин, ликоподин и другие, обладающие курареподобным парализующим действием.

В научной медицине споры плауна используют как противовоспалительное и подсушивающее средство в качестве присыпки (для детей и взрослых), в фармацевтике — для обсыпки пилюль. Плаун входит в состав комплексного препарата против различных форм радикулита, люмбаго, плекситов, нейромиозитов — акофита (радикулина). Внутреннее применение требует осторожности, так как растение ядовито.

Водный настой травы и

спор в народной медицине применяют при болезнях печени и почек, недержании мочи, заболеваниях желудочно-кишечного тракта и дыхательных путей. Наружно водный отвар спор используют для обмываний и примочек при различных кожных болезнях — чешуйчатом лишае, зудящих сыпях, фурункулезе, гнойниках, а также судорогах.

В странах Западной Европы препараты плауна рекомендуют при атонии мочевого пузыря, камнях мочевого пузыря, диспепсии, геморрое, заболеваниях печени, ревматических и нервных болях.

В Чехословакии плаун булавовидный находится под охраной закона.

Споры применяют в технике как подсобный материал при фасонном литье — выплавке и формовке металлических изделий.

Собирают плаун с конца июля, при росе, в тихую и влажную погоду, осторожно срезая веточки в подставленную посуду, так как при малейшем сотрясении споры высыпаются. Сушат на бумаге в помещении. Споры очень сыпучи и легко воспламеняются на воздухе.

Подмаренник настоящий, медовник. *Galium verum* L. Семейство мареновых.

Многолетнее травянистое растение с четырехгранным ребристым короткоопушенным стеблем. Листья по 8—12 в мутовке, узкие, остроколючные, снизу серые от опушения, сверху блестящие, темно-зеленые. Цветки мелкие, желтые, собраны в длинную метелку, с нежным ароматом. Цветет с мая до сентября.

Распространен в южной части лесной, лесостепной и степной зонах Сибири и на Дальнем Востоке. Растет в сосновых борах, лиственных и березовых лесах и колках, на суходольных и поемных лугах, травянистых склонах, на пастбищах и сенокосах, на альпийских лугах, в мохово-лишайниковой горной тундре.

Надземная часть подмаренника содержит гликозид асперулозид, лимонную и аскорбиновую кислоты, дубильные вещества, красящие вещества и фермент, вызывающий створаживание молока, подобно сычужному ферменту животных.

Применяется только в народной медицине и гомеопатии. Рекомендуют при болезнях мочеполовых органов как болеутоляющее и мочегонное, при неврастении, водянке, болезнях печени, поносах у детей, а также отсутствии менструаций. Сок из свежих растений и порошок из высушенных цветков оказывают кровоостанавливаю-



щее действие. При кровотечениях из носа сок втягивают в нос, а порошком присыпают кровоточащие раны. Кроме того, свежий сок принимают (по 2—3 ложки 2 раза в день) как мочегонное при болезнях почек, водянке, как улучшающее обмен веществ при нарывах, экземе, а также при раке кожи.

Собирают надземную часть растения во время цветения или отдельно только цветки. Сушат на воздухе или в хорошо проветриваемом помещении.

Подмаренник северный. *Galium boreale* L. Семейство мареновых.

Многолетнее травянистое растение с прямостоячими стеблями, мутовчатыми ланцетовидными листьями (по четыре в мутовке) и белыми цветами, собранными в метельчатое соцветие.

Распространен в лесной и лесостепной зонах Сибири и на Дальнем Востоке. Растет на лесных, реже степных лугах, в разреженных лесах, на опушках, в кустарниковых зарослях, по берегам рек и озер.

В надземной части и корнях найдены гликозиды сердечного действия, а в корнях также — следы алкалоидов.

Еще во времена Гиппократы растение применяли при болезнях печени. В народной медицине настоей травы и цветов применяют при катаре желудка, как успокаивающее при неврастении, ревматизме и как кровоостанавливающее после родов. В прошлом веке использовали при лечении рака.

Заслуживает дополнительных исследований в этом направлении. Запасы сырья значительны и могут представлять надежную сырьевую базу для выработки лечебных препаратов.

Подорожник большой, обыкновенный, попутник, поранник, семижилник. *Plantago major* L. Семейство подорожниковых.

Многолетнее травянистое растение до 30 см высоты, с розеткой широких прикорневых листьев, плотных, цельнокрайних, широкоовальных или яйцевидных, с длинными, широкими черешками. Из центра листовой розетки выходит цветочная стрелка, заканчивающаяся длинным густым колосом из невзрачных, пленчатых, бурых цветков. Цветет с июня до осени. Плоды — многочисленные коробочки с семенами.

Широко распространен в лесной и лесостепной зонах Сибири и на Дальнем Востоке. Растет по разреженным лесам, на лесных лугах, около жилья и дорог.

Кроме подорожника большого, в лесной зоне встречается подорожник максимальный *Plantago maxima* Luss., подорожник средний *Plantago media* L. и ланцетолистный

*Plantago lanceolata* L., а в степной — подорожник степной *Plantago stepposa* Rupr.

Подорожник средний отличается от большого более короткими черешками, наличием мелких волосков на обеих сторонах листа, бледно-розовыми цветками и ладьевидными семенами с черным рубчиком.

Подорожник ланцетолистный от большого отличается узкими ланцетовидными листьями с 2—7 жилками, короткими, почти яйцевидными соцветиями и светло-желтыми пыльниками, более крупными семенами с белым рубчиком.

Все эти виды в химическом отношении сходны.

Листья подорожников содержат гликозид аукубин, ферменты инвертин и эмульсин, аскорбиновую, лимонную кислоты, соли калия, каротин, филлохинон, горькие и дубильные вещества, слизь, фитонциды. В семенах — жирные масла, стероидные сапонины, до 40% слизистых веществ, аукубин, олеаноловая кислота.

В научной медицине препарат из водного экстракта листьев — плантаглюцид — назначают при гипацидном гастрите, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки в случаях с нормальной или пониженной кислотностью в период обострения и для профилактики рецидивов (по 0,5—1 г 2—3 раза в день за 20—40 минут до еды. Перед приемом препарат разводят в четверти стакана теплой воды). При желудочно-кишечных заболеваниях (гастриты, энтериты, энтероколиты, колиты) иногда рекомендуют настой листьев и цветочных стрелок (чайную ложку сырья на стакан кипятка, настаивают 15 минут и пьют по столовой ложке 3—4 раза в день).

Сок назначают как горечь для возбуждения аппетита. Установлено эффективное действие сока при хронических колитах и как ранозаживляющего средства. В ка-



Подорожник большой.



честве ранозаживляющего антимикробного средства предложена 10%-ная мазь из листьев подорожника на персиковом масле и вазелине. Сухие листья входят в состав грудного чая от кашля.

Настой семян подорожника (столовая ложка на стакан кипятка, длительно взбалтывать, пить по 2 столовые ложки 3 раза в день) назначают при ахилии и как легкое слабительное при хронических запорах, а также при дизентерии и кровавых поносах.

Клинически установлено положительное действие препаратов подорожника при неврастении, атеросклерозе, хроническом холецистите, болезнях дыхательных путей, коклюше, туберкулезе легких и хронических нефритах.

В китайской медицине семена подорожника считают средством от бесплодия.

Старое лекарственное средство. Арабские и персидские врачи применяли его еще в X веке и очень ценили. Греческая и римская медицина рекомендовала семена подорожника при дизентерии.

В народной медицине отвар семян применяют при воспалительных процессах в желудочно-кишечном тракте и запорах. В больших дозах семена оказывают слабительное действие. Настой листьев пьют при различных заболеваниях дыхательных органов — катаре бронхов, плеврите, коклюше, астме. Настой листьев и сок растения дают хороший эффект при лечении желудочно-кишечных заболеваний, воспаления мочевого пузыря, холецистита. Свежеистолченные листья используют наружно при фурункулах, абсцессах, инфицированных ранах, язвах, особенно «с диким мясом», ожогах, для остановки кровотечения из ран. Листья подорожника большого, обсыпанные толченым мелом, прикладывают при роже, отвар листьев пьют при ночном недержании мочи, при остром бронхите (подорожник ланцетолистный). Отваром листьев полощут рот при зубной боли. Сок из истолченных листьев оказывает успокаивающее действие при укусах пчел, ос, шмелей и даже змей. Часто семенные компрессы в этих случаях обезболивают и предупреждают появление припухлости.

Листья собирают все лето, сушат на чердаках или на открытом воздухе, разложив тонким слоем. Сырье пригодно для медицинских целей в течение 2 лет.

Поленика, княженика, мамура. *Rubus arcticus* L.  
Семейство розоцветных.

Невысокое многолетнее травянистое растение с тонким ползучим корневищем и прямыми стеблями до 30 см высоты. Листья тройчатые, снизу более бледные. Цветы одиночные, красные или малиновые, редко в числе двух, на длинных цветоножках, выходящих из верхушки стебля. Плод — темно-пурпурная, почти шаровидная, сильно душистая сборная костянка.

Распространена в полярно-арктической, тундровой, лесотундровой и лесной зонах по всей Сибири и на Дальнем Востоке. Растет в болотистых хвойных лесах, на согах, травянистых моховых болотах, а также в арктических тундрах на склонах бугров и лайдах.

Химический состав мало изучен. Плоды содержат большое количество аскорбиновой кислоты (200—300 мг на 100 г), глюкозу и другие сахара, органические кислоты, антоциан. В листьях много дубильных веществ, аскорбиновая кислота и фитонциды.

В народной медицине используется как сильное противоцинготное и жаропонижающее средство. Водный настой плодов применяют для снижения температуры при простудных заболеваниях, для профилактики и лечения цинги, а также для полоскания при воспалительных процессах в полости рта и горла. Водным настоем листьев лечат диспепсию у детей.

Плоды княженики — ценное сырье для варенья и ликеро-водочного производства.

Плоды собирают в августе, листья — в июне — июле и сушат в тени.

Полыни. *Artemisia*. Семейство сложноцветных.

Латинское родовое название, по мнению ряда авторов, указывает на то, что растение было посвящено Артемиде; это слово производят и от римского артемис — что значит здоровый.

В Сибири встречается более 60 видов полыней, из которых наиболее распространены и заслуживают внимания: полынь горькая, метельчатая, обьковенная (чернобыльник), приморская, Сиверса, холодная, эстрагон. Ниже дается характеристика шести видов полыней, наиболее важных в медицинском отношении.

Полынь горькая. *Artemisia absinthium* L.

Многолетнее травянистое растение с сильным ароматом. Корень ветвистый. Стебли прямостоячие, вверху ветвистые до 1 м высотой. Листья очередные, черешковые, округлые в очертании, дважды, триждыперистые. Цветки мелкие, желтые, все трубчатые, в мелких корзинках, собранных в олиственные метелки. Все растение серебри-





Полюнь горькая.

сто-сероватого цвета от обилия шелковистых прижатых волосков. Цветет в июле — августе. Плоды без хохолков.

Распространена на юге лесной, лесостепной и степной зонах Западной, Средней и Восточной Сибири. Растет по залежам, паровым землям, в посевах, по дорогам, садам, вблизи жилья. Сорное растение, похожее на полынь Сиверса, но последняя имеет сильно ребристый стебель (см. ее описание на стр. 268).

Надземная часть растения содержит гликозиды — абсинтин и анабсинтин, хамазуленоген, флавоны артемизетин, филлохинон, янтарную, яблочную, аскорбиновую кислоты, немного дубильных веществ, эфирное масло зелено-синего цвета, каротин, фитонциды. Кроме того, полынь содержит белок, крахмал, смолы и т. д. Растение ядовито. Считается

самым горьким растением в мире: горький вкус остается при разведении 1 : 10 000.

В современной научной медицине препарат полыни используют как горечь для возбуждения и усиления деятельности пищеварительных органов. Настои, настойки или экстракты назначаются врачом как ветрогонное и послабляющее средство. Полынь наряду с тысячелистником входит в состав желчегонного, аппетитного и ветрогонного чаев (назначают по столовой ложке 2—3 раза в день за 15—30 минут до еды). Для приготовления настоя чайную ложку измельченной травы заливают стаканом кипятка, настаивают полчаса и принимают по столовой ложке 3 раза в день за полчаса до еды. В аптеках имеется настойка полыни, которую назначают по 15—20 капель 3 раза в день за полчаса до еды.

Препараты полыни нельзя принимать свыше месяца. При продолжительном употреблении могут наступить явления отравления организма в виде нервных заболеваний. Противопоказаны при беременности.

Эфирное масло полыни обладает действием, сходным с камфарой. Из травы получают горький хамазулен, который используется для лечения ожогов рентгеновскими лучами, экзем, астмы и ревматизма.

Античные авторы приписывали полыни многостороннее действие. Плиний утверждал, что привязанная к ноге полынь избавит человека от усталости. Лоницерус советовал добавлять полынь в пищу, как полезное для желудка средство, способствующее пищеварению, согревающее тело и изгоняющее яд и желчь. Авиценна считал полынь желудочным, желчегонным, мочегонным, противохолерическим и регулирующим менструации средством. Полынное вино он рекомендовал от трещин прямой кишки и геморроя, вареную с рисом и приправленную медом полынь — против глистов, как противоядие при отравлениях грибами и противоопухолевое средство, примочки и лечебные повязки с полынью — при заболеваниях ушей, глаз и т. д.

Многостороннее действие полыни воспето в «Салернском кодексе здоровья», где, помимо прочего, отмечено противоопухолевое свойство повязок с растертой полынью и ее польза при камнях в мочевом пузыре и параличах.

На Руси сок полыни высоко ценили как ранозаживляющее и «кровоочистительное» средство, очищающее гноящиеся раны. В народной медицине особенно высоко ценится майская полынь. Отвар травы пьют при перемежающейся лихорадке, желтухе, водянке, болезнях печени, мочевого пузыря и селезенки, круглых глистах и острицах (в сочетании с чесночными клизмами), бессоннице, обмороках, судорожной рвоте, одышке, поносе, воспалении кишечника, отсутствии аппетита.

Свежий сок способствует остановке кровотечения из ран, дезинфицирует поврежденные ткани и ускоряет их регенерацию. Свежие растертые листья прикладывают к ушибам, считаются эффективным средством при вывихах и растяжении сухожилий. Отваром из смеси полыни с чабрецом (1:4) лечат алкоголизм (по столовой ложке 3 раза в день в течение 2—3 месяцев).

Верхушки стеблей срезают перед самым цветением, сушат в тени, на чердаках под железной крышей или в сушилках.

Полынь каменная, заячья, длинноголовчатая.  
*Artemisia lagocephala* DC.



Сильно одревесневающий при основании полукустарник с густо-опущенными ветвями. Листья снизу серо-седые, сверху тускло-зеленые, на бесплодных побегах в густых розетках, клиновидные; стеблевые трехлопастные, верхние — продолговато-ланцетные. Цветочные корзинки крупные (до 8 мм в диаметре), поникающие, собраны в кисти. Вид, сходный с полынью обыкновенной.

Распространена в Средней, Восточной Сибири и на Дальнем Востоке. Растет на сухих каменистых склонах и на скалах среди леса.

Высоко ценится в Забайкалье как средство против старческой слабости. Считается полезной при ряде внутренних заболеваний (Сергиевская, 1940). Излюбленное растение изюбров во время роста пантов.

Представляет интерес для фармакологического изучения.

**Полынь метельчатая.** *Artemisia scoparia* Waldst. et Kit.

Двулетнее или однолетнее растение с вертикальным корнем, прямым, сильно ветвистым, древеснеющим стеблем высотой до 60 см, со своеобразным ароматом. Листья очередные, нижние черешковые, дважды-, или триждыперисторассеченные на линейно-ланцетовидные острые доли, средние стеблевые — сидячие, верхние — тройчато-раздельные или цельные. Цветочные корзинки поникающие, собраны в односторонние кисти, образующие метелку. Цветет в июле — августе.

Распространена в степной и лесостепной зонах Западной, Средней, Восточной Сибири и Дальнего Востока. Растет на степных, солонцеватых лугах, по залежам, в южных сосновых борах, на щебнистых и каменистых склонах.

Трава содержит горькое вещество и эфирное масло, количество которого увеличивается к плодоношению, смолы, дубильные вещества, органические кислоты.

Масло входит в состав комплексного препарата артемизола, обладающего спазмолитическим действием, резко повышающего растворимость солей в моче и способствующего выделению мочевых конкрементов. Назначают при почечнокаменной болезни по 2—4 капли на кусочек сахара (под язык) 2—4 раза в день за 15 минут до еды (при гастритах и повышенной кислотности желудочного сока — после еды). Заменяет импортный препарат энатин.

В народной медицине водный настой травы применяют при нарушениях менструального цикла и как глистогонное. Отвар травы пьют также от эпилепсии. Припарки из травы рекомендуют при ушибах и вывихах.

Собирают надземную часть растения во время цветения и сушат в тени.

Полынь обыкновенная, чернобыльник.  
*Artemisia vulgaris* L.

Многолетнее травянистое растение с цилиндрическим, почти отвесным многоглавым корневищем, от которого отходят деревянистые стебли до 150 см высоты. Стебель прямой, ветвистый, в верхней части прижато-пушистый, с южной стороны обычно красноватый. Листья перисторассеченные с линейно-ланцетовидными, зубчатыми дольками; сверху голые, темно-зеленые, снизу беловолочные. Мелкие цветочные корзинки собраны длинной, густой метелкой. Цветет в июле — августе.

Распространена в лесной и лесостепной зонах Сибири и Дальнего Востока. Растет по лесным лугам, смешанным и березовым лесам, по берегам рек, на полях и около жилья.

Растение содержит каротин, инулин, сахар, слизь, смолу, жирное масло, аскорбиновую кислоту, тиамин, дубильные вещества, эфирное масло, следы алкалоидов.

В народной медицине чернобыльник широко применяется при хронических нервных болезнях, судорогах, желудочных болях, расстройствах менструаций (гиперменорее), туберкулезе легких, водянке, при бронхиальной астме, как общеукрепляющее и глистогонное средства. Настой готовят из расчета: чайная ложка измельченных корней и травы на стакан кипятка и пьют по трети стакана 3 раза в день. При эпилепсии, судорогах и круглых глистах готовят отвар из 2 столовых ложек корня на пол-литра пива или кваса, кипятят 5 минут и пьют, лежа в постели, до появления пота. Выпаренный спиртовой настой корней принимают как противоопухолевое при раке желудка и женских половых органов.

В китайской медицине чернобыльник рекомендуют при токсикозах беременности, различных кровотечениях, проказе и холере.

В научной медицине Западной Европы чернобыльник применяется при эпилепсии и аменорее, сахарном диабете, желтухе и как глистогонное.

Растение перспективно для применения в научной медицине и заслуживает изучения прежде всего как противоопухолевое средство.

В гомеопатии применяют при туберкулезном менингите, эпилепсии, гинекологических заболеваниях.

Собирают недревесневшие части корня — осенью, листья с июля до конца лета. Сушат корни не обмывая.

Полынь Сиверса. *Artemisia sieversiana* Willd.



Двулетнее травянистое растение с вертикальным корнем и прямым ребристым сероватым стеблем 30—100 см высоты. Нижние и средние листья в общем очертании трехугольные трижды- или дваждыперисторассеченные; верхние сидячие, менее сложные. Все растение имеет сероватый цвет от волосков, покрывающих листья и стебель. Цветочные корзинки полушаровидные, поникшие, собраны в широкое метельчатое соцветие. Цветет в июле — августе.

Распространена в южной половине лесной и в лесостепной зонах Западной, Средней, Восточной Сибири и на Дальнем Востоке. Растет в негустых березовых лесах и колках, на луговых каменистых склонах, опушках сосновых боров, на суходольных лугах, а также вдоль дорог, в покосах и на залежах.

Содержит в надземной части горький гликозид абсинтин, эфирное масло, сходное с маслом горькой полыни, азулены, фитонциды, аскорбиновую кислоту.

В народной медицине водный настой травы пьют как возбуждающее средство пищеварительных органов, а также для регуляции кровяного давления (в больших дозах понижает, а в небольших повышает). Водочную настойку по 15—20 капель принимают при изжоге, глистах и перемежающейся лихорадке. Полынь входит в состав аппетитного чая.

Траву заготавливают с мая до августа, срезая надземную часть, сушат в тени при хорошем проветривании, очищая от толстых стеблей и хранят в крафтмешках.

Полынь холодная; каменная. *Artemisia frigida* Willd.

Многолетнее растение с деревянистым корнем и многочисленными травянистыми стеблями 8—40 см высотой. Листья сидячие, дваждыперисторассеченные. Все растение серовато-белое от шелковистых волосков. Цветочные корзинки шаровидные, собраны в кистевидное соцветие. Цветет во второй половине июля — в августе.

Распространена от Урала до Якутии в основном в степной и лесостепной зонах, в равнинных и горных степях. Растет также на степных лугах, на выгонах, скалах, по окраинам степных сосновых боров.

Растение содержит эфирное масло, в котором до 40% борнеола.

В народной медицине настой надземной части пьют при потере аппетита, от головной боли, сердечных припадков и кашля (Уткин, 1931). В Забайкалье, замазав горшок с травой, ставят в печь, и полученный настой пьют от геморроя и для возбуждения аппетита (Сергеевская, 1940).

Полынь эстрагон. *Artemisia dracunculus* L.

Многолетнее растение с деревянистым корневищем и однолетними стеблями 20—150 см высоты. Листья линейно-ланцетовидные

или линейные, зеленые. Цветочные корзинки шаровидные, собраны на верхушке стебля кистями. Цветет в июле — августе.

Распространена на юге лесной и в лесостепной зонах Западной, Средней и Восточной Сибири. Растет на степных и поемных лугах, в березовых колках и по окраинам сосновых боров, на склонах гор и по берегам горных рек.

Надземная часть растения содержит эфирное масло, каротин и аскорбиновую кислоту.

В народной медицине настой травы пьют от цинги и водянки. Надземную часть растения употребляют в пищу как приправу к различным мясным и рыбным блюдам, листья добавляют в салаты и соленья.

Цветущие побеги или отдельные листья срезают и применяют в свежем или сушеном виде. Сушку травы производят в хорошо проветриваемом помещении при 40° и частом переворачивании зеленой массы.

Траву хранят в плотно закрытых банках.

В ряде стран Европы, в США эстрагон разводят как огородное пряно-вкусовое растение (Беляева, 1946).

Поповник обыкновенный, ромашка полевая, нивяник. *Leucanthemum vulgare* Lam. Семейство сложноцветных.

Многолетнее травянистое растение с гранистобороздчатым, прямым, кверху безлистным стеблем высотой до 60 см. Прикорневые листья с длинными черешками, лопатчатые, по краям городчатые, стеблевые — сидячие, продолговатые, узкие, пильчатые. Цветочные корзинки крупные, на длинных цветоносах, со срединными трубчатыми обоеполыми желтыми цветками и краевыми язычковыми, белыми. Цветет в июле — августе. Плод — семянка.

Распространен в южной половине лесной и в лесостепной зонах Сибири. Растет на лугах, лесных опушках, в разреженных лесах, на залежах и около дорог.

Химический состав растения не изучен. Семена содержат до 11% жирного масла; из цветов получают желтую краску.

Издавна используется в народной медицине. Настой поповника пьют при грыже, простуде, кашле, расслаблении мочевого пузыря, лихорадке, головной боли, при мелких и плоских глистах. Наружно настой используют при кожных сыпях. Применяется и как противоглистное средство.

Порезник промежуточный, сибирский, грабнатник. *Libanotis intermedia* Rupr. Семейство зонтичных.

Многолетнее травянистое растение с угловато-бороздчатым серовато-зеленым стеблем. Листья дваждыперистые, с особым арома-



тическим запахом. Цветки мелкие, беловатые, собраны в сложный зонтик. Цветет с конца июня до половины августа. Медонос.

Распространен в южных районах лесной и в лесостепной зонах Сибири и на Дальнем Востоке. Растет на лугах, старых залежах, по окраинам колков. Часто встречается в Барабинской лесостепи и Кулундинской степи (в северной части).

Растение содержит эфирное масло (особенно много в семенах), в состав которого входит гераниол, обладающий тонким ароматом цветущей герани.

В народной медицине настой семян применяют внутрь при остановке менструаций, при геморрое, грыже, от удушья, как мочегонное и ветрогонное. Измельченную траву прикладывают к ранам и нарывам для быстрого их заживления. Наряду с отмеченным порезником промежуточным представляет значительный интерес для исследования также порезник странный.

Порезник странный, или головчатый, сероголовник, альпийская пучка. *Libanotis monstrosa* DC. Семейство зонтичных.

Травянистое растение с прямым, крепким и относительно толстым стеблем 20—50 см высоты. Листья перистые, гладкие, с короткими, широкоовальными влагалищными черешками. Зонтик одиночный, очень плотный, почти головчатый. Цветы серовато-фиолетовые. Цветет в июле — первой половине августа. Плоды слегка волосистые.

Распространен в альпийском и гольцовом поясах Алтая, Саян, Прибайкалья. Растет по мохово-лишайниковым тундрам, альпийским и субальпийским лугам.

По опросным данным на Алтае (Ю. В. Никифоров) настой всего растения используется населением при нервных заболеваниях, эпилепсии. Пьют его при раковых опухолях и делают припарки из травы.

Проломник северный. *Androsace septentrionalis* L. Семейство первоцветных.

Двулетнее травянистое растение с розеткой прикорневых листьев и несколькими цветоносами, от 5 до 35 см высоты. Белые цветки собраны в зонтики. Цветет с мая до половины июля. Семена темно-коричневые, заключены в коробочки.

Распространен по всей Сибири в тундровой, лесной, лесостепной зонах и горных районах. Растет на сухих лугах, на береговых обрывах, каменистых склонах, в сосновых борах и березовых лесах.

В народной медицине водный настой и отвар травы пьют от боли сердца, при нервных расстройствах, нарушениях функции щитовидной железы (зобе), эпилепсии. Раньше применялось также против гонорей. Наружно —

полоскания при болезнях горла. Траву собирают во время цветения, сушат в тени.

Просвирник лесной, мальва лесная. *Malva silvestris* L. Семейство мальвовых.

Травянистое растение с прямостоячим волосистым стеблем 30—100 см высоты. Листья округло-почковидные, пяти-, семилопастные. Цветки довольно крупные, розовые, расположены пучками в пазухах листьев. Цветет в июле — августе. Плод — сухая просвирка, распадающаяся на отдельные семена.

Встречается как сорняк около жилья в Западной, Средней и Восточной Сибири.

Растение содержит много слизистых веществ, аскорбиновую кислоту, сахара, каротин, антоциановые соединения, в том числе хлорид мальвин, расщепляющийся на глюкозу и мальвидин (диметилэфир гликозида дельфинина).

Настои и отвары просвирника обладают выраженным мягчительным, обволакивающим, успокаивающим и противовоспалительным действием, близким к действию препаратов алтея лекарственного (Махлаюк, 1967). В народной медицине настоей цветов и листьев принимают при простудных заболеваниях легких, катарах верхних дыхательных путей, сухом кашле, охриплости и потере голоса, воспалении зева и миндалин, различных воспалительных процессах в желудочно-кишечном тракте (столовую ложку смеси на стакан кипятка настаивают 2 часа и принимают по 1—2 столовые ложки 3—4 раза в день; либо 2 чайные ложки измельченных листьев настаивают 3—5 часов в стакане холодной кипяченой воды, процеживают и выпивают мелкими глотками в течение дня).

Для полосканий, примочек и припарок используют двойную дозу сырья (2 столовые ложки на стакан кипятка). Их рекомендуют при ангине, воспалении в полости рта, болях в области живота, воспалении век, ожогах, опухолях, кожных сыпях. Чай из цветов просвирника считается полезным и утоляющим боли в желудке, печени, мочевом пузыре, кишечнике и при метеоризме и поносе.

Траву и цветы собирают в июле — августе и сушат в тени. Цветки в процессе сушки синеют.

Просвирник низкий, мальва маленькая. *Malva pumilla* Sm. Семейство мальвовых.

Однолетнее травянистое стелющееся растение с приподнимающимся в затененных местах и стелющимся в солнечных стеблем дли-



ной 15—30 см. Листья округло-сердцевидные, слегка пяти-, семилопастные. Цветки беловатые. Цветет с июня до осени. Плоды — семянки, сросшиеся в просвирки. Особенность: листовая пластинка поворачивается к солнцу, но в полдень для защиты от нагревания листья складываются воронкой.

Распространено в южной части лесной, лесостепной и степной зонах Сибири и Дальнего Востока. Растет как сорняк около жилья, дорог, по садам и огородам.

Растение содержит много слизи, аскорбиновой кислоты, каротин, мальвин, жирное масло.

В народной медицине отвар листьев пьют при задержке мочи и женских болезнях, отвар из корней и листьев — при воспалительных процессах дыхательных путей, заболеваниях горла и полости рта. Молодые листья и стебли используют весной как средство для профилактики простудных заболеваний и в качестве слабительного. Цветки с чашечками считаются мягчительным и обволакивающим средством. Измельченные свежие листья прикладывают к нарывам, фурункулам, воспаленным участкам кожи.

Листья в свежем и вареном виде можно использовать для салатов. Съедобны и плоды.

Прострел поникший, раскрытый, сон-трава, подснежник. *Pulsatilla patens* Mill. Семейство лютиковых.

Многолетнее невысокое (10—30 см) травянистое растение с темно-коричневым вертикальным корнем, цветущее ранней весной почти одновременно с появлением листьев. Прикорневые листья черешковые, пальчатораздельные, тройчатые. Цветоносы почти прямые, цветки крупные, ширококолокольчатые, сине-фиолетовые или кремовые разных оттенков. Цветет в апреле — мае (отсюда народное название — «подснежник»). Все растение, включая околоцветники, покрыто густыми серебристыми волосками. Плоды — пушистые семянки с изогнутой остью, способные к самозарыванию в почву.

Распространен в южной половине лесной и в лесостепной зонах Сибири от Урала до Забайкалья. Растет на степистых лугах, на открытых сухих склонах, в сосновых и березовых лесах, на опушках.

Растение содержит гликозид ранункулин, расщепляющийся на глюкозу и протоанемонин (анемонол) — летучее едкое вещество с резким запахом, вызывающее раздражение кожи, при дальнейшем расщеплении дает анемонин, а затем — неактивную анемоновую кислоту. Кроме ранункулина, в простреле есть сапонины, фитонциды, дубильные вещества и смолы.

Протоанемонин обладает выраженным бактерицидным и фунгицидным действием: уничтожает споры плесени,

бактерии, в том числе золотистый стафилококк в разведении 1:60 000. Анемонин действует слабее. Наличие биологически активных веществ в простреле оправдывает его применение в народной медицине.

Прострел считают сильным средством для лечения функциональных заболеваний нервной системы — невралгии, мигреней, спазмофилии, бессонницы, неврастении. Принимают как успокаивающее и снотворное в виде холодного настоя (2 чайные ложки травы на стакан кипяченой воды настаивают сутки, процеживают и выпивают в течение дня).

Небольшие дозы отвара пьют при туберкулезе легких, коклюше, астме, бронхите и других заболеваниях дыхательных путей, кори, заболеваниях, связанных с поднятием чрезмерной тяжести («срыв живота»), зубной боли, венерических и женских болезнях, желудочных, ревматических и подагрических болях, а также дают женщинам при трудных родах как обезболивающее и облегчающее схватки средство (чайную ложку травы на стакан кипятка, пьют по ложке через 2—3 часа). Для детей берут половинную дозу сырья.

Наружно настой травы применяют для обмываний гнойников и грибковых поражений кожи. Свежие листья прикладывают к нарывам и фурункулам. Вытяжкой лечат чесотку. Сок из свежей травы, выпаренный в русской печке, используют для лечения ожогов и натирания онемевших частей тела. Корень считается хорошим противолихорадочным средством.

Известен народной медицине многих стран. В Китае свежий сок прострела, смешанный с медом, пьют по чайной ложке на прием при глаукоме (Минаева, 1971).

При приеме внутрь следует соблюдать осторожность, так как свежее растение *при передозировке может вызвать воспаление слизистой оболочки, кишок, почек, а в больших дозах — паралич*. При гастрите и нефритах противопоказан.

Пушкортан красильная, *Anthemis tinctoria* L. Семейство сложноцветных.

Многолетнее травянистое растение, серовато-зеленое от паутинистых волосков, с прямым ветвистым стеблем 25—50 см высоты. Листья очередные, дваждыперисторассеченные. В первый год жизни развивается лишь розетка листьев, на второй год — появляются цветоносные стебли. Цветочные корзинки крупные, желтые, с краевыми язычковыми эллиптическими и срединными трубчатыми цветками.



Цветет с половины июня до половины августа. Семянки гладкие, сплюснuto-четырёхгранные.

Распространено в лесостепной и степной зонах Западной, Средней и Восточной Сибири. Растёт около жилья, вдоль дорог, по сухим лугам, на полях, молодых залежах. Пригодна для разведения в качестве декоративного растения.

Химический состав изучен недостаточно. Установлено, что цветочные корзинки содержат флавоноиды, гликозиды и эфирное масло.

В народной медицине используется потогонное, желчегонное, противохолерадочное и кровоостанавливающее действие пулавки красильной. Настой травы с цветочными корзинками пьют при простуде, желтухе, лихорадке и маточных кровотечениях (2 чайные ложки сухой травы заливают стаканом кипятка, настаивают 4 часа, процеживают и пьют по столовой ложке 3 раза в день).

Надземную часть растения вместе с цветочными корзинками собирают в июне — июле, сушат в тени. Хранят в бумажных пакетах или картонных коробках.

Пустырник, сердечник. Семейство губоцветных.

В медицинских целях используют несколько мало отличающихся друг от друга видов: пустырник пятилопастный *Leonurus quinquelobatus* Gilib., пустырник сердечный (европейский) *Leonurus cardiaca* L., пустырник сибирский *Leonurus sibiricus* L. и пустырник татарский *Leonurus tataricus* L.

Все виды пустырника — крупные многолетние или двулетние травянистые растения с прямыми, большей частью ветвистыми, четырёхгранными опушенными стеблями, высотой 50—120 см. Листья супротивные, темно-зеленые, черешковые, мягковолосистые, нижние — округлые или яйцевидные, с сердцевидным основанием, почти до середины пальчато-пятираздельные (у сибирского — трехлопастные), средние — продолговато-эллиптические или ланцетовидные с клиновидным основанием, трехраздельные или трехлопастные, верхушечные — более простые, цельные и узкие; все листья крупнорodчато-пильчатые.

Цветки мелкие, розовые, собраны густыми супротивными мутовками, полумутовками в пазухах верхних листьев, образуют прерванное колосовидное соцветие на концах стеблей. Венчик с мохнатой шлемовидной губой, двугубый. Цветет с июня до сентября. Плод — распадается на 4 орешка, лежащих на дне остающейся чашечки.

Виды различаются в основном по листьям: листья пустырника пятилопастного опушены гуще, чем сердечного, сибирский отличается очень глубоким рассечением пластинки. В медицине применяются одинаково.

Химический состав изучен недостаточно. Растение содержит флавоноидные гликозиды, один из которых иден-

тичен рутину, дубильные вещества, алкалоиды, сапонины, горечи, минеральные соли.

По биологическому действию близок к валериане. В практику научной медицины введен в 1932 г. благодаря В. В. Звереву и, главным образом, томским ученым Н. В. Вершинину и Д. Д. Яблокову. Включен в Государственную фармакопею X издания в качестве седативного средства, улучшающего работу сердца и снижающего кровяное давление. Настойку пустырника назначают при сердечных и нервных заболеваниях — повышенной нервной возбудимости, сердечно-сосудистых неврозах, бессоннице, истерии, легких формах базедовой болезни, в ранней стадии гипертонической болезни (по 30—50 капель 3—4 раза в день).

Препараты пустырника эффективны при кардиосклерозе, декомпенсированных пороках сердца, астме. Особенно полезны курильщикам, страдающим болезнью сердца (миокардиопатия на почве никотизма). По действию сибирский вид превосходит валериану. Некоторые больные переносят препараты пустырника лучше, чем валериану. Пустырник входит в состав успокоительного сбора.

Растение издавна используется в народной медицине. Принадлежит к числу вторично введенных в научную медицину: использовалось еще в XV в., но в XIX было незаслуженно забыто и осталось лишь в арсенале средств народной медицины.

В народной медицине применяется как сердечное и успокаивающее нервную систему средство при одышке, сердцебиениях, болях в области сердца, эпилепсии, невралгии, спазмах, воспалительных процессах желудочно-кишечного тракта, расстройстве менструаций, как мочегонное и средство от кашля, а также «от испуга». Наиболее эффективным считают сок свежих растений (по 30—40 капель 3—4 раза в день).

Траву заготавливают во время цветения, срезая верхушки стеблей до 40 см длины. Сушат в хорошо проветриваемом помещении без доступа прямых солнечных лучей, часто перемешивая. Сухое сырье годно в течение 3 лет.

Пырей ползучий. *Elytrigia repens* Nevski. Семейство злаковых.

Многолетнее однодольное злаковое растение с длинным ползучим корневищем, с длинными побегами. Стебли при основании вос-



ходящие, затем прямые, гладкие, до 100 см высотой. Листья плоские, очередные, широколинейные, зеленые, серовато-зеленые или сероватые. Цветки образуют густой и длинный колос. Цветет в мае — июне. Плод — зерновка.

Крайне вредный и трудно искоренимый сорняк, заслуживший названия «чума» и «огонь полей». Широко распространен по всей Сибири в поймах рек, на суходольных степных и солонцеватых лугах, залежах, паровых полях, в разреженных березовых лесах.

Корневище содержит полисахарид, тритицин, сахар левулезу, фруктозу, инозит (мышечный сахар), спирт маннит, каротин, гликозиды, аскорбиновую кислоту, соли яблочной и других кислот, жирное и эфирное масла.

В научной медицине препараты пырея изредка используют для лечения мочевых и желчных путей в качестве мочегонного, обволакивающего, кровоостанавливающего и легкого слабительного средств. Входит в состав грудного, успокоительного и мочегонного чаев.

Древнее лекарственное средство. В народной медицине отвар из корневищ пырея применяют для лечения мочевых и желчных путей, воспаления лимфатических желез, желудочно-кишечного тракта, как «кровоочистительное» средство, восстанавливающее обмен веществ, и отхаркивающее. Им же лечат все кожные заболевания, особенно фурункулез, хронические запоры, водянку, желтуху, рахит, геморрой, детский туберкулез (золотуху). Для отвара берут 2 чайные ложки корневищ на стакан кипятка и пьют по столовой ложке 3—4 раза в день. Настой корней (полную чайную ложку на 2 стакана холодной воды, настаивают 12 часов, по полстакана 3—4 раза в день) пьют как потогонное при простуде, воспалении дыхательных путей. При фурункулезе рекомендуют пить по стакану 3 раза в день крепкого отвара корневищ (столовую ложку на стакан воды) и одновременно принимать 2 раза в неделю ванны из отвара (2,5 столовые ложки на полведра воды). Ванны из отвара применяют при золотухе, рахите. Сок пырея пьют при желчно-каменной болезни.

Собирают корневища ранней весной или осенью, очищают, промывают в холодной воде, вялят сутки на солнце и ветре и сушат.

Рдест плавающий. *Potamogeton natans* L. Семейство рдестовых.

Многолетнее травянистое водное корневищное растение. Нижние, погруженные в воду, листья линейные, верхние — плавающие на

поверхности воды — узколанцетные, длинночерешковые. Цветки мелкие, обоеполые, собраны в колосовидные цилиндрические соцветия. Плоды орешковидные.

Широко распространен по многим водоемам Сибири и Дальнего Востока.

Химический состав не изучен.

В народной медицине применяют внутрь настой стеблей и листьев (столовую ложку сухой травы на стакан кипятку, настаивают 2 часа, пьют по столовой ложке 3 раза в день) при ранах и язвах, осложненных воспалительными процессами, при зудящих кожных сыпях, как успокаивающее.

Сырье собирают в июне — августе. Быстро сушат в тени.

Ревень алтайский. *Rheum altaicum* A. Los. Семейство гречишных.

Крупное многолетнее травянистое растение высотой до 2 м с толстым многоглавым коротким корневищем и сочными мясистыми корнями. Прикорневые листья крупные, округло-яйцевидные, при основании глубокосердцевидные, с длинными черешками. Стеблевые листья очередные, яйцевидные, с сухим пленчатым раструбом у основания. На второй-третий год жизни появляются крупные метельчатые соцветия. Цветки мелкие, правильные, белые, зеленые или розовые. Цветет в июле. Плод — трехгранный орешек красно-бурого цвета с крылышками.

Распространен на юге Сибири, на Алтае, в Саянах, в Забайкалье, горах Аяна. Растет на скалах и каменистых склонах в альпийском поясе.

Известно около 30 видов ревеня. В медицине используют ревень тангутский *Rheum palmatum* var. *tanguticum* Maxim, ревень алтайский *Rheum altaicum* A. Los., волнистый *Rheum undulatum* L., ланцетный *Rheum palmatum* L. и другие.

Ревень тангутский — влаголюбивое растение. В природных условиях встречается в северных провинциях Китая. Успешно выращивается в Западной Сибири на плантациях Мошковского совхоза лекарственных трав (Новосибирская область). Алтайский и волнистый ревень растут в природных условиях не только в Сибири, но и в Казахстане.

Корневища и корни ревеня содержат две основные группы биологически активных веществ: танногликозиды (дубильные вещества пирокатехиновой группы и производные галловой кислоты), обуславливающие вяжущие свойства, и антрогликозиды, усиливающие перистальтику кишечника. Оксиметилантрахиноны находятся в связанном и свободном состоянии. Важнейшие из них — ре-



умэмодин, реин, хризофанол и соответствующие им спирты — антранолы. В листьях есть аскорбиновая кислота, эргостерин, соли железа, щавелевая и яблочная кислоты, вещества Р-витаминного действия.

В Государственную фармакопею X издания включены: корень ревеня, экстракт ревеня сухой, таблетки ревеня и т. д. Препараты ревеня применяют для регуляции деятельности желудочно-кишечного тракта. Препараты, приготовленные на воде, рассчитаны на слабительное действие антрагликозидов, спиртовые — на улучшающие пищеварение и вяжущие свойства дубильных веществ. Малые дозы порошка улучшают аппетит, регулируют деятельность желудка, особенно показаны при катарах желудка, кишечника, диспепсии; средние дозы действуют как желчегонное; большие — как нежное слабительное при атонии кишечника, спастических запорах, запорах у детей и беременных, для размягчения стула при геморрое и трещинах прямой кишки.

Из корней ревеня получен препарат хризаробин, предложенный для лечения псориаза. В ряде западноевропейских стран ревеня используется в сборах для похудения.

Медицинское применение ревеня известно в Китае за 2700 лет до н. э. Использовался в древних Греции и Персии, через арабских врачей в средние века стал известен в Европе. Впервые описан Марко Поло.

Россия стала покупать ревеня в Китае в конце XVII в. В XVIII в. ревеня разводили в Сибири, но затем прекратили. В 1871 г. Н. М. Пржевальский нашел ревеня в окрестностях Кукунора и доставил плоды в Ботанический сад в Петербург. Из них были выращены растения, давшие затем посевной материал для всех русских культур.

В народной медицине ревеня применяют как общеукрепляющее средство при различных расстройствах желудочно-кишечного тракта, заболеваниях желчного пузыря и желчных путей, при малокровии и туберкулезе. Сухой порошок из корня рекомендуют для лечения ожогов.

При длительном употреблении слабительное действие ревеня уменьшается, так как организм привыкает к нему. Поэтому при привычных запорах ревеня следует чередовать с другими препаратами.

Молодые листья и черешки употребляют в пищу для приготовления витаминного салата. Черешки листьев ис-



пользуют как ранний огородный овощ, богатый витаминами. Из них готовят салаты, начинки для пирогов, варенье, кисели, компоты, кладут в борщ.

Для медицинских целей наиболее пригодны корневища и корни 3—4-летнего возраста. Копают их осенью, очищают от земли и мелких корешков, моют, слегка провяливают и сушат при температуре до 60°, разрезав на куски. Сырье пригодно в течение 5 лет.

Репешок обыкновенный, репейничек азиатский. *Agrimonia asiatica* Juz. Семейство розоцветных.

Многолетнее травянистое растение с прямостоячим опушенным стеблем. Листья прерывисто-нечерноперистые, опушенные. Цветы мелкие, золотисто-желтые, собраны на верхушках стеблей в колосовидные соцветия. Цветет в июне — июле. Плоды — цепкие щетинистые семянки, из-за которых растение и получило свое название.

Широко распространен в лесной и лесостепной зонах по всей Сибири и на Дальнем Востоке. Растет в разреженных сосновых, березовых лесах, колках, на лугах, в долинах рек, иногда как сорняк на пашнях, в огородах.

Химический состав изучен недостаточно. Растение содержит много дубильных, горькие и смолистые вещества, фитостерин, слизи, эфирное масло, токоферол, филлохинон.

Экспериментально установлено противоглистное действие репешка. Используется в медицинской практике западноевропейских стран как желчегонное, ранозаживляющее и противовоспалительное средства.

Широко применяется в народной медицине в качестве желчегонного, желудочного, мочегонного, кровоостанавливающего и «кровоочистительного» средств. Настой травы рекомендуют при болезнях желудка, циррозах печени, заболеваниях желчного пузыря, желчно-каменной болезни, камнях почек, нефрите, водянке, подагрическом поражении суставов, атонии кишечника, эрозии матки, простреле (люмбаго), геморрое, глистах (столовую ложку травы на стакан кипятка



Репешок обыкновенный.



по полстакана в день). При этих же болезнях пьют чай из репешка с медом.

Отвар травы с медом считается эффективным при болезнях печени, желчного пузыря, селезенки, запорах, песке в почках и (в виде полосканий) при афтозном стоматите (столовую ложку на стакан кипятка, по четверти стакана 3—4 раза в день, добавив мед по вкусу). Отвар листьев пьют при лихорадке, почечных и маточных кровотечениях, кровохарканье, поносах, как мочегонное при водянке.

Отвар корней рекомендуют при запущенном ревматизме, доброкачественных и злокачественных опухолях. Наружно водный настой травы используют для полосканий при ангине, для обмывания язв, гнойников, пролежней, геморроидальных шишек, ран и для орошения полости носа при насморке. Свежие измельченные листья прикладывают к воспаленным участкам кожи. Ванны для ног с настоем травы репешка рекомендуют для снятия усталости после больших переходов.

Траву собирают во время цветения и сушат в тени.  
**Рододендрон.** Семейство вересковых.

На территории нашей страны произрастает 21 вид рододендронов — вечнозеленых горных кустарников, зацветающих весной до появления листьев. В Сибири растут 6 видов: рододендрон Адамса, даурский, золотистый, мелколистный, Ледебура и недавно выделенный в самостоятельный вид бурятский — естественный гибрид между рододендроном Адамса и мелколистным.

**Рододендрон Адамса**, рододендрон душистый, душистый багульник, ак-каскара. *Rhododendron adamsii* Rehd.

Вечнозеленый кустарник с своеобразным сильным запахом свежей клубники, блестящими кожистыми листьями и бледно-розовыми цветками до 1,5 см в поперечнике. Цветет с конца июня до середины июля.

Распространен в Восточной Сибири и на Дальнем Востоке. Растет в подгольцовом и нижней части гольцового пояса до высоты 2400—2500 м над уровнем моря на умеренно влажных и каменистых ползудерненных склонах.

Химический состав изучен слабо. Растение содержит эфирное масло, в состав которого входят сесквитерпеновые спирты и сесквитерпеновый углеводород, дубильные вещества пирокатехиновой группы, аскорбиновую кислоту, фитонциды.

Из сибирских рододендронов этот вид наиболее популярен в народной медицине как тонизирующее средство. Отвар пьют как общеукрепляющее при различных заболеваниях, настой листьев, снимающий усталость и придающий бодрость, охотники пьют вместо чая, когда им предстоит длительный переход в погоне за зверем.

Обладает выраженным бактерицидным действием. Применяется при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, поносах, ревматизме. Наружно — для обмываний инфицированных ран, язв, для полосканий при различных воспалительных процессах в полости рта и в горле.

Растению присущи инсектицидные свойства. Местное население использует его против моли.

Рододендрон даурский, маральник. *Rhododendron dahuricum* L.

Кустарник до 4 м высоты с темно-бурой корой. Молодые ветви, почечные чешуйки и листья с обеих сторон покрыты крупными плоскими желтоватыми железками. Листья гладкие, сверху темно-зеленые, снизу более бледные или рыжеватые. Цветы одиночные или собраны по 2—3, на коротких пушистых цветоножках, с фиолетово-розовым широковоронковидным венчиком.

Распространен в Восточной Сибири, бассейне верхней и средней Лены и на Дальнем Востоке. Растет в сосново-лиственничных лесах, преимущественно на северных и северо-западных склонах, на увлажненных щебенистых почвах. Высоко ценится лесозащитниками как почвозакрепляющий кустарник, создающий благоприятные условия для возобновления леса, особенно соснового и лиственничного.

Растение содержит эфирное масло, дубильные вещества пирокатехиновой группы (5,5%), эриколин, аскорбиновую кислоту, фитонциды и другие вещества. Химический состав изучен слабо.

Установлена протистоцидная активность сока листьев и корней рододендрона даурского. Спиртовые вытяжки были проверены на бактерицидную активность в отношении ряда микробов — кишечного тифозного, дизентерийного, гноеродного. Оказалось, что наибольшей бактерицидностью обладают 8%-ная и 10%-ная спиртовые вытяжки, которые действуют губительно даже на возбудителей особоопасных инфекций — чумного микроба, холерного вибриона и бактерий бруцеллеза<sup>1</sup>.

В народной медицине используется для лечения желудочно-кишечных заболеваний, простуды, ревматизма и

<sup>1</sup> Г. Ф. Тафинцев. Так называемый багульник и другие рододендроны. «Природа», 1971, № 8.



как сильное ранозаживляющее и противовоспалительное средство.

Рододендрон золотистый, желтая кашкара, кашкарник, улуг-кашкара, пюндарва, черногрив. *Rhododendron aureum* Georgi.

Невысокий кустарник с темно-бурой корой с приподнимающимися, почти стелющимися ветвями, 20—60 см высоты. Листья толстые, кожистые, гладкие, очередные, с ровным краем, эллиптические или обратнойцевидные, на коротких черешках, сверху темно-зеленые, блестящие, снизу более бледные. Цветы серовато-желтые, собраны в зонтиковидные соцветия на концах ветвей. Цветет в мае—июле, в зависимости от места произрастания. Плод — пятигнездная коробочка.

Распространен в горах Восточной и Средней Сибири и на Дальнем Востоке, от юга Красноярского края до Тихого океана, включая Курилы, Камчатку и Сахалин. Растет на высоте 1000 м над уровнем моря по влажным каменистым склонам. В высокогорных районах Западных и Восточных Саян образует сплошные заросли.

Химический состав рододендрона золотистого наиболее изучен. Содержит эфирное масло, в состав которого входят сесквитерпеновые спирты, гликозиды: андромедотоксин, раздражающий слизистые оболочки и обладающий опьяняющим и парализующим действием, эриколин, рододендрин, расщепляющийся на рододендрол и глюкозу, арбутин, расщепляющийся на глюкозу и гидрохинон, обладающий мочегонным и антисептическим действием, много дубильных веществ (от 10 до 22%), фитонциды.

Рододендрон золотистый изучался иркутскими учеными — на кафедрах фармакологии и ботаники проф. С. Р. Семеновым и доцентом Р. А. Медведевой и в клиниках — под руководством проф. М. П. Михайлова.

Установлено, что препараты рододендрона обладают выраженным сердечным действием и при назначении больным с сердечно-сосудистой недостаточностью нормализуют работу сердца, снижают венозное давление, повышают скорость кровотока. Одновременно препараты усиливают мочеотделение, уменьшают отеки.

По отношению к стрепто- и стафилококкам и патогенной кишечной флоре препараты рододендрона золотистого обладают сильным бактерицидным действием. Водные отвары и экстракты листьев оказались эффективными для лечения заболеваний десен, стоматитов, при неприятном запахе изо рта и нашли применение в гинекологии (Телятьев, 1969).

Издавна используется в народной медицине как желудочное, мочегонное, противовоспалительное и тонизирующее средства. Еще П. С. Паллас писал об употреблении водных настоев листьев кашкары при желудочно-кишечных заболеваниях. И. Гмелин сообщал об отваре листьев как тонизирующем средстве после сильной усталости и против боли в ногах после трудных переходов. Чай из листьев при неумеренном употреблении может вызвать легкое опьянение.

Настои и отвары листьев рекомендуют при ревматизме, женских болезнях, для обмываний и примочек при различных поражениях кожи, для полосканий при воспалениях слизистой рта и т. д.

При приеме внутрь препаратов рододендрона золотистого следует помнить, что они *обладают раздражающим действием на мочевыводящие пути и при заболеваниях почек противопоказаны.*

Рододендрон Ледебера, маральник. *Rhododendron ledebourii* Rojark.

Декоративный кустарник, сходный с рододендронам даурским, с блестящими, очень пахучими листьями и крупными розовыми или розовато-сиреневыми цветками, распускающимися в мае — июне.

Встречается на юге Западной Сибири — в горах Алтая и Кузнецкого Алатау, в Восточной Сибири и на Дальнем Востоке. Растет на утесах, каменистых склонах гор, берегах рек и в горных лесах.

Химический состав близок к составу рододендрона золотистого. Содержит эфирное масло, андромедотоксин, эриколин, рододендрин, большое количество дубильных веществ, галловую и аскорбиновую кислоты, арбутин, микроэлементы марганец, алюминий, свинец, барий, медь, серебро.

Растение вызывает тяжелое отравление у овец и коз, реже — у крупного рогатого скота.

Экспериментально и клинически рододендрон Ледебера изучал проф. Д. М. Российский в 1944 г. Терапевтическое действие его и применение аналогичны рододендрону золотистому.

В народной медицине рододендрон Ледебера применяют в тех же случаях, как и рододендрон золотистый и Адамса. Сходно и применение рододендрона мелколистного *Rhododendron parvifolium* Adams — вечнозеленого сильно ветвистого кустарника, распространенного в Восточной Сибири, от Тувинской АССР до Чукотки, и на Дальнем Востоке.



Лечебное сырье — листья второго и третьего года жизни во время цветения растения. Их аккуратно срезают, сушат в теплом помещении, очень быстро, либо в теплых печах.

Все рододендроны — чрезвычайно перспективные растения и заслуживают дальнейшего всестороннего изучения и принятия мер для охраны и обеспечения возобновления этого замечательного реликтового растения. Очень подходят для озеленения городов.

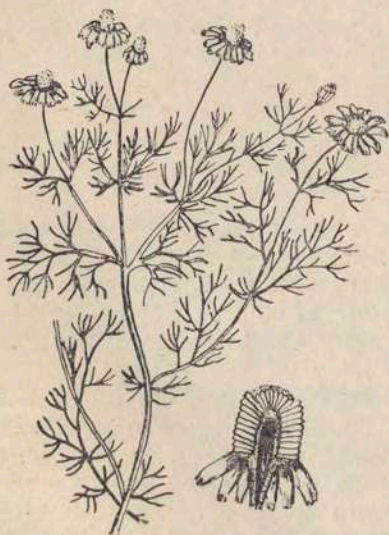
Ромашка аптечная. *Matricaria chamomilla* L.  
Семейство сложноцветных.

Однолетнее пахучее травянистое растение с тонким стержневым светло-бурым корнем и ветвистым стеблем, до 40 см высоты. Листья очередные, сидячие, дваждыперистораздельные на узкие дольки. Краевые цветки язычковые, многочисленные, мелкие, белые; внутренние — трубчатые, желтые. Соцветия — корзинки с голым, выпуклым полым цветоложем. Цветет с мая по октябрь. Плоды — семянки без хохолков.

Распространена на юге лесной, в лесостепной и степной зонах Сибири. Растет на лугах, полях, полянах, у дорог, как сорняк. Предпочитает легкие песчаные почвы. Успешно разводится на плантациях Мошковского совхоза лекарственных растений.

Цветочные корзинки содержат эфирное масло, в состав которого входят хамазулен, различные терпены и сесквитерпены, прохамазулен, матрицин, гликозид апиин, апигенин, лактон матрикарин, органические кислоты, в том числе салициловая, фитостерины, каротин, горечи, различные жирные кислоты, смолы, слизи, камеди.

Прохамазулен и матрицин при термической обработке превращаются в хамазулен. Все три вещества обладают противовоспалительным, седативным и местноанестезирующим действием. Кроме того, ромашковый азулен — хамазулен — обладает



Ромашка аптечная.

противоаллергическим свойством, ускоряет процессы регенерации; апиин и апигенин расслабляют гладкую мускулатуру и устраняют спазмы.

В Государственную фармакопею X издания включены цветочные корзинки ромашки аптечной, назначаемые при воспалительных заболеваниях желудочно-кишечного тракта (гастритах, энтероколитах, колитах, иногда в сочетании с клизмами из настоя), метеоризме, спазмах желудка и кишечника (столовую ложку на стакан кипятка прокипятить 5 минут, настоять 4 часа, процедить и пить по 1—2 столовые ложки 3—4 раза в день).

При мигрени и судорогах иногда рекомендуют порошок из соцветий (0,2 г через 2—3 часа после еды). При задержке менструаций применяют настой из смеси цветков ромашки и листьев мяты (по 4 части) и корня валерианы (3 части). Столовую ложку смеси заливают стаканом кипятка и пьют в горячем виде по полстакана 2 раза в день (Скляревский, 1969).

Настои ромашки используют для примочек и обмываний при экземах, жирной себорее лица, нарывах, язвах, ожогах рентгеновскими лучами, воспалении век. При воспалении, раздражении кожи лица и угрях полезны примочки из смеси цветков ромашки, травы тысячелистника и полевого хвоща, листьев мяты перечной и шалфея, взятых в равных частях (столовую ложку заварить стаканом кипятка, настоять и процедить).

Припарки из ромашки помогают при ревматическом и подагрическом поражении суставов и ушибах.

Ромашка — одно из самых древних и популярных народных средств. Описана еще Плинием. Была чрезвычайно популярна в медицине античного мира и во времена средневековья. Однако в XVIII—XIX в. постепенно оттеснена и в начале XX столетия применялась в основном в народной медицине, где продолжала занимать прочные позиции, и в парфюмерии. В последнее время в связи с более глубоким изучением химического состава и фармакологического действия соцветий интерес к ромашке возрастает.

В народной медицине ромашку применяют от самых различных заболеваний: при простуде, болезнях желудочно-кишечного тракта, ревматизме, подагре, женских болезнях, болезненных менструациях, маточных кровотечениях, невралгических болях, поносах, хронических за-



порах, при повышенной возбудимости. Пары ромашки вдыхают при гриппе.

Наружно применяют для обмывания воспаленной слизистой при геморрое, воспалении глаз и век, компрессы из ромашки рекомендуют при отеках, фурункулах, болезненных ранах, мокнущих и труднозаживающих сыпях, для ножных ванн при повышенной потливости.

В западноевропейской медицине ромашку применяют также в качестве противоглистного против остриц и аскарид (Телятьев, 1969). Сейчас она снова заняла положение важного лечебного средства. Считается одним из лучших лекарств для лечения острых и хронических воспалений слизистой желудка (язвы желудка).

Следует помнить, что препараты ромашки надо принимать продолжительное время (в течение 2—3 месяцев).

Отвар ромашки (4 столовые ложки на 1,5 л воды, прокипятить 5 минут, процедить) применяют для прополаскивания волос после мытья, для укрепления корней волос и придания последним красивого золотистого оттенка.

Ромашка широко используется в парфюмерной промышленности для приготовления питательных кремов, лосьонов (например, лосьон «Ратмир», известный кровоостанавливающим и тонизирующим свойствами), шампуней.

Лекарственное сырье собирают в сухую погоду во время цветения растения, срезая цветки, у которых лепестки занимают горизонтальное положение (у них наиболее высокое содержание эфирного масла и других биологически активных веществ). Сушат в тени, избегая солнечных лучей, при температуре не выше 39°С.

Росьянка круглолистная, солнечная трава, росичка. *Drosera rotundifolia* L. Семейство росянковых.

Небольшое (до 15 см высоты) многолетнее травянистое насекомоядное растение с тонким нитевидным корневищем и розеткой круглых прикорневых листьев на длинных черешках, с цельным краем, усаженным стебельчатыми железками около 5 мм длиной, заканчивающимися красноватой, блестящей капелькой клейкой жидкости. Такие же железки, но на более коротких ножках, усаживают всю верхнюю поверхность листа. Белые цветки на верхушке безлистного стебля собраны в однобокое кистевидное соцветие. Цветет в июне — августе. Плод — гладкая, продолговатая трехстворчатая коробочка.

Распространена в лесной зоне Сибири. Растет на травяных и сфагновых болотах, часто вместе с другим аналогичным видом — росянкой длиннолистной, или английской *Drosera anglica*



Huds, отличающейся формой листьев и более крупными цветками и коробочками.

Росянка содержит нафтохиноны плюмбагин и дрозон, протеолитический фермент, антоциановый пигмент, органические кислоты, дубильные и другие вещества. Плюмбагин в разведении 1 : 50 000 подавляет рост некоторых патогенных грибов и бактерий, особенно сильно действуя на возбудителя коклюша.

В научной медицине используют спазмолитическое действие росянки. Ее назначают при коклюше, бронхиальной астме, хроническом бронхите, ларингите, судорожном кашле на нервной почве в виде спиртовой настойки (1 : 10) по 15 капель в рюмке воды 3 раза в день. Смягчает и уменьшает частоту приступов кашля, устраняет рвоту.

Применяется в медицине стран Западной Европы, где выпускают патентованные препараты дрозерин и дрозан.

В народной медицине применяется при коклюше, заболеваниях легких, кровохарканье, хронической хрипоте, перемежающейся лихорадке, эпилепсии, артериосклерозе (1,5 чайные ложки сухой травы на 2 стакана кипятка, настаивают час, процеживают и пьют по столовой ложке 3 раза в день). *Увеличение дозы может вызвать рвоту.* Росянку можно принимать лишь по совету врача.

Наружно свежий сок рекомендуют для лечения бородавок.

Надземную часть растения собирают во время цветения, очищают от корней и мха и сушат в проветриваемом помещении или на чердаке под железной крышей.

Рябина сибирская. *Sorbus sibirica* Hedl. Семейство розоцветных.

Невысокое дерево с серой корой. Листья очередные, непарноперистые, сверху гладкие, снизу опушенные по срединному нерву. Цветы мелкие, белые, собраны на концах ветвей в виде крупного щитка. Цветет в мае — июне. Плод — шаровидная двухгнездная ягода (яблокообразная), сочная, ярко-оранжевая или красная, горьковатая, терпкая, созревает в конце сентября. После заморозков плоды приобретают более приятный вкус и часто всю зиму висят на ветвях. Хороший медонос. Дерево живет 100—200 лет.

Распространена в лесной и лесостепной зонах Сибири и Дальнего Востока, доходит до лесотундры на севере и верхнего предела горных лесов южной Сибири. Растет в хвойно-мелколиственных лесах, в подлеске, как крупный кустарник или дерево третьей величины, а в черневых лесах Горной Шории, Алтая и Саян нередко выходит в древесный ярус.



Плоды содержат каротин, флавоноиды (вещества Р-витаминного действия), аскорбиновую, фолиевую, яблочную, лимонную, сорбиновую и другие органические кислоты, спирт сорбит, сахара (в том числе присущий рябине сарбоза), микроэлементы — марганец, железо, медь, алюминий, дубильные, пектиновые и другие вещества. В семенах обнаружены гликозид амигдалин и жирное масло, в листьях — аскорбиновая кислота.

В научной медицине рябину используют как поливитаминное средство со значительным содержанием каротина. Сухие ягоды входят в состав витаминных сборов (например, в смеси с таким же количеством плодов шиповника; 2 чайные ложки смеси заварить 2 стаканами кипятка, настоять час и пить по полстакана 3—4 раза в день). Из плодов готовят витаминный сироп, который также назначают при малокровии, гипо- и авитаминозах. Иногда рекомендуют свежесжатый сок рябины (по столовой ложке 3—4 раза в день).

Плоды обладают также легким слабительным, желчегонным и мочегонным действием, а также повышают свертываемость крови. В последнее время в качестве средства, снижающего кровяное давление, стали применять отвар коры.

В народной медицине рябину используют при заболеваниях печени и желчного пузыря, почечных камнях, геморрое, ревматизме, как кровоостанавливающее и противогинготное средства. В болгарской народной медицине для лечения этих болезней применяют сироп (сок 1 кг свежих плодов варят с 600 г сахара).

Лекарственное сырье — плоды, собранные в октябре (после заморозков), сушат в печи или в сушилке. Можно хранить в сухом виде 2 года.

**Ряска маленькая.** *Lemna minor* L. Семейство рясковых.

Многолетнее плавающее на поверхности воды растение с маленьким темно-зеленым листовидным тельцем диаметром до 1 см и короткими тонкими сосульками — корнями, не достигающими дна.

Распространена в лесной и лесостепной зонах Сибири и Дальнего Востока. Встречается повсеместно в стоячих водах, лужах, болотах.

Содержит протеин, йод, бром. В золе растения есть кальций, кремний, железо, следы брома, йода, радия и ванадия.

Применяют ряску в качестве жаропонижающего и десенсибилизирующего средства, уменьшающего чувствительность организма к воздействию различных непереносимых организмом веществ. Полезна при крапивнице, отеках нервного происхождения, при витилиго (пятнистости кожи), подагре, ревматизме, желтухе, воспалении и опухолях слизистых оболочек верхних дыхательных путей, как мочегонное и одно из средств борьбы с глаукомой. Применяют в виде настоек на водке (столовую ложку сбора на стакан), а также пилюль, изготовленных из порошка ряски, смешанного с медом, по 1—2 г на прием 3 раза в день. Наружно настой ряски применяют для обмывания гнойных ран, язв и фурункулов. Ряску собирают летом, сушат в тени и хранят в стеклянной посуде.

Сабельник болотный, лапчатка болотная. *Sotagum palustre* L. Семейство розоцветных.

Многолетний полукустарничек с длинным ползучим корневищем и деревянеющим красноватым стеблем до 1 м высоты. Листья сверху темно-зеленые, снизу сероватые, непарноперистые, нижние из 5—7 листочков, верхние — тройчатые. Цветки правильные, темно-красные, с 5 лепестками и большим количеством темно-красных тычинок и пестиков. Цветет с мая до августа. Плоды — семянки, голые, зелено-коричневые, сплюснутые.

Распространен в тундровой, лесной и лесостепной зонах по всей Сибири и Дальнему Востоку. Растет по травянистым и моховым болотам, тундрам, займищам, окранным озерам, по берегам стариц и рек.

Содержит дубильные и красящие вещества, флавоноиды, эфирное масло.

В народной медицине водный настой корневищ применяют от поносов, кровотечений и как потогонное средство при гриппозных заболеваниях. Для настоя берут столовую ложку сухой травы и корневищ с корнями, заливают стаканом кипятка, настаивают час, процеживают и принимают по четверти стакана 3—4 раза в день. Измельченную траву прикладывают к ранам для быстрого заживления и к различным опухолям, особенно опухолям желез, геморроидальным шишкам для их рассасывания.

Отвар травы и корневищ употребляют для смазывания десен в целях борьбы с амфодентозом (пиореей).

Растение рекомендуется для дальнейшего изучения. Траву собирают в июне — июле, корневища — в авгу-



сте, сентябре. Сушат в тени. Хранят в картонных коробках или крафтмешках.

Секуринага полукустарниковая, ветвистая. *Securinea suffruticosa* Rehd. Семейство молочайных.

Двудомный кустарник до 3 м высоты, с прямыми тонкими прутьевидными светло-желтыми побегами, очередными кожистыми листьями и мелкими однополыми желтовато-зелеными цветками. Тычиночные цветки собраны пучками в пазухах листьев, пестичные одиночные или расположены по 3—8 штук. Цветет в июне—июле. Плод — приплюснутая округло-лопастная трехгнездная коробочка. Семена созревают в сентябре.

Распространена в Даурии, в верховьях р. Аргунь, в среднем течении Амура, в Бикинском и Вяземском районах Хабаровского края и в южных и западных районах Приморского края. Встречается в Читинской области. Успешно культивируется в ряде совхозов «Лекраспрома» (Молдавия, Украина, Краснодарский край). Растет на песчано-галечных речных отложениях, по сухим склонам и каменистым местам.

Химический состав изучен слабо. Выделен алкалоид секуринин, которым наиболее богаты листья, действующий подобно стрихнину, но слабее и менее токсичный.

В научной медицине применяют нитрат секуринина, назначаемый как тонизирующее средство при астенических состояниях, неврастении с быстрой утомляемостью, ослаблении сердечной деятельности, парезах, вялых параличах, половом бессилии на почве функциональных нервных расстройств, лечении последствий полиомиелита.

*Препараты секуринегги можно принимать лишь под контролем врача.* Передозировка влечет за собой отравление, сходное с отравлением стрихнином. Готовить препараты в домашних условиях не рекомендуется.

Заготовку лекарственного сырья производят в июне—сентябре, срезая листья и неодревесневшие зеленые веточки в фазе бутонизации до созревания плодов.

Запасы естественного сырья незначительны. По данным А. И. Шретера и М. Г. Пименова, в естественных зарослях ежегодно можно собирать до 1 т молодых стеблей с листьями, цветами и плодами.

Сердечник луговой. *Cardamine pratensis* L. Семейство крестоцветных.

Многолетнее травянистое растение с коротким корневищем и прямым стеблем 15—30 см высоты. Листья перистораздельные: прикорневые расположены розеткой, стеблевые короткочерешковые, с ли-

нейно-продолговатыми цельнокрайними листочками. Цветки белые или лиловатые с четырехлепестным венчиком, собраны в кисть на верхушке стебля. Цветет в мае — июне. Хороший медонос. Плоды — линейные стручки.

Распространен в лесной зоне, горнолесном поясе по всей Сибири и Дальнему Востоку, европейской части Союза и в зарубежной Азии — в Корее, Китае, Монголии, Тибете. Растет по сырым берегам речек и озер, на болотистых и поемных лугах, согах, по горным склонам. Особенно часто встречается в Горной Шории, по склонам Кузнецкого Алатау, в Северо-Восточном Алтае.

Химический состав мало изучен. Известно наличие большого количества аскорбиновой кислоты.

Водный настой верхушек стеблей с цветами применяют как противоцинготное, мочегонное, желчегонное и противосудорожное средства. Его пьют при водянке, желтухе, при нервных судорогах и приступах истерии. Для приготовления настоя берут столовую ложку свежей травы, заливают стаканом кипятка, настаивают 2 часа, процеживают и принимают по четверти стакана 3—4 раза в день.

Молодые растения, собранные в мае — первой половине июня, употребляют в пищу как весенний витаминный салат, обладающий приятным, слегка горьковатым вкусом. Листья используют также как приправу для летних супов.

Серпуха обыкновенная, серпуха венценосная. *Serratula coronata* L. Семейство сложноцветных.

Многолетнее травянистое растение с прямостоячим стеблем 50—100 см высоты. Листья очередные, яйцевидные, перистораздельные, с продолговатыми долями. Цветочные корзинки крупные, лилово-пурпуровые, расположены на концах стеблей. Цветет в июле — августе. Медонос. Семянки буроватые, гладкие.

Распространена в южной части лесной и лесостепной зонах Сибири и Дальнего Востока. Растет по лесным, высокотравным, поемным, степным лугам, травянистым склонам, березовым колкам, в сосновых и черневых лесах и по лесным опушкам.

Химический состав мало изучен. Известно, что растение содержит значительное количество аскорбиновой кислоты и следы алкалоидов.

В народной медицине настой травы с цветочными корзинками рекомендуют при малокровии, нервных, сердечных и желудочных заболеваниях, а также при желтухе (2 чайные ложки травы на 1,5 стакана кипятка, настоять 3 часа, процедить и пить по столовой ложке 3 раза в день до еды).



Настоем травы полощут горло при ангине и воспалительных процессах различной этиологии (отсюда одно из народных названий «горлянка»).

Надземную часть растения собирают в фазе цветения и сушат в тени. Хранят в крафтмешках.

Синеголовник плосколистный, синий чертополох, успокойная трава. *Eryngium planum* L. Семейство зонтичных.

Многолетнее травянистое растение с прямым стержневым корнем. На первом году жизни развиваются лишь листовые розетки у основания стебля. Цветет на втором году жизни с июня до октября.

Стебель до 50 см высоты, гладкий, в верхней части разветвленный, сначала беловатый, затем сине-стального цвета. Прикорневые листья цельные, продолговато-овальные, сердцевидные, с косыми шиповидными зубчиками, верхние стеблевые листья сидячие, трех-, пятираздельные, жестковатые. Цветки синие, собраны в яйцевидные головки, расположены щитковидной метелкой на концах ветвей.

Растение встречается в южной части лесной зоны (северная граница ареала проходит через пункты: Тобольск, Колывань, Уртам, Томск), в лесостепной и степной зонах Западной Сибири. Растет около дорог, на поемных и степных лугах, по опушкам березовых колков, сосновых лесостепных (ленточных) боров между кустарниковыми зарослями.

Трава содержит сапонины, таниды и эфирное масло. Клинически подтверждено отхаркивающее действие отвара синеголовника при коклюше и раздражающем кашле.

Широко известно применение настоя и отвара травы в народной медицине как кровоочистительного, отхаркивающего и успокаивающего средств (столовую ложку травы на стакан кипятка). Применяется при хроническом бронхите, раздражающем кашле, коклюше, водянке, камнях в почках, «колотьях», «ломоте», испуге, золотухе и особенно ночных кошмарах и бессоннице. Настой травы вызывает и усиливает менструации, уменьшает и снимает болевые ощущения и воспалительные процессы, обладает антитоксическим действием. При зубной боли отваром полощут рот или смазывают десны водочной настойкой (столовую ложку травы на стакан водки).

Рекомендуется для дальнейшего разностороннего исследования. Заслуживает введения в культуру в районах лесостепной зоны Западной и Средней Сибири. Необходимы природоохранные мероприятия по сохранению в заказниках этого ценного растения.

Собирают траву и соцветия во время цветения, сушат в тени на открытом воздухе или в сараях.

Синюха голубая, синюха лазурная, греческая валериана. *Polemonium coeruleum* L. Семейство синюховых.

Многолетнее травянистое растение с толстым бурым корневищем, густо усаженным корневыми мочками. Стебель прямой, гладкий. Листья очередные, голые, непарноперистые с продолговато-ланцетными листочками. Цветки разной окраски, от голубого до темно-лилового цвета, собраны удлиненной, иногда почти кистевидной метелкой. Цветет в июле — августе. Плод — шаровидная многосеменная коробочка. На первом году жизни растение имеет лишь прикорневую розетку листьев.

Распространена в лесной и лесостепной зоне Сибири до Чукотки включительно: заходит в горы, поднимаясь до верхней границы лесного пояса. Растет по негустым лесам, их опушкам, березовым колкам, берегам рек и лесным лугам. Разводится в культуре.

Корни содержат большое количество (до 20—30%) тритерпеновых сапонинов с высоким гемолитическим индексом, органические кислоты, смолы, жирное и эфирное масла.

На ценность этого растения для медицинской практики впервые обратил внимание М. Н. Варлаков. Синюха изучалась фармакологически сотрудниками ВИЛР (А. Д. Туровой) и в Томском медицинском институте под руководством Н. В. Вершинина. Впервые как отхаркивающее средство она была применена в клиниках Томского медицинского института проф. Д. Д. Яблоковым и А. К. Сибирцевой.

В научной медицине синюха используется как хорошее отхаркивающее средство, вполне заменяющее импортную сенегу и ипекакуану и седативное (успокаивающее), превосходящее в 8—10 раз по силе действия валериану и не вызывающее побочных явлений.

В аптеках продается резаное корневище с корнями. Настой готовят из 6—8 г, а отвар из 3—6 г измельченного сырья на стакан горячей воды, первый настаивают 2 часа, второй кипятят 20—30 минут, остужают, процеживают и принимают по столовой ложке 3—5 раз в день после еды.

Применяется при заболеваниях дыхательных путей, особенно при туберкулезе, хронических бронхитах, бронхопневмонии, коклюше и как успокаивающее при бессоннице. С 1952 г. в смеси с сушеницей введена в практику.



лечения язвенных процессов желудочно-кишечного тракта, возникающих обычно при расстройствах регуляции со стороны нервной системы, и кровавых поносах. Фармацевтическая промышленность выпускает сухие экстракты сушеницы и синюхи в таблетках, которые перед приемом растворяют в воде. В случае приготовления и применения этих препаратов в амбулаторных или домашних условиях рекомендуется соблюдать следующий режим применения препаратов: при язвенной болезни желудка 2 столовые ложки травы сушеницы заливают стаканом кипятка, настаивают 4 часа в закрытой посуде, процеживают и принимают до приема отвара синюхи, за полчаса до еды 3—4 раза в день. Отвар корневищ синюхи принимают по столовой ложке через 2 часа после еды 3—4 раза в день. Курс лечения 3—4 недели. *Лечение язвенной болезни проводят под контролем врача.*

Синюха повышает свертываемость крови и действует успокаивающе на центральную нервную систему. Установлено, что препараты синюхи, применяемые при психических расстройствах, снижают рефлекторную возбудимость. В эксперименте на животных получен хороший эффект при лечении холестеринавого атеросклероза.

В народной медицине синюху применяют наравне с валерианой как успокаивающее средство при бессоннице, испуге, эпилепсии, расстройствах желудочно-кишечного тракта, простудных заболеваниях и т. д.

Корни собирают во время увядания надземных частей растения — в августе и сентябре, отряхивают от земли и быстро промывают в холодной воде, сушат на ветру (даже на солнце) или в хорошо проветриваемом помещении. Сухое сырье пригодно в течение 3 лет.

Синяк обыкновенный, румянка, ранник, *Echium vulgare* L. Семейство бурачниковых.

Двулетнее травянистое жестковолосистое растение с веретенообразным корнем. Стебли прямые, ветвистые, как и листья, покрыты длинными кустистыми волосками, сидящими на белых бугорках. Листья ланцетовидные, цельно-крайние. Цветки в завитках, венчик неправильный, трубчато-воронковидный, сначала розовый, потом синий, тычинки и пестик далеко выдаются вперед. Цветет в июне — августе. Отличный медонос. Дает мед светло-янтарного цвета, с хорошими вкусовыми качествами и приятным ароматом, медленно кристаллизующийся и хорошо сохраняющийся длительное время. Плод — орешек.

Распространен в южной части лесной и в лесостепной зонах Западной Сибири, особенно много в предгорьях Алтая. Как сорняк ра-

стет на паровых полях, на сухих степных склонах, по оврагам, у дорог, по берегам озер (например, Телецкого) и рек (по Оби на север доходит до с. Парбиг).

Все растение ядовито, содержит алкалоиды: циноглоссин — яд, подобный кураре, парализующий нервную систему, консолидин и консолицин — сильные нервные яды, а также алкалоид холин. В стеблях и листьях найдены сапонины. Корень содержит алкалоиды, дает красную краску. В цветках — красные, синие и фиолетовые красящие вещества.

В научной и практической медицине настоек травы используют как отхаркивающее и успокаивающее средство при кашле и особенно коклюше.

В народной медицине применяют главным образом при эпилепсии и как отхаркивающее и успокаивающее кашель средство. Корни употреблялись как «кровоочистительное». Растение обладает кровоостанавливающим действием.

Для приготовления настоя чайную ложку травы заливают стаканом кипятка, настаивают 2—3 часа, процеживают. Принимают по столовой ложке 3 раза в день. *Превышать дозы приема нельзя*, так как возможно отравление.

Растение крайне неприхотливо и заслуживает массового разведения возле пасек.

Сирения стручковая, *Syrinia siliculosa* Andrз. Семейство крестоцветных.

Двулетнее растение, высотой до 80 см, с прямым ветвистым опушенным стеблем. Листья линейные, узкие, нередко почти нитевидные. Цветы желтоватые, в коротких кистях, удлинняющихся во время плодоношения. Цветет в июле — августе. Плоды — короткне стручки (0,5—1,0 см).

Распространена в южной лесостепи и степной зоне Западной Сибири. Растет на песчанистых разностях южных черноземов и каштановых почв, на песчаных дюнах, в разреженных ленточных борах Алтайского края и Семипалатинской области. Запасы сырья сильно уменьшены в результате массовой распашки целинных земель.

В траве сирении обнаружено семь сердечных гликозидов — аллиозид, корхорозид, сирениотоксин, эрихрозид и др., а также флавоновые вещества.

Растение предложено для фармакологического исследования проф. В. В. Ревердатто. Как показали исследования, проведенные проф. Е. М. Думеновой, препара-





Сирения стручковая.

ты сирении обладают строфантиноподобным действием на сердце, что обусловлено сердечными гликозидами.

Химический состав травы сирении изучался в медико-биологическом институте Западно-Сибирского филиала Академии наук СССР В. Г. Минаяевой. Последняя предложила препарат сиренид из травы для лечения сердечной недостаточности и сердечной астмы. Клиническое испытание сиренид прошел в клинике Томского медицинского института, которое показало, что по силе действия он превышает препараты желтушника и менее токсичен.

Собирают траву до и после цветения, так как в фазе цветения активность ниже. Сушат в проветриваемом помещении или на чердаке под железной крышей при температуре 30—40° С.

Скерда сибирская. *Crepis sibirica* L. Семейство сложноцветных.

Многолетнее травянистое растение с толстым корневищем и высоким волосистым стеблем. Листья морщинистые, продолговато-яйцевидные, крупнозубчатые. Цветочные корзинки крупные, цветы ярко-желтые, собраны в щитковидное соцветие. Цветет в июле — августе. Медонос. Семянки с ребрышками.

Распространена в лесной и лесостепной зонах Сибири, заходит в горнолесной пояс, где особенно часто встречается в черневых лесах Салаира, Горной Шории, Алтая. Растет в разреженных хвойных и лиственных лесах, в березовых колках, на лугах, по оврагам, берегам рек, в зарослях кустарников.

Настой травы применяют в народной медицине при желудочных заболеваниях, а измельченную траву применяют наружно в виде припарок при фурункулах и карбункулах. Молодые стебли используют в пищу как витаминный овощ.

Смолевка поникшая, смолянка. *Silene nutans* L. Семейство гвоздичных.

Многолетнее травянистое растение с пушистым и клейким стеблем. Прикорневые листья в розетке лапчатые, стеблевые — ланцетные и даже линейные. Цветки кремово-белые, поникающие, собраны в однобокую метелку. Цветет с мая по август. Плод — овально-копчиковидная коробочка.

Распространена в лесной и лесостепной зонах Сибири. Растет в березовых и сосновых лесах, на опушках, лугах.

Все части растения содержат сапонины.

В народной медицине отвар или настой травы применяют при расстройстве нервной системы, как успокоительное, обезболивающее и антитоксическое средство (2 чайные ложки травы на стакан кипятка, настаивать 2 часа, процедить и принимать по столовой ложке 3 раза в день). Крепкий водный настой (3 чайные ложки травы на стакан кипятка) используют для обмываний и примочек при воспалительных (и даже рожистых) процессах.

Смородина красная, щетинистая, кислица. *Ribes hispidulum* A. Poir. Семейство камнеломковых.

Невысокий ветвистый кустарник с сероватой корой. Листья сердцевидные, пальчатолопастные, снизу волосистые. Цветы зеленовато-белые, собраны в поникающую кисть. Ягода шаровидная, красная, кисло-сладкая. Цветет в мае, плодоносит в июле. Весенний медонос.

Широко распространена в лесной зоне и горнолесном поясе Сибири и Дальнего Востока. Растет во влажных лесах, по берегам рек и болот.

Плоды содержат небольшое количество аскорбиновой кислоты, каротина, флавоноидов, тиамина, рибофлавина, никотиновой, яблочной, янтарной и лимонной кислот, сахара, пектиновые вещества.

Плоды и сок используют в народной медицине для снижения температуры при лихорадочных заболеваниях, регуляции перистальтики кишечника и как легкое слабительное. Сок красной смородины увеличивает выделение пота и мочи и улучшает аппетит. Он обладает также легким слабительным, слегка желчегонным, противоспазматическим и кровоостанавливающим действием (3 столовые ложки ягод заливают стаканом кипятка, настаивают 4 часа, процеживают и принимают по четверти стакана за полчаса до еды 3—4 раза в день). Ягоды пригодны для изготовления витаминного экстракта.

Кислица морозоустойчива и должна привлечь внима-



ние пловодоводов как объект для выведения сортов в северных районах Сибири.

Смородина черная. *Ribus nigrum* L. Семейство камнеломковых.

Невысокий кустарник с длинночерешковыми пальчатолопастными листьями, несущими на нижней поверхности смолистые железки. Цветки собраны поникшими кистями, колокольчатые, красноватые. Цветет в мае. Плод — душистая многосеменная черная ягода. Плоды созревают в июле.

Распространена в лесной и лесостепной зонах Западной, Средней и Восточной Сибири от Урала до Байкала; в горах встречается до южной части альпийского пояса. Растет по берегам рек, стариц, на заливных лугах, около болот, по влажным лесам и их опушкам.

Почки черной смородины содержат эфирное масло, экстрактивные и дубильные вещества. Ягоды — винную, фосфорную, янтарную, лимонную, яблочную, аскорбиновую, салициловую, никотиновую кислоты, сахара (глюкозу и фруктозу), антоциановые и флавоновые вещества Р-витаминного действия, тиамин, рибофлавин, токоферол, микроэлементы марганец, медь, железо, алюминий, летучие фитонциды. Листья богаты аскорбиновой кислотой и фитонцидами. По содержанию аскорбиновой кислоты черная смородина занимает одно из первых мест в растительном мире.

Препараты из сухих и свежих ягод употребляют как противопростудное, аппетитное и противочинготное средства (столовую ложку на стакан кипятка, охладить и выпить 2 стакана напитка за 2—4 приема в течение дня). Сухие листья и ягоды входят в состав витаминных сборов вместе с плодами шиповника либо с листьями малины, брусники и плодами шиповника, взятыми в равных количествах (2 столовые ложки смеси заварить стаканом кипятка, прокипятить 10 минут, настоять в закрытой посуде до охлаждения и пить по полстакана процеженного настоя 2 раза в день, добавив сахар по вкусу).

Смородина используется в диетическом питании больных при обострении желудочно-кишечных заболеваний — в виде киселей, отваров и сока. Свежий сок назначают при язве желудка и двенадцатиперстной кишки, анацидных гастритах. Эффективны и настои свежих листьев и жидкий экстракт растения. Ягодный сок с медом иногда рекомендуют при хрипоте. Ягоды считаются лечебным и профилактическим средством при гипертонии и атеросклерозе.

Н. П. Иойриш (1970) приводит рецепт медового напитка из черной смородины, который обладает антигипертоническим действием: 600 г черной смородины протереть через сито и добавить 5 столовых ложек меда. Принимать небольшими дозами, добавив кусочек пищевого льда или немного газированной воды.

Большую популярность завоевало так называемое свежее варенье из смородины, в котором в течение нескольких месяцев хорошо сохраняются витамины: 1 часть измельченных (пропущенных через мясорубку) ягод смешивают с 2 частями сахарного песка и тщательно закупаживают.

Экспериментально установлено мочегонное и противоревматическое действие настоя листьев, обусловленное, по-видимому, эфирным маслом. Кроме того, в последнее время выяснилось, что листья стимулируют функцию коры надпочечников (Губергриц, Соломченко, 1970).

В народной медицине настои и отвары листьев, ягод и почек используют при различных заболеваниях мочевыводящего пузыря, при простуде, водянке. При ревматизме, подагре и почечнокаменной болезни рекомендуют выпивать по несколько стаканов настоя листьев ежедневно. При ревматическом поражении суставов столовую ложку измельченных листьев заваривают в 2 стаканах кипятка, настаивают 4—6 часов и пьют по полстакана 4—5 раз в день.

Ванны с отваром листьев смородины эффективны при различных сыпях, особенно у детей, и кожных заболеваниях. Свежие ягоды рекомендуют (в больших количествах) людям, страдающим кровоточивостью десен.

Ягоды собирают зрелыми, очищают от плодоножек, слегка провяливают на воздухе и сушат в сушилках или печах при температуре не выше 65°C. Пригодны в течение 2 лет. Листья собирают в фазе цветения смородины, сушат в тени на воздухе. Правильно высушенные листья не теряют окраски и запаха.

Сныть обыкновенная. *Aegopodium podagraria* L. Семейство зонтичных.

Многолетнее травянистое растение со слегка бороздчатым голым или короткоопушенным стеблем до 100 см высоты. Листья влагалищные, нижние дваждытройчатые, верхние — тройчатые, с крупными яйцевидными заостренными пальчатыми листочками. Цветки белые, мелкие, в многолучевых сложных зонтиках. Цветет в июне — июле.





Сныть обыкновенная.

Распространена в лесной и лесостепной зонах Западной Сибири и островами в Восточной Сибири. Растет в негустых лесах и в колках, по их опушкам, лесным лугам и тенистым оврагам.

Химический состав не изучен. Известно, что растение содержит аскорбиновую кислоту.

В народной медицине настои травы пьют при различных поражениях суставов, желудочно-кишечных заболеваниях, сопровождающихся расстройством деятельности пищеварительного тракта, болезнях почек и мочевого пузыря (3 чайные ложки травы заливают 2 стаканами кипятка, настаивают 2 часа и принимают по полстакана 4 раза в день до еды). Прежде растение применялось в научной медицине для лечения подагры, но было заменено более действенными средствами. Свежие измельченные листья прикладывают к больным местам при различных воспалительных процессах как обезболивающее и противовоспалительное.

Молодые неразвернувшиеся листья и листовые черешки используют для приготовления витаминных салатов, все растение может заменить в борщах капусту.

Заслуживает всестороннего изучения.

Солодка гладкая. *Glycyrrhiza glabra* L. и уральская *Glycyrrhiza uralensis* Fisch. Семейство бобовых.

Многолетнее травянистое растение с мощной корневой системой. Корневище дает отвесный, в изломе светло-желтый, внедряющийся на несколько метров простой или маловетвистый стержневой корень. На глубине 30—40 см от корневища отходят в разные стороны горизонтальные подземные побеги длиной 1—2 м, несущие на концах почки, из которых вырастают дочерние растения. Стебли прямостоячие, неветвистые, 40—80 см (иногда до 1,5 м) высотой. Листья очередные, непарноперистые, с продолговато-яйцевидными листочками, покрытыми многочисленными железками. Цветки беловато-фиолето-

вые, мотыльковые, более мелкие у солодки гладкой и крупнее у уральской, собраны кистями. Цветет в июле — августе.

Солодка уральская отличается от солодки голой более скупенными соцветиями, вздутой внизу чашечкой и серповидно-изогнутыми плодами — кожистыми бобами, собранными в плотные клубки.

Первый вид — солодка гладкая — широко распространен в степной и лесостепной зонах европейской части СССР и заходит в Западную Сибирь. Встречается в Курганской и Омской областях, в Северо-Восточном Казахстане. Второй вид — солодка уральская — распространен в лесостепной и степной зонах Западной, Средней и Восточной Сибири. Растет на солонцеватых и степных лугах, по берегам рек и озер.

Корни этих видов солодки содержат приторно-сладкое гликозидоподобное вещество глицирризин, представляющий собой соли глицирризиновой кислоты, относящейся к тритерпеновым сапонинам, 27 флавоноидов, обладающих противоязвенным действием, большое количество глюкозы, сахарозы, крахмала, слизи, камедь, аскорбиновую кислоту, аспарагин, стероиды, эфирное масло, смолы и другие вещества.

В научной медицине экстракт корня солодки сухой и экстракт солодкового корня густой используют для приготовления различных пилюль и таблеток, а сироп корня — для улучшения вкуса микстур. Грудной (лакричный) эликсир, в состав которого входят анисовое масло, аммиак и спирт, назначают как отхаркивающее по 20—40 капель в день (детям количество капель на прием определяется числом их лет).

Порошок корня солодки сложный, включающий листья сенны, плоды фенхеля, серу и сахар, применяют как легкое слабительное, особенно при геморрое. Корень входит в состав многих грудных, мочегонных и слабительных сборов.

В последние годы выявлены многообразные свойства корней солодки. Оказалось, что глицирризиновая кислота близка по строению и свойствам к стероидным гормонам, вырабатываемым корой надпочечников, — кортизону и другим. Поэтому солодка воздействует на водно-солевой обмен, нормализует нарушенный минеральный обмен, оказывает противовоспалительное и антиаллергическое действие, усиливает эффект кортизонотерапии, обладает антидотными свойствами (способностью инактивировать в организме токсические вещества).

Благодаря работам проф. И. А. Муравьева и канд. фарм. наук В. Д. Пономарева были созданы и разреше-



ны к применению в медицинской практике новые препараты солодки, в том числе глицирам, назначаемый при бронхиальной астме, экземах и аллергических дерматитах, обусловленных недостаточной функцией коры надпочечников, препараты для лечения пищевых и различных других отравлений, интоксикаций, вызванных простудными и некоторыми инфекционными заболеваниями.

Для лечения язвенной болезни и гастритов с повышенной кислотностью желудочного сока предложен суммарный флавоноидный препарат ликвиритон. Солодка применяется для комплексного лечения болезни Адисона (туберкулеза надпочечников). Сок солодки добавляют в мази и смеси с антибиотическими веществами для лечения экзем, псориаза, красной волчанки.

Установлено, что солодка обладает противораковым действием (задерживает рост опухоли), а также бактерицидным и протистостатическим.

Солодка принадлежит к старинным средствам народной медицины. О ней есть упоминания в папирусе Эберса, в табличках шумеров, в трудах древнегреческих ученых. Теофраст рекомендовал солодку — «скифский корень глюкею» — при заболеваниях дыхательных путей и астме. Гиппократ и Гален широко использовали солодку в своих лекарственных смесях.

Однако в европейской медицине ценилось прежде всего отхаркивающее, смягчительное и слабительное действие препаратов солодки, поэтому с появлением более действенных отхаркивающих и слабительных средств солодка постепенно была оттеснена в разряд второстепенных лекарственных растений.

В восточной медицине солодка занимала и занимает одно из ведущих мест. Китайские врачи ценят солодку («гань-цао», или «хунчир») почти так же, как и женьшень, считая ее сильным тонизирующим средством женьшенеподобного действия, обеспечивающим долголетие. В тибетской медицине корень солодки входит в состав многих лекарств, в частности предназначенных для лечения туберкулеза, сердечных болезней, нарушений обмена веществ, рака и т. д.

В русской народной медицине отвар корней пьют при кашле различного происхождения, при астме, коклюше (отвар на молоке), порошком корня присыпают опрелости у детей.

При длительном и неумеренном употреблении солодки могут возникнуть нарушения диуреза и отеки. *Противопоказана при гипертонии, сердечной недостаточности, беременности и ожирении.*

В связи с распашкой целинных и залежных земель запасы солодки в Западной Сибири резко уменьшились. Растение чрезвычайно перспективно в медицинском отношении и нуждается в принятии мер к его сохранению и введению в культуру.

Согласно инструкции по сбору и первичной обработке солодкового корня, составленной П. П. Надеждиной (Сб.: «Ресурсы дикорастущих лекарственных растений СССР». Л., изд. «Наука», 1968, стр. 183—185), рациональная эксплуатация зарослей солодки должна включать следующие мероприятия: закрепление за определенными заготовительными организациями всех промышленных зарослей, заготовку корня с помощью тракторной вспашки, строгое чередование использованных зарослей, с повторной заготовкой на том же участке через 6—8 лет, проведение вслед за добычей мер по восстановлению зарослей, включающих боронование и выравнивание вывернутых плугом пластов земли, прикату поверхности катком, организацию полива и др.

Для медицинских целей корни заготавливают осенью или ранней весной, слегка провяливают на воздухе, режут на куски и сушат на солнце, на печах или в теплых помещениях. Готовое сырье должно не гнуться, а ломаться. На складах заготовленный цельный корень хранится в кипах, резаный — в мешках, порошок — в двойных мешках (внутренний бумажный, многослойный); в аптеках — резаный корень хранят в ящиках, порошок в банках.

**Сосенка водяная.** *Hippuris vulgaris* L. Семейство хвостниковых.

Многолетнее водное растение с ползучим корневищем, выпускающим прямые полые стебли до 90 см высоты. Листья мягкие, линейные, подводные отогнуты вниз, сидят по 8—12 в мутовках. Цветки мелкие, зеленые, расположены в пазухах надводных листьев. Цветет в июне — августе. Плод костянокообразный, с твердой косточкой.

Распространена в болотах, реках, озерах, стоячих и медленно текущих водах и по берегам водоемов Западной и Восточной Сибири и Дальнего Востока.

Химический состав не изучен.

В народной медицине водный настой применяют как



вяжущее и противовоспалительное средства при поносах (столовую ложку свежих листьев и стеблей настаивают в стакане кипятка 2 часа и принимают по столовой ложке 3—4 раза в день). Компресс из свежих измельченных листьев прикладывают к ушибленным местам, доброкачественным и злокачественным опухолям кожи.

Собирают стебли с листьями во время цветения.

Сосна обыкновенная, лесная. *Pinus silvestris* L.  
Семейство сосновых.

Хвойное дерево, широко распространенное по всей территории Сибири на песчаных и супесчаных почвах.

Почки содержат смолу, эфирное масло (скипидар), в состав которого входят борнилацетат, пинен, лимонен и другие терпены, свободные спирты; смолистое вещество болеритин, скипидар, горькое вещество пиницикрин, дубильные вещества, много аскорбиновой кислоты, минеральные соли. Хвоя — значительное количество аскорбиновой кислоты, токоферола, каротина и филлохинона, эфирное масло, дубильные и горькие вещества, смолу, микроэлементы — железо, медь, марганец и алюминий, фитонциды.

В медицинской практике широко используют противовоспалительное, противогинготное, дезинфицирующее, отхаркивающее и мочегонное действие препаратов сосны.

Сосновые почки входят в состав мочегонных и грудных сборов. Отвар почек применяют для ингаляций при легочных заболеваниях. Терпентинное эфирное масло (скипидар) используют как местнораздражающее, отвлекающее и антисептическое средство. Применяют наружно в мазях, линиментах, бальзамах и других смесях для растираний при ревматизме, подагре, невралгиях, миозитах, воспалительных заболеваниях легких и дыхательных путей, бронхоэктатической болезни. Иногда его назначают для ингаляции при некоторых заболеваниях бронхов и легких (не более 15 капель на стакан горячей воды).

Скипидар служит сырьем для получения неактивной камфары, используемой как наружное раздражающее средство. *Противопоказан при болезнях почек и печени.* Из скипидара вырабатывают терпингидрат для лечения заболеваний дыхательных путей, главным образом хронических бронхитов.

Очищенная живица — раствор смолы в эфирном масле — иногда используется в составе некоторых пластырей. В последнее время предложена как ранозаживляющее и бактерицидное средство.

Сосновая смола — продукт сухой переработки древесины сосны — входит в состав различных мазей от чесотки, чешуйчатого лишая и других заболеваний кожи и энтомопаразитов.

Хвоя входит в состав различных противогинготных и витаминных настоев и концентратов, в противоастматическую микстуру Траскова. Из сосновой лапки готовят хвойную хлорофилло-каротиновую пасту по рецепту Солдкого, показанную при ожогах, язвах, различных кожных заболеваниях как наружное средство и назначаемую внутрь при язвенной болезни. Препарат хлорофиллин натрия, получаемый из этой пасты, рекомендуют для лечения заболеваний полости рта.

Из хвои добывают эфирное сосновое масло для втираний, сосновую вату для болеутоляющих повязок. Эфирное масло входит в состав пинабина, действующего спазмолитически и бактериостатически, предложенного для лечения почечнокаменной болезни и почечной колики, препаратов, назначаемых для лечения почек (ТЭМ, роватинекс, аннабин).

Древесина сосны (как и ели) служит сырьем для производства бета-ситостерина, назначаемого при атеросклерозе и других заболеваниях с нарушением липидного обмена. Ванны из хвойного концентрата применяют при нервных и сердечно-сосудистых заболеваниях.

В народной медицине отвар из сосновых почек применяют при водянке, бронхитах, воспалении верхних дыхательных путей, желчного пузыря, как «кровоочистительное» при различных заболеваниях кожи, связанных с нарушением обмена веществ, регулирующее менструации (при чрезмерных кровотечениях), рахите, камнях и песке в почках и мочевом пузыре и т. д.

В домашних условиях можно приготовить микстуру, рекомендуемую болгарскими врачами: 50 г почек залить 2 стаканами кипятка, настоять 2 часа в теплом месте, процедить, добавить 500 г сахара и сварить сироп, либо в процеженный настой положить 50 г меда и пить по 5—6 ложек в день. Особенно удобен для лечения детей.



Для лечебных ванн при ревматизме и кожных заболеваниях берут 500 г почек и кипятят с 5 л воды. Отвар разбавляют водой.

Смолу рекомендуют как отхаркивающее средство (по 5—6 зерен 2 раза в день). Сильно измельченную хвою используют в качестве болеутоляющей повязки при подагрических и ревматических болях, прикрывая сверху слоем ваты.

Почки собирают ранней весной, когда они только начали набухать, но не успели распуститься. В это время они наиболее смолисты и ароматны. Самое высокое содержание аскорбиновой кислоты в хвое приходится на холодный период года. Хвою можно хранить на холоде до 2 месяцев. В теплом помещении уже через 5—10 дней содержание аскорбиновой кислоты резко снижается.

**Соссюрея.** Семейство сложноцветных.

**Соссюрея двухцветная, горькуша двухцветная.** *Saussurea discolor* DC.

Многолетнее травянистое растение до 100 см высоты. Корневище толстое, горизонтальное, стебли прямые, неветвистые. Прикорневые листья на черешках, стеблевые — почти сидячие, продолговатые, с сердцевидным основанием и заостренной верхушкой, мелкозубчатые. Цветочные корзинки собраны в плотное щитковидное соцветие. Цветки темно-фиолетовые. Цветет в июне — июле.

Распространена в Средней и Восточной Сибири. Растет в горных лесах, на лугах, на известковых склонах.

В народной медицине отвар из надземных частей растения пьют при глаукоме, легочных болезнях и как кровоостанавливающее средство (Телятьев, 1969).

**Соссюрея иволистная, голубушка.** *Saussurea salicifolia* DC.

Растение с деревянистым толстым (до 3 см в диаметре) корнем и расщепляющейся на волокна корой. Стебли многочисленные, паутинисто-пушистые или войлочные, до 60 см высотой. Листья цельнокрайние, сверху зеленые с точечными железками, снизу беловаточные, почти ланцетовидные, нижние на коротких черешках, верхние — сидячие. Цветки фиолетово-розовые. Цветет в июне — июле. Плод — буроватая семянка с длинной летучкой.

Распространена в степной зоне и горных долинных степях Западной, Средней и Восточной Сибири — в Кулунде, на Алтае, в Минусинской котловине, Тувинской АССР, Иркутской и Забайкальских островных степях. Встречается в Монголии и Китае. Растет на пустынных каменистых щебнистых склонах, на степных и альпийских лугах, скалах.

В растении найдены алкалоиды, органические кислоты, дубильные вещества, эфирное масло, сахара, калий, магний, железо, алюминий, кобальт, медь и цинк.

Исследования, проведенные в Томском медицинском институте, показали, что соссюрея — действенное средство против лямблиозного холецистита (столовую ложку измельченной травы на стакан кипятка, настаивают час и принимают по столовой ложке 3 раза в день). По исследованиям В. Е. Федотовой (1964), наиболее эффективным для лечения различных форм лямблиоза оказался экстракт голубушки на 70° спирте.

В народной медицине настой травы применяют против малярии, желудочных заболеваний, для возбуждения аппетита.

Собирают траву во время цветения, сушат в тени, хранят в крафтмешках.

Соссюрея спорная. *Saussurea controversa* DC.

Многолетнее травянистое растение с фиолетово-коричневым опушенным стеблем 25—100 см высоты. Листья яйцевидные, сверху зеленые, снизу беловолочные, зубчатые. Цветочные корзинки мелкие до 1 см ширины, собраны в небольшой плотный щиток. Цветы лилово-фиолетовые. Цветет в июле — августе.

Распространена в лесной, лесостепной и отчасти степной зонах и горнолесном поясе по всей Сибири. Растет в березовых, сосновых и лиственничных лесах, на лесистых склонах гор, суходольных лугах.

Химический состав не изучен.

По исследованиям ВИЛР (Ворошилов, 1941), настой и отвар корней обладают кровоостанавливающим действием. В народной медицине водный настой корней пьют от головной боли и как маточное кровоостанавливающее средство.

Соссюрея широколистная, белковка. *Saussurea latifolia* Ledeb.

Многолетнее травянистое растение с ползучим узловатым корневищем и прямым стеблем 35—150 см высоты. Листья яйцевидные или эллиптические, заостренные, с пильчато-зубчатыми краями. Цветочные корзинки мелкие, собраны в плотный щиток. Цветки лилово-фиолетовые. Цветет в июле и августе. Является важным медоносом в высокогорьях (на «белках», откуда и произошло второе название растения). Семянки гладкие, в 2 раза короче летучек.

Распространена в горных районах Западной и Средней Сибири. Особенно много в верхней части горнолесного, субальпийского, альпийского и гольцового поясов вблизи вершин — «таскылов» и «белков». Часто встречается в горах Кузнецкого Алатау, Салаира, Горной Шории, Алтая, Саян, Ганну-Ола.



Растет по разреженным пихтовым, кедровым и смешанным лесам, на лесных луговинах, на альпийских и субальпийских лугах, по мохово-лишайниковым и горным тундрам.

По данным ВИЛР, отвар корней (4 столовых ложки измельченных корней на стакан кипятка) и водный настой из надземной части растения (столовую ложку травы на стакан кипятка) обладают кровоостанавливающим действием.

Заготавливают надземную часть растения во время цветения; корни — в сентябре.

Сочевичник весенний, чина весенняя. *Orobus vernus* L. Семейство бобовых.

Многолетнее ядовитое травянистое растение с длинным ползучим корневищем и прямым ребристым голым стеблем 25—50 см высоты. Листья парноперистые, оканчивающиеся небольшими линейными отростками, с 2—3 парами яйцевидных или эллиптических заостренных листочков. Цветки пурпурово- или синевато-фиолетовые, при отцветании и сушке становятся голубыми, собраны по 3—10 в поникающие, рыхлые кисти. Цветет в мае — первой половине июня. Бобы линейные, голые.

Распространен в лесной и лесостепной зонах Западной, Средней и, частично, Восточной Сибири (между Вилюйском и Якутском). Растет в травянистых сосновых борах, березово-осиновых лесах и кустарниковых зарослях.

Химический состав изучен слабо. Известно, что трава содержит алкалоиды, флавоноиды, аскорбиновую кислоту, каротин, горькие вещества.

В народной медицине подмечено сердечно-сосудистое, обезболивающее и ранозаживляющее действие сочевичника. Настой травы принимают при болях в области сердца (чайную ложку травы настаивают 2 часа в 2 стаканах кипятка и пьют по столовой ложке 3 раза в день). Настоем полощут горло и рот при воспалительных процессах, обмывают гнойные раны и язвы. Примочки и измельченные листья прикладывают к ранам и лечат «ноготеды» пальцев.

Применение внутрь требует осторожности.

Собирают траву во время цветения, сушат в тени.

С п а р ж а о б ы к н о в е н н а я, аптечная, лекарственная. *Asparagus officinalis* L. Семейство лилейных.

Двудольное травянистое многолетнее растение с толстым коротким корневищем, образующим ряд подземных вертикальных мяси-

стых побегов, с прямым, довольно тонким зеленым стеблем до 150 см высоты, с отходящими под острым углом боковыми ветвями. В пазухах мелких, чешуевидных, треугольных листьев сидят пучки мягких, игловидных, зеленых веточек. Мужские цветки немного крупнее женских, с 6 тычинками. Женские цветки мелкие, желтовато-зеленые, на поникающих цветоножках. Цветет с мая до половины июля. Плод — шаровидная ярко-красная ягода.

Распространена на юге лесной, в лесостепной и степной зонах Западной и Средней Сибири на степных и поемных лугах и в зарослях степных кустарников.

Спаржа содержит жиры, сахара, немного каротина, азотосодержащие вещества, из которых преобладает аспарагин, сапонин, гликозид кониферин, хелидоновую и аскорбиновую кислоты, следы алкалоидов и другие вещества.

Лечебное действие спаржи связано, вероятно, с наличием аспарагина. Экспериментально доказано, что аспарагин при внутривенном введении усиливает сокращение и замедляет ритм сердца, снижает кровяное давление, расширяет периферические сосуды, повышает мочеотделение и улучшает функцию печени.

В народной медицине отвар корневищ с корнями и мелкими зелеными веточками — филокладиями — пьют при водянке, воспалении мочевых путей, затрудненном мочеиспускании, почечнокаменной болезни, песке в мочевом пузыре, болезнях почек, печени, желчного пузыря, сахарном диабете, сильных сердцебиениях и эпилепсии, золотухе (2—3 чайные ложки измельченного сырья на стакан кипятка, настаивают 2 часа и пьют по 1—2 столовые ложки 3 раза в день).

Водный настой семян принимают при половом бессилии и дизентерии. Саратовский врач Н. Г. Ковалева получила хорошие результаты при лечении острых и хронических нефритов с достаточной функцией почек, а также заболеваний почечных лоханок и мочевого пузыря составом трав, включающим спаржу (Губергриц, Соломченко, 1971).

Молодые побеги съедобны в вареном с маслом виде или консервированными. Плоды используют как заменитель кофе.

Корневища с корнями собирают ранней весной или осенью, траву — весной.

Спирея иволистная, таволга иволистная. *Spiraea salicifolia* L. Семейство розоцветных.



Кустарник с коричневыми ветвями 1—3 м высоты. Листья эллиптически-ланцетовидные, острые, с пильчато-зубчатыми краями. Цветки розовые, собраны на концах ветвей в густую метелку. Цветет во второй половине июня и в июле. Плод — голая листовка с отогнутым наружу столбиком.

Распространена в лесной зоне Западной и Восточной Сибири. Растет по сограм и уремам, поемным лугам и берегам рек.

Растение содержит дубильные вещества, флавоноиды, аскорбиновую кислоту.

В народной медицине водный отвар цветущих ветвей применяют при расстройстве деятельности желудочно-кишечного тракта (чайную ложку сухих олиственных побегов на стакан кипятка, настаивают час и пьют по столовой ложке 3—4 раза в день). Молодые листья идут для приготовления витаминных салатов (Телятьев, 1969).

Спорынья, маточные рожки. *Claviceps purpurea* Tul. Класс сумчатых грибов.



Спорынья.

Гриб-паразит, поражающий завязь цветущих злаков, чаще всего ржи. На больных растениях вместо зерновок появляются темно-фиолетовые рожки (склероции) — плотные сплетения грибницы — гифов гриба, длиной 1—3 см. Это трехгранные, суженные к концам и несколько искривленные рожки с тремя бороздками; в изломе белые или желтовато-белые с узкой бледно-фиолетовой каймой по краю, неприятные на вкус, со слабым грибным запахом. При созревании попадают на землю, зимуют в почве, а весной прорастают головчатыми образованиями на ножках (stromami), на которых развиваются плодовые тела со спорами. Созревающие споры распространяются ветром. Появляется на злаках в конце июня — начале июля. Культивируется как лекарственное растение.

Грибок сильно ядовит и при попадании в пищу вызывает «злые корчи», при длительном употреблении хлеба с примесью спорыньи в дореволюционное время возникало тяжелое заболевание — эрготизм в гангренозной или конвульсивной форме. Отравлялись им и животные.

Рожки спорыньи содержат большое

количество алкалоидов (свыше 40), главные из которых эргометрин, эрготамин, эрготоксин, амины — продукты распада белковых веществ (холин, беатин и др.), жирное масло, молочную кислоту, сахаристые и красящие вещества, стерины.

Препараты, содержащие алкалоиды спорыньи, широко применяются в акушерско-гинекологической практике как кровоостанавливающие и родовспомогательные средства. Они вызывают длительное и сильное сокращение мускулатуры матки. Наиболее активным маточным действием обладает эрготамин, назначаемый внутрь по 10—15 капель при маточных кровотечениях, атонии матки, неполном аборте, мигрени. *Препараты спорыньи (эрготамин, эрготал, этаносульфонат эрготоксина, экстракты и настои и т. д.) можно применять только по назначению и под контролем врача.*

При гидрировании алкалоиды спорыньи теряют токсичность и приобретают сосудорасширяющее и гипотензивное действие. Поэтому их (дигидроэрготамин, дигидроэрготоксин) используют для лечения гипертонии и заболеваний, сопровождающихся нарушением кровообращения, мигрени, при коронарораспаде, опоясывающем лишае и некоторых психических заболеваниях. Они входят также в состав комплексных препаратов, назначаемых от головной боли различного происхождения, при климактерических неврозах, гипертиреозе, легкой возбудимости, бессоннице.

Собирают рожки во время созревания ржи, осторожно отделяя от колоса, и сушат в теплом месте при температуре не более 50° С или в хорошо проветриваемом помещении.

**Спорыш**, птичья гречиха, горец птичий. *Polygonum aviculare* L. Семейство гречишных.

Однолетнее травянистое растение с ветвистыми лежачими и узловатыми тонкими стеблями, имеющими при основании листьев перепончатую трубочку. Листья мелкие, округло-эллиптические. Цветки мелкие, зеленовато-белые, по краю красноватые или розоватые, по 3—5 в пазухах листьев. Цветет в июне — августе. Плод — трехгранная семянка.

Широко распространенный сорняк. Растет у дорог и жилья, на полях и огородах, по берегам рек и на лугах.

Растение содержит флавоновые гликозиды, важнейший из которых авикулярин, расщепляющийся на кверцетин и арабинозу, немного дубильных веществ, крем-



пиевой кислоты, следы эфирного масла, алкалоидов, каротина и фаллохинона, значительное количество микроэлементов — железа, меди, ванадия, кальция, магния и особенно серебра. В корнях обнаружены оксиметилантрахиноны.

Экстракт из травы — авикулярен — применяется в гинекологической и акушерской практике как средство, усиливающее сокращения матки, особенно при недостаточном обратном развитии матки в послеродовой период, при маточных и различных кровотечениях. Установлено, что препараты спорыша повышают скорость свертывания крови, снижают кровяное давление, тонизируют мускулатуру матки, увеличивают мочеотделение, а также амплитуду дыхательных движений и вентиляционный объем легких (Телятьев, 1969).

Спорыш применяют при болезнях почек и мочевого пузыря, язвенной болезни, коклюше и туберкулезе легких. В последнем случае полагают, что растворимая кремнекислота укрепляет ткани легких.

В народной медицине водный настой спорыша пьют при туберкулезе, различных простудных заболеваниях органов дыхания, лихорадке, болезнях печени и желчного пузыря, при общем недомогании и различных кровотечениях, иногда как вяжущее при дизентерии. Считается действенным средством для удаления камней из желчного и мочевого пузыря (столовую ложку травы на стакан кипятка, настаивают час и пьют по столовой ложке 2—3 раза в день).

Настой травы применяют как противоопухолевое средство, а также для лечения болезней, связанных с нарушением обмена веществ, в том числе и ожирения. Отвар травы (чайную ложку на 1,5 стакана кипятка, настаивают 2 часа и пьют по полстакана 3 раза в день) рекомендуют при нервном истощении и как укрепляющее после тяжелой болезни и в пожилом возрасте.

Наружно используют как ранозаживляющее средство, соком травы лечат свежие раны. В отваре травы парят ноги при различных травмах.

Спорыш высоко ценится восточной медициной, особенно как тонизирующее в старческом возрасте. Применяется как жаропонижающее, противовоспалительное, антигельминтное, желудочное средство и для лечения кожных заболеваний.

Траву лучше всего собирать в июле, перед цветением. Сушат в тени или в проветриваемом помещении.

Стеллера карликовая. *Stellera chamaejasme* L. Семейство волчниковых.

Многолетнее травянистое растение с толстым ветвистым корнем. Стебли многочисленные, неветвистые, густо облиственные. Листья продолговато-эллиптические или ланцетовидные, почти сидячие. Цветки мелкие, белые, скучены в головки на концах стеблей. Цветет в июне — июле. Плоды — грушевидные бурые орешки.

Широко распространенное в южной части Восточной Сибири, особенно в Забайкалье, растение. В Читинской области имеются значительные запасы.

Химический состав изучен недостаточно. Листья и корни содержат смолистые вещества, органические кислоты и антрагликозиды.

Клиническими исследованиями установлено, что настой и экстракт травы обладает слабительным действием. Назначают по 1—2 столовые ложки настоя, приготовленного из 5—8 г сухих листьев на полстакана воды. Эффект наступает через 5—6 часов. Разрешено к применению в медицинской практике.

В народной медицине используют слабительное и глистогонное действие настоев и отваров, в тибетской — применяется как желудочное и общеукрепляющее средство.

Листья стеллеры заготавливают в июле — августе и сушат в тени.

Сусак зонтичный. *Butomus umbellatus* L. Семейство сусаковых.

Многолетнее водное растение с толстым ползучим корневищем и многочисленными длинными корневыми мочками. Стебель цилиндрический, безлистный, до 130 см высоты. Листья прикорневые, линейные, трехгранные в нижней части, желобчатые, выходят из корневища. Цветки бледно-розовые, собраны в зонтик на верхушке стебля. Цветет в июне — июле. Плоды — сборные листовки.

Распространен в южной части лесной и в лесостепной зонах Сибири и Дальнего Востока. Растет по берегам рек, стариц, прудов и на луговых болотах.

Корневища содержат большое количество крахмала, сахара и камеди (до 50%), жир и белки (около 13%), то есть по составу приближаются к ржаной муке.

В народной медицине отвар корневищ принимают как слабительное, мочегонное, противолихорадочное и маточное средства. Наружно измельченные корневища исполь-



зуют как мягчительное при инфильтратах, образовавшихся в результате воспалительных процессов. Соком листьев лечат лишай и белые пятна (Махлаюк, 1967).

В Якутии корневища нередко используют в пищу. Собирают для лечебного применения поздней осенью, когда они наиболее богаты активно действующими веществами.

Сушеница болотная, жабник, порезная трава. *Gnaphalium uliginosum* L. Семейство сложноцветных.

Мелкое однолетнее растение со слабовеетвистым тонким корнем и ветвистым стеблем высотой до 20 см. Листья линейно-продолговатые, очередные, на концах притупленные, к основанию суженные. Цветки мелкие, трубчатые, светло-желтые, с хохолком. Цветет с июня до августа. Все растение беловатойлочное благодаря обилию волосков. Плод — продолговатая семянка с хохолком, созревает в июле — августе.

Распространена в лесной, лесостепной и степной зонах Сибири, на Дальнем Востоке, включая Камчатку и Сахалин. Растет по сырым местам, берегам рек, на высыхающих болотах и как сорняк на посевах.

Содержит дубильные вещества, смолы, фитостерин, следы алкалоида гнафалина, тиамин, аскорбиновую кислоту, каротин, эфирное масло, микроэлементы — железо, медь, алюминий, марганец, хром.

Официальной медициной признана в 1935 г. Трава сушеницы включена в Государственную фармакопею X издания. Препараты сушеницы обладают свойством расширять кровеносные сосуды, умеренно снижать кровяное давление и ослаблять тонус гладкой мускулатуры, способствуют заживлению ран, язв, эрозий, стимулируют грануляцию и эпителизацию поврежденных тканей, усиливают перистальтику кишечника, улучшают обмен веществ и повышают сопротивляемость организма неблагоприятным воздействиям среды.

Настои, настойку и экстракт сушеницы применяют при легких формах гипертонической болезни, неврозах сердца с умеренной гипертонией, неврозах желудка, кишечника и желчного пузыря. Одновременно с приемом внутрь иногда при гипертонии и спонтанной гангрене назначают ножные ванны с настоем травы.

Таблетки из сушеницы или водные настои травы вместе с отваром корня синюхи голубой применяют для лечения язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной

кишки. Курс лечения может проводить только врач. Длится он около месяца.

При гастритах с повышенной кислотностью желудочного сока и язвенной болезни применяют сбор (из травы сушеницы и зверобоя — по 40 г), травы золототысячника, спорыша, чистотела и листьев шалфея (по 20 г), цветов тысячелистника (15 г), листьев мяты перечной и корневищ аира (по 10 г), семян тмина (6 г). 40 г сбора (6 столовых ложек) настаивают в 1 л кипятка 12 часов, процеживают и пьют по полстакана 3—4 раза в день через час после еды в течение 1—2 месяцев и более (Губергриц, Соломченко, 1971).

Отвар и экстракт сушеницы используют в гинекологической практике при эрозиях и язвах шейки матки. Ранозаживляющее действие сушеницы наиболее сильно проявляется в масляных извлечениях из ее травы, которые применяют для лечения трудно заживающих ран, язв, ожогов, нарывов, эрозий шейки матки, поражений кожи рентгеновскими лучами (Минаева, 1971) и пендинской язвы.

Старинное средство народной медицины, рекомендуемое для лечения различных заболеваний, иногда без достаточных обоснований. Считается одним из лучших средств при астме — «грудной жабе» (отсюда народное название «жабья трава»). Рекомендуют при маточных, кишечных и наружных кровотечениях, туберкулезе, шиге, желудочных и нервных болезнях, учащенном сердцебиении, головной боли, поносе и белях (столовую ложку травы настаивают полчаса в стакане кипятка и пьют по 1—2 столовые ложки 3 раза в день до еды).

Порошком из сухой травы посыпают пораженные участки кожи при мокнущей экземе, выпадении геморроидальных кровоточащих узлов, язвы, нарывы, свищи. Используют также компрессы, обмывания и тампоны, смоченные настоем травы. Наиболее ценится мазь из порошка травы, растертого со сливочным маслом и медом или с вазелином.

10%-ную спиртовую настойку пьют при кавернозном туберкулезе и абсцессах легких (по полчайной ложке 3 раза в день за полчаса до еды). Сушеницу рекомендуют и при раковых заболеваниях (противораковая активность травы не установлена).

Траву заготавливают во время цветения, сушат на от-



крытом воздухе в тени или в сушилках при температуре не выше 30—40° С.

**Сфагнум, торфяной мох.** *Sphagnum*. Семейство сфагновых мхов.

Многолетнее споровое растение, лишенное корней. Образует сплошной, толстый, мягкий, рыхлый ковер светло-зеленого цвета. Дерновины состоят из бесчисленного множества экземпляров, которые нарастают верхушками из года в год, а в нижней части отмирают, накапливая слой бурого торфа.

Стебель тонкий, невысокий, усаженный с самого низа узкими, обращенными во все стороны мелкими, перепончатыми шиловидными листьями.

Широко распространен в полярно-арктической, тундровой, лесотундровой и лесной зонах Сибири. Растет на торфяных верховых болотах, нередко сплошным ковром, в северных лесах.

Растение содержит тритерпеновые соединения, фенолоподобное вещество сфагнол, препятствующее загниванию, сахара, смолы, пектиновые и другие вещества.

В медицине применяется как гигроскопический и перевязочный материал, который в экстренных случаях можно использовать без стерилизации.

В качестве перевязочного средства известен с XI века. Научную оценку получил лишь в настоящее время в связи с выявлением его бактерицидных свойств. Всаивающая способность, связанная с особым строением листьев, примерно в 4 раза сильнее гигроскопической ваты: воздушносухой мох впитывает на 1 часть мха около 20 частей воды.

Заготавливают в течение лета светло-зеленую верхнюю половину растения, отжимают и сушат на воздухе на подстилке.

**Сферофиза солонцовая.** *Sphaerophysae salsula* DC. Семейство бобовых.

Многолетнее ядовитое травянистое растение с коротким вертикальным корневищем, переходящим в длинный стержневой корень, и подземными горизонтальными побегами, развивающими новые растения, образующие заросли. Стебли прямостоячие до 1 м высоты,верху прижатопушистые, несут очередные сложные непарноперистые листья, состоящие из 13—25 листочков. Стебли и листья серовато-зеленые. Цветки красные, мотыльковые, собраны в рыхлые кисти по 5—12 штук на длинных цветоносах, выходящих из пазух листьев. Цветет в мае — июле. Плод — овальный боб.

Распространена в степной зоне Южной Сибири — Прииртышских районах и Алейской степи в Западной Сибири, в Туве и в Забайкалье. Растет на мокрых солонцах, засоленных песках, в сухих предгорных степях.

Трава содержит алкалоид сферофизин.

Препарат в виде бензойнокислой соли (бензоат сферофизина) испытан при лечении гипертонии. Это сильное симптоматическое средство, постепенно снижающее кровяное давление при гипертонической болезни I стадии. При II стадии он менее эффективен. Кроме того, сферофизин действует подобно алкалоидам спорыньи, вызывает повышение тонуса и сокращение мускулатуры матки и ввиду отсутствия кумуляции имеет явные преимущества перед препаратами спорыньи. Его применяют при слабой родовой деятельности, при кровотечениях в послеродовом периоде и как средство, ускоряющее послеродовое сокращение матки. Как маточное средство его назначают также роженицам, страдающим атеросклерозом и гипертонией, когда противопоказан питуитрин.

*Внутреннее применение сферофизы требует большой осторожности.*

В народной медицине применяют настой травы как кровоостанавливающее средство.

Собирают надземную часть растения во время цветения или вскоре после отцветания, сушат быстро в тени и отправляют для переработки на алкалоидные заводы.

Термопсис ланцетный, пьяная трава, мышатник. *Thermopsis lanceolata* R. Br. Семейство бобовых.

Многолетнее ядовитое травянистое растение с неприятным запахом. Корневище длинное, ветвистое, ползучее, почти горизонтальное, от которого отходят слегка бороздчатые надземные стебли до 30 см высоты, сероватые от покрывающих их волосков. Листья тройчатые, на коротких черешках, серовато-зеленые, на верхней стороне гладкие, снизу волосистые. Цветки желтые, крупные, собраны в кистевидное соцветие в пазухах верхушечных листьев. Цветет в июне — июле. Плоды — плоские, дугообразно согнутые бобы. Семена почковидные, гладкие, блестящие, созревают в августе — сентябре.

Распространен в степной зоне Южной Сибири. Растет по черноземным, низинным солонцеватым или песчаным местам. Особенно значительные запасы в Бурятии и в Агинских степях в Читинской области.

Трава содержит ядовитые алкалоиды, из которых главные термопсин, гомотермопсин, пахикарпин, метилцитизин, сапонины, аскорбиновую кислоту, слизи, дубильные вещества, следы эфирного масла. В семенах найден алкалоид цитизин.

В научной медицине препараты термопсиса применя-



ют как эффективное отхаркивающее средство в виде настоев, порошка и сухого экстракта, частично заменяющего препараты ипекакуаны. Входит в состав таблеток из кодеина — травы термопсиса, корня солодки и натрия гидрокарбоната. В больших дозах вызывает рвоту.

Растение оказывает сложное действие на организм. Цитизин и в меньшей мере метилцитизин возбуждают дыхание и повышают артериальное давление; пахикарпин оказывает угнетающее влияние на узлы вегетативного отдела нервной системы.

Цититон — 0.15%-ный раствор цитизина — применяют при рефлекторных остановках дыхания в результате травм и во время хирургических вмешательств, при ослаблении дыхательной и сердечно-сосудистой деятельности, при различных интоксикациях, шоке, асфиксии новорожденных. В Болгарии выпускаются таблетки табекс для облегчения отвыкания от курения, содержащие цитизин.

Пахикарпин нашел широкое применение в гинекологической и акушерской практике в связи с тонизирующим действием на матку, для лечения эндартериита, вегетативных неврозов и других заболеваний.

*Препараты термопсиса можно применять только по назначению и под контролем врача, так как при ряде заболеваний они противопоказаны.*

В народной медицине траву термопсиса используют при головной боли, простудных заболеваниях, гриппе, лихорадке, атонии кишечника и как глистогонное.

Порошок травы обладает инсектицидным действием.

Для лечебных целей траву собирают в период цветения, срезая стебли на 3—4 см выше шейки корня, сушат в хорошо проветриваемом помещении, под навесом, на чердаках. Семена собирают в сентябре — октябре, обрывая бобы, быстро сушат и обмолачивают. При сборе следует не забывать, что растение ядовито.

Тмин обыкновенный, дикий анис. *Сагит сагви* L. Семейство зонтичных.

Двулетнее травянистое растение с стержневым или веретеновидным корнем. Стебель бороздчатый, прямой, ветвистый, полый, до 80 см высоты. Листья очередные, влагалищные, перистые, нижние на черешках, верхние сидячие. Цветки мелкие, белые или розоватые, в сложных зонтиках. Цветет в мае — июне. Плод — продолговатая яйцевидная двусемянка с сильным ароматом и горьким пряным вкусом.

Распространен в лесной и лесостепной зонах Сибири, включая Камчатку. Растет на суходольных, солонцеватых лугах, в разреженных хвойных и березовых лесах, в березовых колках, около жилья и дорог.

Плоды содержат ароматное эфирное масло, в состав которого входят карвон, лимонен и другие вещества, немало дубильных веществ, белки, жирное масло, смолы и флавоноиды кверцетин и кемпферол. Из травы выделены флавоноиды.

В научной медицине плоды применяются как средство, тонизирующее кишечник, усиливающее отделение желчи и деятельность пищеварительных желез, снижающее процессы гниения и брожения в кишечнике.

Входят в ветрогонные, желудочные, слабительные и успокоительные сборы, назначаемые при метеоризме, атонии кишечника, желудочных и кишечных коликах, поносах, энтеритах.

В народной медицине плоды тмина применяют при расстройствах кишечника, болезнях желчного пузыря, воспалительных процессах в бронхах и легких (1—2 чайных ложки плодов настаивают 2 часа в стакане кипятка, пьют по четверти стакана 3 раза в день за 20 минут до еды. Детям — по чайной ложке). Для возбуждения аппетита рекомендуют за час до еды съесть небольшое количество плодов (на кончике ножа).

Хлеб с тмином или сметана с тмином, прокипяченная в течение 5 минут, считаются молокогонным средством. В отваре семян и травы купают слабых детей.

Собирают плодоносящие веточки рано утром или ве-



Тмин обыкновенный.



чером, когда они меньше осыпаются, развешивают в пучках на чердаке, подстелив под ними подстилку для сбора осыпавшихся плодов. Плоды годны 3 года.

Толокнянка, медвежье ушко. *Arctostaphylos uva-ursi* Adans. Семейство вересковых.

Мелкий, приземистый вечнозеленый стелющийся кустарничек. Листья кожистые, продолговатые, обратнойцевидные, сверху темно-зеленые, снизу светло-зеленые, блестящие. Цветки мелкие, розоватые, собраны в поникающие верхушечные кисти. Цветет в мае — июне. Плоды — красные мучистые костянки.

Распространена в лесной зоне Сибири и северной части Дальнего Востока. Растет в сухих сосновых борах, реже в лиственных лесах.

Листья содержат гликозид арбутин, распадающийся на глюкозу и гидрохинон, до 35% дубильных веществ, органические кислоты, флавоноиды, микроэлементы алюминий, медь, барий, серебро, свинец и т. д.



Толокнянка.

а) лист толокнянки; б) лист брусники.

В научной медицине листья толокнянки издавна применяют как мочегонное и дезинфицирующее средство при воспалении мочевого пузыря и мочевых путей. Лечебное действие обусловлено, очевидно, гидрохиноном.



Солодка гладкая





Сушеница болотная



Термопсис ланцетный





Цикорий



Цмин





Чабрец



Черемша (колба)



Такой же вывод можно сделать о лекарственных растениях Сибири. Несмотря на крупные успехи в их изучении, особенно в последние годы, большое количество видов остается неизвестным научной медицине. Можно предполагать, по аналогии с открытыми и изученными, что среди неизвестных имеются потенциальные лечебные средства, которые могут быть использованы для лечения многих тяжелых заболеваний.

Задачи ботаники, фармакологии и фармакогнозии четко определил член-корреспондент Академии наук СССР А. А. Федоров<sup>1</sup>. Они включают в себя: определение всего ассортимента (спектра) лекарственных растений, необходимых для современной медицинской науки и фармацевтической промышленности, изучение их в природе и в культуре, выделение наиболее ценных биологически активных соединений, разработку новых методов изучения растительного сырья и его стандартизацию, охрану полезных растений в природе и разработку научных основ их пользования.

Это, так сказать, генеральная линия познания и включения в научную медицину новых ценных лекарственных препаратов из растительного сырья. Но осуществить сплошное обследование всех высших цветковых и низших растений — задача многих коллективов и нескольких поколений. Она в известной мере облегчается изучением опыта народной медицины как отечественной, так и традиционной индийской, китайской и тибетской.

Тибетская медицина, тесно связанная с китайскими и индийскими традиционными медицинскими представлениями, содержит значительное количество самобытных рецептов и наставлений, большинство которых (свыше 500) уже упоминаются в древней медицинской энциклопедии «Джуд-ши» («Сущность целебного»), датированной VIII—IX вв. Изучением «Джуд-ши» сейчас занимается специальная лаборатория Бурятского филиала Сибирского отделения Академии наук СССР.

Сведения о тибетских лекарственных средствах есть в работах врача П. В. Кириллова, монголоведа А. М. Позднеева, тибетского врача П. А. Бадмаева<sup>2</sup>, фар-

<sup>1</sup> А. А. Федоров. Растительные ресурсы СССР для хозяйства и медицины. «Растительные ресурсы», вып. I, т. I, 1965.

<sup>2</sup> «Главное руководство о врачебной науке Тибета Жуд-ши в новом переводе П. А. Бадмаева». СПб, 1903.



Чистотел большой



Отвар готовят из расчета столовую ложку на стакан воды и пьют по столовой ложке 3 раза в день. Толокнянка входит в состав мочегонных сборов. Препарат неувен, изготовлявшийся из листьев, освобожденных от дубильных веществ, назначали при заболеваниях почечных лоханок и мочевого пузыря.

В народной медицине настой листьев применяют при болезнях почек и мочевого пузыря и заболеваниях, вызванных нарушением обмена веществ, при поносах, вялом пищеварении, туберкулезе легких, малярии, женских и нервных болезнях (иногда в смеси с пустырником), непроизвольном истечении спермы. Наружно настой и отвар рекомендуют в виде местных ванн, обмываний и компрессов при золотухе, язвах и гнойных ранах.

Собирают облиственные ветки во время цветения и сушат на открытом воздухе, затем обмолачивают или обирают листья вручную.

Тополь черный, осокорь. *Populus nigra* L. Семейство ивовых.

Дерево с темно-серым стволом и блестящими треугольными или ромбическими листьями. Цветет до распускания листьев, образуя зеленоватые или красноватые цветочные сережки.

Распространен в лесной и лесостепной зонах Западной и Средней Сибири. Растет по берегам больших рек, по поемным лугам, на островах и урмах. Легко размножается самосевом.

Химический состав изучен слабо. В почках найдены гликозиды, аскорбиновая, яблочная и другие кислоты, эфирное масло, дубильные, смолистые, красящие вещества.

В научной медицине препараты из почек иногда применяют в хирургии в качестве болеутоляющего и вяжущего средства и в гинекологии для лечения трихомонадных кольпитов.

В народной медицине настой почек (столовую ложку на стакан кипятка, настаивают и пьют по столовой ложке 3 раза в день) рекомендуют как антимикробное, успокаивающее и жаропонижающее средство при ревматизме, подагре, геморрое, кожном зуде, выпадении волос. При этих же болезнях применяют мазь из почек, растертых в сливочном масле. Ванны из настоя листьев применяют как успокаивающее средство, а тополевыи уголь — при нервных спазмах кишечника.

Почки собирают в начале цветения и сушат в тени на

открытом воздухе, либо в сушилках при 30—35° С, рассыпав тонким слоем.

Тростник обыкновенный. *Phragmites communis* Trin. Семейство злаковых.

Многолетнее травянистое сизо-зеленое растение с длинным ползучим корневищем и прямым стеблем до 4 м высоты. Листья очередные, линейные, плоские, жесткие. Многоцветковые колоски собраны в серебристо-бурую длинную пушистую метелку. Цветет в июле.

Широко распространен в южной половине лесной, в лесостепной и степной зонах Сибири и Дальнего Востока. Растет на озерах, болотах, займищах, сырых лугах, по берегам рек. Выносит сильное засоление.

Содержит протенин, золу, белок, жир, клетчатку, безазотистые экстрактивные вещества, сахар.

В народной медицине применяют водный настой стеблей и листьев как мочегонное и потогонное средства.

Высушенные и толченые корневища идут на приготовление муки, к которой для связывания добавляют пшеничную или ржаную. Из жареных корневищ готовят суррогат кофе. Молодые стебли и почки пригодны для супов, салатов, винегретов, пюре.

Тысячелистник  
обыкновенный.  
*Achillea millefolium* L.  
Семейство сложноцветных.



Тысячелистник обыкновенный.

Многолетнее травянистое пахучее растение до 60 см высоты с толстым ползучим корневищем и многочисленными тонкими корнями. Стебли прямые, тонкие, серо-зеленые. Листья очередные, перисторассеченные, нижние — черешковые, верхние — сидячие. Цветы собраны в мелкие корзинки, краевые, язычковые цветы белые, реже — розовые, иногда — почти красные, срединные — грязновато-белые. Корзинки собраны в густой щиток. Цветет с июня по сентябрь. Плоды — мелкие семянки.



Распространен в лесной и лесостепной зонах Сибири. Растет на лесных, суходольных, поемных степных лугах, в негустых смешанных и березовых лесах и колках.

Растение содержит филлохинон, каротин, аскорбиновую кислоту, эфирное масло, в состав которого входят хамазулен, борнеол, туйон и другие вещества, 4-гидроксипролинбетаин (ахиллен), идентичный алкалоиду бетоницину, и другие амины, органические кислоты, горькие и вяжущие вещества, минеральные соли, фитонциды, значительное количество алюминия, железа, хрома, меди и марганца и другие вещества.

Растение обладает выраженным кровоостанавливающим, противовоспалительным и бактерицидным действием и способностью усиливать сокращения мускулатуры матки, что связывают с присутствием большого количества биологически активных веществ (4-гидроксипролинбетаин, азулен, витамины, микроэлементы и фитонциды).

Препараты тысячелистника назначают при внутренних (кишечных, желудочных, маточных, геморроидальных) и наружных (травматологических, носовых, зубных) кровотечениях в форме настоя (15 г травы на стакан кипятка, по столовой ложке 3 раза в день до еды) либо в виде жидкого экстракта (40—50 капель 3 раза в день). Эффективны при маточных кровотечениях, обусловленных воспалительными процессами, фибромиомами. Часто тысячелистник комбинируют с листьями крапивы.

С. А. Томилин рекомендовал настойку тысячелистника (по 20 капель перед едой) для профилактики стенокардии как сосудорасширяющее и при кишечных спазмах в качестве спазмолитического средства.

Есть указания об успешном лечении отваром тысячелистника хронических гастритов и язвенной болезни (10—20 г сырья на 250 г воды прокипятить 5—10 минут и пить по полстакана 3 раза в день в течение 25—30 дней). При язвенной болезни применяют 10%-ный, а при гастритах 5%-ный отвар и соответствующую диету (Губергриц, Соломченко, 1971).

Тысячелистник применяется также и как средство для возбуждения аппетита и противовоспалительное для слизистых оболочек. Входит в состав желудочных, слабительных, аппетитных сборов.

Старинное средство народной медицины, известное еще в античном мире. Родовое название растение получило по имени греческого мифологического героя Ахилла, ученика знаменитого Хирона, якобы лечившего раны тысячелистником. В XIX в. препараты тысячелистника назначали против дизентерии и различных кровотечений, но затем кровоостанавливающее действие было забыто и тысячелистник применяли лишь как лекарство, возбуждающее аппетит и улучшающее пищеварение. Вторично в арсенал средств научной медицины, повышающих свертываемость крови, введен благодаря исследованиям С. С. Брюхоненко и М. Н. Варлакова.

В народной медицине тысячелистник применяют как кровоостанавливающее, регулирующее менструации, желчегонное, молокогонное и «кровоочистительное» средства. Рекомендуют при болезнях печени, язвенной и желчнокаменной болезни, остром бронхите, ночном недержании мочи, туберкулезе легких, воспалительных процессах в полости рта, золотухе, лихорадке, поносах, головной боли (столовую ложку на стакан кипятка настаивают час в закрытой посуде и пьют по столовой ложке 3 раза в день до еды).

Широко применяется для наружных обмываний и примочек при различных гнойничковых поражениях кожи, язвах, фурункулах, угрях. При длительном обмывании лица настоем тысячелистника кожа приобретает нежный матовый оттенок и бархатистость. Припарки из травы рекомендуют как обезболивающее средство. Ванны из отвара принимают при чесотке и чешуйчатом лишае.

В болгарской народной медицине тысячелистник считается также глистогонным средством.

*Неумеренное употребление больших доз препаратов тысячелистника может вызвать головокружение и кожные сыпи.*

Лекарственное сырье — верхушки цветущих стеблей — аккуратно срезают ножницами, связывают в пучки и сушат на воздухе или в хорошо проветриваемом помещении. Листья обычно сушат отдельно от цветов.

В странах Западной Европы тысячелистник служит сырьем для получения азулена.

**Фиалка.** Семейство фиалковых.

Фиалка опушенная, волосистая. *Viola hirta* L.



Многолетнее травянистое растение, высотой до 15 см. Листья яйцевидно-продолговатые, у основания сердцевидные, с яйцевидно-ланцетными прилистниками. Цветки сине-фиолетовые, неароматные. Цветет в апреле — мае. Плод — круглая трехстворчатая пушистая коробочка.

Распространена в лесной и лесостепной зонах Западной и Средней Сибири. Растет в разреженных березовых лесах, сосновых борах, на сухих лесных опушках, в кустарниках.

Химический состав не изучен.

В народной медицине используют противовоспалительное, противосудорожное, мягчительное и обезболивающее действие водных настоев надземной части фиалки.

Фиалку рекомендуют при простудных заболеваниях, кашле, насморке, грыже (одно из названий — «грыжная трава»), судорогах и спазмофилии у детей (чайную ложку травы настаивают 2 часа в стакане кипяченой воды, процеживают и пьют по 2 столовые ложки холодного настоя 3 раза в день).

Траву собирают в фазе цветения растения.

Фиалка полевая, золотуха. *Viola arvensis* Murr.

Однолетнее травянистое растение с тонким корнем и ветвистым полым стеблем, до 20 см высоты. Нижние листья длинночерешковые, округло-сердцевидные, с лировидными прилистниками. Цветки неправильные, со шпорцем, некрупные, беловато-желтоватые, с темными полосками на нижнем лепестке и желтым зевом. Плод — округлая трехгранная коробочка.

Встречается в южной части лесной и в лесостепной зонах Западной Сибири как заносное растение, доходит до Балаганской лесостепи (Иркутская область). Растет на суходольных лугах, на лесных опушках, преимущественно как сорняк на полях, около жилья.

Фиалка трехцветная, анютины глазки. *Viola tricolor* L.

Однолетнее травянистое растение с тонким полым, ветвистым, восходящим или почти лежащим стеблем, до 30 см высоты. Листья очередные с перистыми прилистниками, нижние длинночерешковые, сердцевидные, верхние — сидячие, эллиптические. Цветки неправильные, одиночные, на длинных цветоножках. Нижний лепесток со шпорцем, бледно-голубой, два верхних обычно темно-фиолетовые, боковые — голубые. Цветет с мая до сентября. Плод — трехстворчатая коробочка с многочисленными семенами. Семена с придатками.

Встречается изредка как заносное растение в окрестностях Тобольска, Тюмени и Красноярска. Растет на паровых полях, холмах, на лугах, в кустарниках и рвах.

Химический состав и медицинское применение обоих видов фиалок сходны. Садовые формы в медицине не применяются.

Трава фиалки полевой и трехцветной содержит гликозид, отщепляющий метиловый эфир салициловой кислоты, желтые пигменты — производные флавонола — рутин, виолакверцитин и др., эфирное масло, немного сапонинов, аскорбиновую кислоту, каротиноиды, гликозид виоланин (в цветках), алкалоид виолин, действующий подобно алкалоиду, получаемому из корней ипеакауаны, алкалоид виолоэметин (в корнях), обладающий рвотным действием.

В научной медицине трава фиалки применяется как отхаркивающее средство при воспалительных заболеваниях органов дыхания, ларингитах. Отхаркивающее действие связывают с сапонинами. Фиалка входит в состав патентованного препарата примулата (экстракт корней фиалки и примулы), из нее готовят новогаленовый препарат от кашля — тривиолин. Установлено мочегонное действие препаратов фиалки.

В прошлом применялась для лечения кожных заболеваний, вызванных нарушением обмена веществ (чешуйчатый лишай, дерматиты, хронические экземы), а также трофических язв, фурункулов и т. д.

С. А. Томилин рекомендовал при хронической экземе, чешуйчатом лишае (псориаз) и дерматитах сбор из травы фиалки и золототысячника (по 20 г), травы дымянки *Fumaria officinalis* L., побегов паслена сладко-горького, листьев копытня и травы багульника (по 10 г). Заварить столовую ложку сбора в стакане кипятка и пить по трети стакана 3 раза в день.

В народной медицине фиалка ценится как отхаркивающее, противоревматическое, потогонное, «кровоочистительное» и мочегонное средства. Рекомендуют при туберкулезе кожи (золотухе), лишаях, угрях, фурункулах, чесотке и других кожных заболеваниях. Широко известен так называемый противозолотушный аверин чай из травы фиалки и череды (по 4 части) и травы паслена сладко-горького (1 часть). Столовую ложку сбора заваривают в стакане кипятка и дают детям 3—4 раза в день по столовой ложке охлажденного настоя. Полезен для обмываний и ванн при рахите и диатезе.

Настой фиалки (столовую ложку на стакан кипятка, по столовой ложке 3 раза в день) пьют при зубной боли, женских заболеваниях, при ревматизме, подагре, артри-



тах. Отвар корня пьют как слабительное при запорах, а в больших дозах — как рвотное.

Болгарские врачи рекомендуют фиалку при кожных сыпях и гноиниках, кожном зуде, артериосклерозе, ревматизме и подагре, цистите и заболеваниях дыхательных путей.

*Передозировка и длительное применение препаратов фиалки могут вызвать раздражение слизистой желудочно-кишечного тракта, понос, рвоту.*

Собирают траву фиалки полевой все лето, фиалки трехцветной в первую половину лета, срезая олиственные стебли. Сушат в тени.

Хатьма обыкновенная, тюрингенская, роза, собачья роза. *Lavatera thuringiaca* L. Семейство мальвовых.

Многолетнее травянистое многостебельное растение, достигающее 120 см высоты, покрытое звездчатыми волосками, придающими ему сероватый оттенок. Стебли прямые или ветвистые в верхней части. Листья очередные, черешковые, трех-, пятилопастные, с более длинной средней лопастью. Цветет с июля до сентября. Цветки крупные, розовые, в углах верхних листьев. Плод — сухой, похожий на калачик, из 20—23 семян.

Распространена в лесостепной зоне Западной Сибири. Восточная и северная граница этого европейского растения: Тюмень — Омск — Колывань — Варюхино — Кузнецк — Ленингорск. Растет на степных лугах, залежах, в зарослях степных кустарников, по окранным березовым колок, у дорог, рек и озер в степной зоне. Разводится в садах как декоративное растение.

По ботаническим признакам и фармакологическим свойствам близка к алтею. Растение содержит немного алкалоидов, жирное масло, большое количество слизистых веществ, аскорбиновую кислоту. Установлено противовоспалительное и обволакивающее действие препаратов из корня.



Хатьма обыкновенная.

В народной медицине отвар корней или порошок из корней, разведенный теплой водой, применяют как полоскание при воспалительных процессах горла. Отвар пьют при заболевании дыхательных путей, головной боли, кашле, золотухе, болезнях кожи и желудочно-кишечного тракта. Свежие измельченные листья прикладывают к фурункулам, лишаям, гнойникам, обваренные кипятком листья используют для смягчительных и обезболивающих припарок при простудных и ревматических болях суставов. Для приготовления мази 2 столовые ложки порошка листьев растирают с 2 столовыми ложками сливочного масла или вазелина.

Как волокнистое растение может быть сырьем для бумажной промышленности. Волокна во время цветения состоят почти из чистой целлюлозы.

Траву собирают во время цветения, корни — осенью.

Хвощ. Семейство хвощовых.

Хвощ зимующий. *Equisetum hiemale* L.

Многолетнее спороносное растение с толстым корневищем и членистыми жесткими зимующими стеблями. Споры созревают в июле.

Распространен в южной половине лесной и в лесостепной зонах Сибири. Растет в сосновых борах, реже в мшистых и низкотравных пихтово-еловых и березовых лесах.

Химический состав не изучен. Известно, что растение содержит большое количество кремневой кислоты.

В народной медицине отвар травы пьют при суставном ревматизме, как мочегонное средство для выведения камней из почек, настой — при опухолях матки (столовую ложку травы на стакан воды принимают 2 раза в день по полстакана).

В китайской медицине отвар используют против воспаления глаз, в монгольской — как потогонное средство.

Жесткие стебли употребляют для полировки дерева и чистки металлических изделий. Растение не ядовито.

Хвощ полевой, песты. *Equisetum arvense* L.

Многолетнее ядовитое травянистое растение с многоярусным черным корневищем, выпускающим ранней весной неразветвляющиеся красноватые стебельки, заканчивающиеся спороносными колосками. По созревании спор (май — начало июня) эти стебельки отмирают и их сменяют зеленые, прямые, похожие на сосенки, полые бороздчатые стебли с ветвями, расположенными мутовками.

Распространен в тундровой, лесотундровой, лесной и отчасти лесостепной зонах Сибири и Дальнего Востока. Растет на поемных, лесных и степистых лугах, в разреженных лесах, уремах, тундрах, на залежных и паровых полях.



Бесплодные побеги содержат сапонин эквизетонин, алкалоиды, растворимую кремневую кислоту, щавелевую, яблочную, аскорбиновую кислоты, каротин, смолы, горечи, флавоноиды, жирное и эфирное масла, дубильные и другие вещества.

В практической медицине препараты хвоща применяют как мочегонное и дезинфицирующее средство при отеках на почве недостаточности кровообращения, при воспалительных процессах мочевого пузыря и мочевых путей, экссудативных плевритах, дизентерии и как кровоостанавливающее средство при маточных и геморроидальных кровотечениях. Хвощ входит в состав противостматической микстуры по прописи Траскова, микстуры М. Н. Здзенко и мочегонных сборов. Есть указание на успешное использование против некоторых форм туберкулеза легких, связанных с нарушением силикатного обмена, и при кожных болезнях, не поддающихся местному наружному лечению.

*Препараты хвоща следует принимать под контролем врача. Противопоказаны при остром воспалении почек.*

В народной медицине хвощ применяют при лечении ревматизма, подагры, болезней печени, в качестве кровоостанавливающего и дезинфицирующего средства для присыпки язв и ран, как очищающее при водянке и желтухе. Препараты хвоща особенно эффективны при заболевании почек и мочевого пузыря. Обладают мочегонным действием и способностью растворять камни в почках и мочевом пузыре. Кроме того, хвощ (особенно пополам с пастушьей сумкой) успешно применяют внутрь и наружно при обильных менструациях, кровавой рвоте (в смеси с ягодами можжевельника). Обычно 4 чайные ложки сухой травы настаивают в 2 стаканах горячей кипяченой воды и пьют теплый настой мелкими дозами в течение дня. Для ванн, промываний и компрессов 50 г травы настаивают сутки в 3 стаканах холодной воды.

Собирают траву в середине лета, быстро высушивают в тени на ветру, в сушилках или хорошо проветриваемых помещениях и связывают в пучки.

**Хмель дикорастущий.** *Humulus lupulus* L. Семейство тутовых.

Многолетнее двудомное вьющееся растение. Стебель шершавый, четырехгранный, длиной до 6 м, вьется слева направо. Листья супротивные, простые, трех-, пятилопастные, длинночерешковые, верхние

маколога и врача М. Н. Варлакова и в книге видного советского ученого профессора А. Ф. Гаммерман, занимавшейся расшифровкой тибетских рецептов<sup>1</sup>.

Изучением лекарственных растений, распространенных в Бурятии и в Читинской области и использовавшихся тибетскими врачами, занимались томский профессор Л. П. Сергиевская, сотрудники ВИЛР под руководством А. И. Шретера. Интересную статью о лекарственных растениях тибетской медицины опубликовала А. П. Гусева, в которой дала характеристику 112 видов целебных растений<sup>2</sup>.

На основании изучения опыта народной медицины и применения современных теорий и методов исследования в недалеком будущем будут созданы новые лекарственные препараты для эффективного лечения многих тяжелых болезней, в том числе рака и сердечно-сосудистых заболеваний. В этом большую роль играют народный опыт и научное предвидение.

Необходимо отметить, что хотя мы уже много знаем о растениях — травах жизни, предстоит узнать о них намного больше, и в том числе о тех, которые вошли в арсенал современной научной медицины. Так, о витаминах и витаминосодержащих растениях мы знаем значительно больше, чем лет десять назад, но сказать, что весь спектр витаминов уже изучен, нельзя. Неизвестны и причины более благотворного комплексного действия витаминов из растений по сравнению с действием их синтетических моделей.

О фитонцидах мы знаем, что они четко разделяются на две группы действия (фитонциды и зооциды), но состав их еще неизвестен, как и механизм воздействия. Фитонциды кедровой тайги отличаются от фитонцидов соснового бора, но почему — пока не ясно. И таких примеров можно привести десятки.

Ясно одно: в здоровье человека большую роль играют и будут играть растения — травы жизни, стимулято-

---

<sup>1</sup> А. Ф. Гаммерман. История тибетской медицины и степень ее изученности. В сб.: «Элеутерококк и другие адаптогены из дальневосточных растений». Владивосток, Дальневосточное книж. изд., 1966.

<sup>2</sup> А. П. Гусева. Применение лекарственных растений тибетской медицины по рецептам врача П. А. Бадмаева. В сб.: «Элеутерококк и другие адаптогены из дальневосточных растений».



очередные, цельнокрайние, с прилистниками, сверху гладкие, снизу шероховатые. Цветки мелкие, делятся на мужские и женские, встречаются на разных растениях. Женские — зеленые с пленчатыми чешуями-листочками, собраны в колосья, вырастающие во время созревания плодов в соплодия — «шишки» желтовато-зеленого цвета. Цветет в июле — августе.

Распространен в лесной и лесостепной зонах, горнолесном поясе Западной, Средней и Восточной Сибири. Растет по берегам рек, в урехах, зарослях ивняков, в сыроватых лесах, особенно часто в черневых пихтово-осиновых лесах Салаира, Горной Шории, Алтая и Саян.

Шишки содержат хмеледубильную кислоту, камедь, триметиламин, смолу, алкалоид хумулен, лупулин, в состав которого входят смолистые вещества, эфирное масло, хмелевая и валериановая кислоты, особый вид камфары, воск.



Хмель дикорастущий.

Шишки хмеля и полученный из них лупулин применяют как успокаивающее при болезненном раздражении мочевого пузыря, общеседативное и возбуждающее аппетит средство в виде настоек (1:10) или в смеси с корневищем валерианы и листьями мяты и трилистника (столовую ложку на стакан кипятка по полстакана 2 раза

в день). Эфирное масло хмеля входит в состав валокордина, применяемого для лечения стенокардии, сердечно-сосудистых расстройств, вегетоневрозов и спазмов кишечника. Наружно в виде мази лупулин рекомендуют как болеутоляющее при кожных болезнях, язвах, нарывах, в виде примочек и припарок при ушибах и для успокаивающих ароматичных ванн.

*Препараты хмеля следует принимать внутрь лишь по назначению врача.*

В народной медицине настой и отвар хмеля применяют при гастритах, отсутствии аппетита, глистных инвазиях, воспалении почек, болезнях селезенки, холециститах, невралгии, неврастении, множественных нарывах в

результате нарушений обмена. Препараты хмеля рекомендуют как укрепляющее и «кровоочистительное» средства при цинге и золотухе. От бессонницы пьют теплый настой из 2 чайных ложек шишек на стакан кипятка, настоянных 4 часа. Отвар шишек (иногда в смеси с корневищем аира) используют для мытья головы как средство от перхоти и облысения.

Для мази от ушибов и ревматических болей столовую ложку порошка шишек растирают со столовой ложкой сливочного масла или свиного сала.

Парфюмерная промышленность выпускает лечебную аиро-хмелевую шампунь «Таро», созданную на основе рецептов народной медицины. Рекомендуют «Таро» при перхоти и усиленном выпадении волос в качестве укрепляющего и дезинфицирующего средства.

Собирают шишки зеленовато-желтого цвета за несколько дней до полного созревания в ясную погоду и сразу же сушат, рассыпав тонким слоем.

Хрен обыкновенный. *Armoracia rusticana* Lam. Семейство крестоцветных.

Мощное многолетнее травянистое растение до 90 см высоты. Корень стержневой, длинный, толстый с тонкими боковыми корешками. Листья крупные, прикорневые, продолговато-овальные. Цветки белые, в кистях. Цветет в мае — июле. Плоды — стручочки.

Распространен в южной части лесной и в лесостепной зонах Сибири, доходит до Сахалина. Растет на поемных лугах, уремах, по берегам водоемов, как сорняк в садах и огородах. Введен в культуру.

Растение содержит гликозид синигрин, углеводы, эфирные масла, главной составной частью которых является аллиловое горчичное масло, аскорбиновую кислоту, следы алкалоидов, много солей калия, кальция и фосфора, много фитонцидов и лизоцим — белковое вещество с бактерицидными свойствами.

В научной медицине корни хрена и полученный из них сироп изредка применяют как противочинготное и мочегонное средства. Установлено, что настой хрена и свежий сок дают хороший эффект при острых гепатитах с пониженной кислотностью желудочного сока и при трихомонадных кольпитах, причем протистоцидное действие хрена к весне нарастает.

В народной медицине хрен используется с глубокой древности. В лечебниках XVII в. он упоминается как основное средство лечения рака. Н. М. Амбодик-Макси-



мович (1785) отмечал многостороннее действие свежего хрена — возбуждающее аппетит, мочегонное, кроверегулирующее, «кровоочистительное», глистогонное, противостудное. Он рекомендовал хрен и сок хрена как средство, приносящее «отменную пользу» при цинге, водянке, каменной болезни, раздражающем кашле, задержке менструаций.

Чтобы избежать сильного раздражающего действия на слизистые оболочки, Н. М. Амбодик-Максимович советовал глотать маленькие кусочки хрена как пилюли, запивая стаканом настоя шишкоягод можжевельника, либо разводить сок водой, сывороткой, виноградным вином, либо подслащивать сахаром. Наружно он рекомендовал натертый хрен применять вместо горчичников, прикладывая к подошвам.

В современной народной медицине хрен применяют при всех заболеваниях, отмеченных Н. М. Амбодиком-Максимовичем, а также при радикулитах, поясничных болях (в качестве местного раздражающего средства) и для улучшения обмена веществ.

Натертый хрен применяют как сильное отвлекающее и местнораздражающее наружное средство при радикулитах, ишиасах, мышечных болях в области поясницы. Настояем корней или соком промывают гнойные раны и язвы, закапывают уши при гнойных воспалениях, применяют как полоскание при воспалении горла и полости рта и обмывание лица при пигментных пятнах и веснушках. Эффективное действие наружного применения препаратов хрена (компрессов, примочек, обмываний и полосканий) обусловлено фитонцидами и лизоцимом. В современной научной медицине лизоцим (получаемый из животных тканей) нашел применение в качестве противомикробного средства в виде глазных капель, примочек и компрессов.

При усиленной умственной и физической работе хрен (в небольших дозах) рекомендуют как общеукрепляющее средство. Большие дозы хрена могут вызвать гастроэнтерит. *Противопоказан при гастритах, нефрите и энтероколите.*

Западноевропейская медицина использует хрен для возбуждения аппетита и пищеварения, как мочегонное, а также при ревматизме, подагре и катаральных воспалениях дыхательных путей.

Копают корни в течение всего лета и хранят в ящиках с песком.

Цикорий обыкновенный, татарский цвет.  
*Cichorium intybus* L. Семейство сложноцветных.

Многолетнее травянистое растение с мясистым длинным веретенообразным корнем и прямым ветвистым стеблем, покрытым жесткими волосками, до 1 м высоты. Прикорневые листья выемчато-перистонадрезанные, шершавые, с окрашенной главной жилкой, собраны в розетку; стеблевые — очередные, ланцетные, острозубчатые, стеблеобъемлющие. Цветки голубые, редко розовые или белые, язычковые, обоеполые, собраны в корзинку. Цветет с июня до сентября. Плоды — семянки.

Встречается в лесостепной зоне Сибири. Растет на сорных местах, залежах, у дорог, по огородам. Введен в культуру.

Корни содержат белковые вещества, алкалоиды, витамины группы В, полисахарид инулин, гликозид интибин, горечи, пектин, смолы. Цветки — гликозид цикорин, листья — инулин, млечный сок — горькие вещества: лактуцин, лактукопикрин и другие.

Растение незаслуженно забыто научной медициной, хотя в ряде европейских стран (Франция, Чехословакия, Болгария) используется как желудочное, желчегонное, мочегонное и слабительное средства, а также применяется при лечении заболеваний печени, селезенки, почек, кожных болезней. Установлено положительное действие экстракта цикория при сахарной болезни.

В эксперименте на животных установлено успокаивающее действие на нервную систему и сердце настоя соцветий. Отвары корней и соцветий обладают бактерицидным и вяжущим эффектом.

В народной медицине цикорий используют при различных заболеваниях желудочно-кишечного тракта, печени, почек, желчнокаменной болезни, воспалении мочевого пузыря и затрудненном мочеиспускании, как слабительное и глистогонное, при цинге, малокровии, увеличении селезенки, водянке, кровохарканье, заболеваниях суставов, общей слабости, как «кровоочистительное» при кожных заболеваниях и успокаивающее при истерии, обмороках, спазмофилии.

Н. И. Соломченко отмечает хорошее мочегонное действие отвара корня и травы и черенков тыквы (по 1—2 столовые ложки каждого на 2 стакана воды, принимать по трети стакана 3 раза в день — Губергриц, Соломченко, 1971).



Сок цикория рекомендуют при малярии, малокровии и общей слабости (по столовой ложке на стакан молока 3 раза в день). Салат из молодых листьев применяют как общеукрепляющее, особенно полезное при сахарной болезни. Ванны из отвара травы делают при золотухе, различных заболеваниях суставов. Настой соцветий пьют как успокаивающее при повышенной возбудимости и как усиливающее деятельность сердца средство. Припарки из травы полезны при фурункулезе.

Корни копают осенью, промывают, режут на куски и сушат в печи при температуре 40—45°С.

Цмин, бессмертник песчаный. *Helichrysum arenarium* L. Семейство сложноцветных.

Многолетнее травянистое, опушенное сероватыми волосками растение с деревянистым корневищем, образующее плотные дерновины. Стебли прямые или восходящие, неветвящиеся. Прикорневые листья на коротких черешках, продолговато-яйцевидные, стеблевые — сидячие, линейно-ланцетные. Цветочные корзинки желтые, шаровидные, собраны в зонтиковидное соцветие по 10—30. Цветет с июня по сентябрь включительно. Плоды — продолговатые семянки.

Встречается в лесостепной и степной зонах Сибири. Растет на сухих песчаных, супесчаных и каменистых почвах в сосновых борах, смешанных лесах, на опушках и прогалинах, в степях.

Химический состав изучен недостаточно. Растение содержит следы эфирного масла, флавоноиды и флавоногликозиды, фитостерин, горькие, красящие и дубильные вещества, смолу, аскорбиновую кислоту, каротин, филлохинон, стеариновые соединения, микроэлементы — железо, медь, хром, марганец, алюминий и другие.

Цветки бессмертника включены в Фармакопею X издания как желчегонное средство. Кроме того, они усиливают секрецию желудка и поджелудочной железы, повышают мочеотделение и кровяное давление, а также оказывают противоспастическое действие на гладкую мускулатуру кишечника.

Отвары цветков (столовую ложку на стакан воды кипятят 15 минут и пьют по полстакана за час до еды в теплом виде в течение 3—4 недель) назначают при острых воспалительных заболеваниях печени, желчного пузыря и желчных путей (холециститах, холангитах, гепатохолециститах). Они уменьшают тошноту и боли в области печени и желчного пузыря, нормализуют стул, возвращают коже нормальную окраску. Улучшение отмечается обычно уже на 3-й день применения отвара.



Чаще всего применяют новогаленовый препарат фламин, приготовленный из суммы флавоноидов цмина, или сухой концентрат (смесь экстракта цветов цмина и молочного сахара). Цветы цмина входят в состав желчегонных и желудочного сборов.

В народной медицине отвар цветков цмина применяют не только как желчегонное, но и как мочегонное, легкое слабительное, глистогонное и противовоспалительное средства. Его принимают при водянке, болезненном мочеиспускании, циррозах печени, анацидных гастритах, желчекаменной болезни, камнях в почках, ревматизме, подагре, аскаридозе и используют для спринцеваний при белях.

Отвары рекомендуют также при онемении ног, нервных болях, особенно ишиасе (столовую ложку цветочных корзинок кипятят в закрытом сосуде в 2 стаканах воды, настаивают полчаса и пьют в теплом виде по полстакана 3 раза в день за полчаса до еды в течение 12—15 дней). Наружно отвар цветков применяют при лишаях и гнойничковых заболеваниях кожи.

Препараты бессмертника малотоксичны, однако *при гипертонической болезни их принимать не следует.*

Собирают еще не распустившиеся корзинки, срезая ножницами, и сушат в тени, на чердаках, под навесами. Сырье пригодно к употреблению в течение 3 лет.

Цветы бессмертника применяют как средство против моли.

Чабрец, тимьян ползучий, богородская трава. *Thymus serpyllum* L. Семейство губоцветных.

Сборный полиморфный вид, имеющий много близких по морфологическим признакам мелких видов и разновидностей, несколько различающихся по химическому составу. Среди них чабрец алтайский, енисейский. Ревердатто, Шишкина и др., описанные проф. Л. П. Сергиевской в IX т. «Флоры Западной Сибири» (стр. 2385—2386).

Для Восточной Сибири выделено 13 мелких видов, а для Дальнего Востока — чабрец Комарова, японский и др.

Многолетний полукустарничек, образующий небольшие дерновинки. Стебли тонкие, деревянистые, в нижней части стелющиеся, покрытые короткими волосками. Листья мелкие, супротивные, короткочерешковые, яйцевидные, с точечными железками. Цветки мелкие, неправильные, двуполые, собраны в розовато-лиловые соцветия на концах ветвей. Цветет в июне — августе. Плод сухой, распадающийся.



ся на четыре орешка черно-бурого цвета. Все растение очень ароматное.

Распространен в полирно-арктической, тундровой, лесотундровой, лесной, лесостепной зонах, в горах Сибири и Дальнего Востока. Растет на сухих песчаных почвах, на межах, холмах, в сосновых борах, на каменистых склонах.

Трава содержит эфирное масло, в состав которого входят фенолы: цимол, тимол, карвакрол, борнеол; дубильные и горькие вещества, флавоноиды, органические кислоты (олеаноловая, урсоловая, хинная, кофейная и др.), минеральные соли, особый пигмент, смолу, камедь.

Трава чабреца, благодаря наличию фенолов, обладает выраженным бактерицидным действием, особенно в отношении патогенных грибов. Препараты чабреца применяют в научной медицине в качестве отхаркивающего, успокаивающего, антисептического, ветрогонного, противосудорожного и болеутоляющего средств.

Экстракт из травы входит в состав пертуссина взамен экстракта тимьяна. Назначают его при бронхите и других заболеваниях верхних дыхательных путей, а также коклюше (взрослым по столовой ложке 2—3 раза в день, детям от половины чайной до десертной 3 раза в день в зависимости от возраста). При бронхитах и воспалении легких иногда назначают настой травы (столовую ложку на стакан кипятка, по столовой ложке 3 раза в день).

Есть указания на успешное применение настоя травы при радикулитах, ишиасе и пояснично-крестцовой невралгии (столовую ложку на литр воды, нагревают до кипения, остужают и дают по полстакана процеженного теплого настоя 4 раза в день взрослым и по десертной ложке детям — Губергриц, Соломченко, 1970).

Трава чабреца входит в состав отхаркивающих сборов, применяется как желудочное, тоническое и успокаивающее средство при болях в кишечнике, метеоризме. Употребляется также для полосканий при воспалении слизистых оболочек рта, зева, гортани и для спринцеваний (вместо ромашки). Компрессы из травы показаны при болях в суставах, радикулитах и невритах; в этих случаях используют и лечебные ванны из настоя чабреца.

Тимол, получаемый из эфирного масла, используется как консервант для фармакологических препаратов, как противоглистное и противогрибковое средство, как антисептическое при поносах и метеоризме. Наружно тимол в виде 0,05—0,1%-ного раствора применяют для дезин-

фекции полости рта, зева, носоглотки как полоскание. Эффективен для лечения некоторых грибковых заболеваний кожи, в частности эпидермофитии.

В народной медицине чабрец славится как противовоспалительное, потогонное, желудочное, глистогонное и «кровоочистительное» средства. Настои и отвары травы рекомендуют при различных заболеваниях дыхательных путей, желудочно-кишечного тракта, почек и мочевого пузыря, бронхиальной астме, головных болях, радикулитах, параличах, болезнях сердца, женских болезнях (в виде спринцеваний).

Наружно траву чабреца используют в виде припарок при нарывах, фурункулах, в виде полосканий при изъязвлении слизистой оболочки рта и от зубной боли. Крепким настоем чабреца промывают глаза при воспалении век и делают из него примочки. Настоем травы моют голову для укрепления волос. Отвар корня применяют для ванн при экземе. Порошком из сухой травы присыпают раны и гнойники. Настойку травы на водке используют как втирание при радикулитах, различных поражениях суставов и параличах.

Траву срезают со второй половины июня (при выдергивании чабрец возобновляется очень медленно), сушат в тени или в хорошо проветриваемом помещении. Сырье пригодно в течение 3 лет.

**Чемерица Лобеля, черемица.** *Veratrum lobelianum* Bernh. Семейство лилейных.

Многолетнее сильно ядовитое растение до 1 м высоты. Корневище цилиндрическое, простое или многоглавое, усеченное у основания, черно-бурое снаружи, с остатками влагалищ отмерших листьев и многочисленными белыми придаточными корнями. Стебли прямые, округлые, вверху опушенные; верхняя часть его и соцветие с цветоножками — короткопушистые, основание одето лиловыми влагалищами. Листья очередные, стеблеобъемлющие, заостренные. Цветки зеленоватые, мелкие, в метельчатом соцветии. Цветет в июле — августе. Плод — яйцевидная трехгранная коробочка.

Аналогичное строение имеет и чемерица белая *Veratrum album* L., отличающаяся лишь беловато-грязными цветами и горизонтально отстоящими веточками соцветия.

Распространена в лесной и лесостепной зонах, горнолесном и альпийском поясах Сибири и Дальнего Востока, включая Сахалин. Растет на влажных лугах, в разреженных, смешанных и березовых лесах, на альпийских и субальпийских лугах.

Химический состав изучен недостаточно. Растение содержит смолистые, сахаристые, слизистые, дубильные красящие вещества, органические кислоты, большое ко-



личество алкалоидов, среди которых особенно ядовитый протOVERATРИН, представляющий собой смесь двух алкалоидов. Наиболее богаты алкалоидами корни.

В практической медицине препараты чемерицы применяются ограниченно, главным образом в виде наружного средства для борьбы с кожными паразитами, как болеутоляющее средство при невралгических и ревматических болях. Порошок чемерицы входит в состав мази против чесотки. В последнее время обнаружено гипотензивное действие протOVERATРИНА, который используют для лечения гипертонии, но препарат токсичен.

В народной медицине применяется наружно против невралгий, подагры, ревматизма, чесотки и вшей.

Препараты чемерицы широко применяют в ветеринарии и в сельском хозяйстве в качестве инсектицида. Пользоваться препаратом нужно очень осторожно: при приеме внутрь свыше 1 г чемерицы наступает сильное возбуждение, слюнотечение, потоотделение, рвота, понос и иногда — смерть.

Лекарственное сырье — корневища и корни, собирают осенью, сушат в проветриваемом помещении. При сушке следует надевать повязку из четырех рядов марли, смоченной водой, так как чемерица (особенно сухая) может вызвать сильное раздражение слизистых оболочек.



Черда трехраздельная.

Черда трехраздельная, золотушная трава.  
*Bidens tripartita* L. Семейство сложноцветных.

Однолетнее темно-зеленое травянистое растение с красноватым стеблем высотой до 90 см. Листья супротивные, трехраздельные, с ланцетными пильчатыми долями. Цветки мелкие, желтые, трубча-

тые, в буро-желтых корзинках. Цветет в июле — августе. Плоды — цепкие продолговатые семянки.

Распространена в лесной и лесостепной зонах и горнолесном поясе Сибири и Дальнего Востока. Растет на травяных болотах, сырых лугах и в уремах, по берегам рек, ручьев и озер.

Химический состав изучен слабо. Трава содержит следы эфирного масла, аскорбиновую кислоту, каротин, слизь, горечи и дубильные вещества, микроэлемент марганец.

Препараты из череды применяют для лечебных ванн при кожных проявлениях экссудативного диатеза, рахите, ревматическом поражении суставов (артритах) и как легкое мочегонное и потогонное средство. Входит в состав противозолотушного аверина чая. Масляное извлечение из травы рекомендуют при трудно заживающих ранах как способствующее регенерации тканей средство. Водные настои назначают для снижения кровяного давления и при язвенной болезни, часто в смеси с синюхой. Установлено седативное действие череды, проявляющееся при приеме внутрь.

Чрезвычайно популярна в народной медицине как эффективное противозолотушное средство. Отвар пьют (чаще всего без дозировки, заваривая как чай) при одновременном применении ванн при золотухе, экссудативном диатезе, различных кожных заболеваниях, сыпях, угрях, фурункулах. Кроме того, отвар принимают при плохом пищеварении, болезнях печени, селезенки, подагре, артритах, рахите (столовую ложку травы на стакан кипятка настаивают 12 часов в теплой духовке; пьют по полстакана 3 раза в день). Растертые листья прикладывают к ранам, язвам.

Траву и листья собирают в начале цветения, сушат на открытом воздухе или на чердаке, разложив рыхлым слоем; корни выкапывают осенью.

Черемуха обыкновенная. *Padus racemosa* Gilib. Семейство розоцветных.

Небольшое дерево или кустарник с продолговато-заостренными листьями и поникшими кистями душистых белых цветков. Цветет в конце мая. Плоды — черные сладкие костянки.

Распространена в лесной и лесостепной зонах Сибири от Урала до Камчатки. Растет по берегам рек, по урманам, оврагам и лесам. Культивируется.

Плоды содержат дубильные вещества, сахара, аскорбиновую, яблочную и лимонную кислоты, гликозид амиг-



ры бодрости, катализаторы высокой работоспособности, хорошего настроения, долголетия. Знать эти травы, их местообитание, химический состав, действие, сохранить естественные запасы для будущих поколений — важная задача.

В заключение еще раз подчеркиваю, что эта книга — не самолечебник. Сведения о применении наиболее распространенных лекарственных растений в народной медицине автор рассматривает как материал, нуждающийся в научной проверке и дальнейшем исследовании, и стремится обратить на него внимание специалистов. О недопустимости самолечения травами неоднократно предупреждал популярный журнал «Здоровье».

Изучение материалов, обобщенных в книгах и статьях о лекарственных растениях научными медицинскими работниками — фармакологами и клиницистами, позволит еще шире использовать природные ресурсы лекарственных растений в благородном деле здравоохранения.

далин, из которого выделяется синильная кислота. Цветы и листья содержат аммиак, масло горького миндаля и другие вещества. Листья и цветы выделяют летучие фитонциды, действующие не только на микроорганизмы, но и на насекомых.

Плоды применяют как вяжущее средство при расстройствах кишечного тракта (иногда вместе с сушеной черникой, причем косточки должны оставаться цельными, чтобы не извлекался ядовитый амигдалин. Плоды входят в желудочный чай. Плоды и кора с молодых веток используются иногда в виде настоя или отвара как потогонное и мочегонное средства.

В народной медицине плодами и настоем листьев черемухи лечат поносы. Чай из листьев черемухи рекомендуют при бронхитах и как полоскание при воспалении слизистой рта. Из настоя цветков делают примочки при воспалении слизистой оболочки глаз (чайную ложку настоять 8 часов в стакане холодной кипяченой воды). Отвар коры применяют при малярии, ревматизме и спазмах в желудке.

Зрелые плоды сушат в печах; после сушки их поверхность серо-черная, морщинистая, при долгом хранении покрывается сахаристым беловатым налетом.

**Черника.** *Vaccinium myrtillus* L. Семейство брусничных.

Кустарничек высотой до 30 см с деревянистым гладким стеблем и остроребристыми блестящими листьями. Цветки одиночные, пазушные, зеленовато-розовые. Цветет в мае — июне. Плод — черно-синяя кисло-сладкая сочная ягода с красновато-фиолетовой мякотью, созревающая в конце июля.

Распространена в тундровой, лесотундровой, лесной зонах и горнолесном поясе Сибири. Растет в сосновых борах, кедровых и смешанных лесах.

Ягоды содержат дубильные вещества пирокатехиновой группы, тростниковый сахар, органические кислоты, каротин, пектиновые красящие, флавонолы, гликозиды миртиллин и неомиртиллин и другие вещества. В листьях — аскорбиновая кислота, гликозиды, спирты, эфирное масло, фитонциды.

В медицине используют вяжущее действие дубильных кислот ягод. Их назначают при расстройствах желудочно-кишечного тракта, особенно при острых энтероколитах и поносах у детей, в виде настоя или отвара (1—2 чайные ложки на стакан кипятка по полстакана



2—3 раза в день) или черничного киселя. Входит в состав желудочного чая. Установлено, что ягоды усиливают остроту зрения и уменьшают усталость глаз в результате продолжительной работы при искусственном свете. Отвар листьев повышает кислотность желудочного сока. Листья предложены для лечения сахарной болезни, так как обладают инсулиноподобным действием. Установлено выраженное противовоспалительное действие черники при лечении различных форм ангин (катаральной, фолликулярной, острой тонзиллярной) и стоматитов.

В народной медицине издавна применяют кисель или отвар сухой черники при поносах, малокровии, ночном недержании мочи. Свежие ягоды рекомендуют при хронических запорах, ревматизме, подагре. Отвар листьев пьют при сахарной болезни. Клизмы из отвара ягод помогают при геморройных кровотечениях. Примочки из отвара ягод или мазь из растолченных свежих ягод применяют при экземах, чешуйчатом лишае, прыщах, ожогах, отмывая сывороткой. При почечнокаменной болезни пьют отвар из ягод, сочетая с ваннами из отвара овсяной соломы и хвоща полевого.

Собирают зрелые ягоды и сушат после проявливании в печке или сушилке при 60—70° С.

Ч и н а. Семейство бобовых.

Ч и н а клубневая, душистый горошек. *Lathyrus tuberosus* L.

Многолетнее травянистое растение высотой до 90 см с тонким корневищем, усаженным бурыми корневыми съедобными клубеньками. Стебель гранистый, листья сложные, парноперистые, с продолговато-эллиптическими листочками и узколанцетными прилистниками. Цветки мотыльковые, темно-розовые, душистые, в кистях. Цветет в июле — августе. Бобы линейные, бурые, цилиндрические.

Распространена в лесостепной и степной зонах Западной, реже Средней Сибири. Растет на степных, реже солонцеватых лугах.

Химический состав не изучен. Растение содержит протеин и жир.

В народной медицине отвар клубней применяют как закрепляющее средство против поносов различного происхождения. Клубни, сваренные в соленой воде, съедобны.

Корни выкапывают в сентябре — октябре.

Ч и н а луговая. *Lathyrus pratensis* L.

Многолетнее растение с тонким ползучим ветвистым корневищем и сильно ветвистыми четырехгранными тонкими стеблями высотой до 1 м. Листья парноперистые, с усиками из одной пары продолговато-ланцетовидных листочков и крупными ланцетными прилистниками. Цветки мотыльковые, желтые, в негустых кистевидных соцветиях. Цветет в июне — июле. Плод — черный сплюснутый боб с красно-бурыми семенами.

Распространена в лесной и северной части лесостепной зон Сибири. Растет на лугах, среди кустарников, на опушках лесов, по берегам рек.

Химический состав изучен недостаточно. Надземная часть растения содержит большое количество аскорбиновой кислоты, каротин, протейн, горькие вещества, флавоноиды (кверцетин и кемпферол), органические кислоты — кофейную и феруловую, немного алкалоидов, микроэлементы — железо, хром, алюминий, марганец, медь.

Фармакологические и клинические испытания подтвердили мягкое отхаркивающее действие чины при хронических бронхитах, абсцессах легких, в том числе туберкулезных.

Народная медицина применяет настой травы как отхаркивающее средство, приятное на вкус и не вызывающее побочных явлений, и при бессоннице (чайную ложку на стакан кипятка настаивают 2—3 часа и принимают по столовой ложке через 3 часа). Настой корней пьют как противопаразитарное и сердечное средства.

Траву собирают до плодоношения и сушат в тени на воздухе или в хорошо проветриваемом помещении.

Чистец. Семейство губоцветных.

Чистец аптечный. *Stachys officinalis* Trevisan.

Многолетнее, родственное пустырнику растение. Стебель прямой, покрытый тонкими, отклоненными вниз волосками. Листья супротивные, продолговато-яйцевидные или продолговатые, тупые, при основании сердцевидные, округло-зубчатые. Цветы — сидячие, темно-розовые, в многоцветковых мутовках, расположенных в пазухах прицветных листьев и сближенных на верхушке стебля в густое цилиндрическое соцветие.

Иногда встречается в окрестностях Томска, Бийска, Тюмени. Растет в негустых березовых рощах, на опушках, полянах, в кустарниках, на сухих лугах.

Химический состав не изучен.

В народной медицине применяется при гипертонии, от кашля и кровохарканья. Корни обладают слабительным и рвотным действием. Действие, аналогичное пустырнику, подтверждено клинически.



## Чистец байкальский. *Stachys baicalensis* Fisch.

Многолетнее травянистое растение с ползучим корневищем и прямым стеблем высотой до 50—60 см, усаженным редкими щетинистыми волосками. Листья сидячие, ланцетные или продолговатые супротивные, с пильчато-городчатыми краями, жестко-волосистые. Цветы красно-пурпуровые или фиолетово-розовые, собраны в мутовки на верхушках стебля и образуют колосовидное соцветие. Цветет в июле — августе. Плод черный, округлый орешек. Растет на берегах рек, ручьев, на болотистых лугах, у болот. Наиболее часто встречается у Байкала, в Восточном Саяне, реже в долинах Джиды, Аргуни и в других местах Забайкалья.

Растение содержит алкалоиды, смолы, дубильные, смолистые, антоциановые соединения, аскорбиновую и другие органические кислоты и алкалоиды.

В научной медицине спиртовую настойку чистеца байкальского используют как хорошее гипотензивное и седативное средство при лечении гипертонии, действующую вдвое сильнее, чем препараты пустырника. Настойку назначают по чайной ложке 2—3 раза в день, разведенной в четверти стакана воды (Телятьев, 1969).

В народной медицине применяется как эффективное средство, успокаивающее центральную нервную систему, при кашле, слабости родовой деятельности, а наружно — для лечения ран и различных кожных заболеваний. Настой корней применяют как слабительное и рвотное средство.

Собирают траву в июне — августе, во время цветения.

Чистец болотный.  
*Stachys palustris* L.

Многолетнее растение с толстым ползучим корневищем, прямым четырехгранным шершавым стеблем, ланцетовидными листьями с пильчато-зубчатым краем и лиловыми или пурпурными двугубыми цветками, собранными мутовками в пазухах листьев. Цветет в июне — августе. Плод — орешек.

Распространен в лесной и лесостепной зонах Сибири. Восточнее



Чистец болотный.

Байкала не встречается. Растет на влажных лугах, по болотам, берегам рек, на согах, в сырых березовых колках.

Химический состав изучен недостаточно. Растение содержит алкалоиды (бетаин, турицин и т. д.), эфирное и жирное масла, смолы, органические кислоты, дубильные, красящие и другие вещества.

Исследования, ведущиеся в Иркутском мединституте, установили, что жидкий экстракт чистеца болотного мало токсичен; расширяет кровеносные сосуды и угнетает центральную нервную систему.

В народной медицине настой травы применяют при истерии, обмороках, золотухе, слабости родовой деятельности, нарушении менструаций (3 чайные ложки травы настаивают около 7 дней в стакане водки, принимают по 15—20 капель с 2—3 столовыми ложками воды). Наружно водный настой травы используют для полосканий при ангине, промываний язв и ран, в виде ванн при золотухе.

Надземную часть растения собирают в июне — августе.

Чистец лесной, змеиная трава. *Stachysylvatica* L.

Многолетнее травянистое растение с ползучим корневищем и прямыми полыми сильно опушенными четырехгранными стеблями до 1 м высоты. Листья супротивные, черешковые, яйцевидно-сердцевидные, заостренные, по краям крупногородчато-пильчатые, опушенные, с неприятным запахом. Цветки многочисленные, на коротких цветоножках, собраны в мутовки, расположенные в пазухах мелких прицветных листьев. Мувки на концах ветвей образуют колосовидное соцветие. Чашечка трубчато-колокольчатая, опушенная; венчик красный или темно-пурпуровый, двугубый, верхняя губа короче нижней. Цветет в июне — июле. Плод — темно-бурый голый орешек.

Распространен в лесной зоне и горнолесном поясе Западной и Средней Сибири в смешанных темнохвойных и особенно черневых лесах.

Химический состав изучен недостаточно. Содержит бетаиновые соединения, смолы, эфирное масло, аскорбиновую и другие органические кислоты, углеводы, дубильные вещества.

В гинекологической и акушерской практике препараты чистеца лесного применяют как кровоостанавливающее при маточных кровотечениях и в послеродовом периоде (особенно связанных с воспалительными процессами). Иногда чистец назначают в начальных стадиях гипертонии, при неврозах сердца. Действие чистеца на мат-



ку аналогично действию эрготоксина спорыньи, но менее длительно и слабее. На центральную нервную систему действует успокаивающе и улучшает общее самочувствие.

Заслуживает дальнейшего изучения. Препараты чистеца малотоксичны, но применять их можно лишь под контролем врача.

В народной медицине применяется при различных кожных заболеваниях, истерии, обмороках, как средство от ран, подагры, эпилепсии, желудочных заболеваний и болезней печени (чайную ложку сухой травы настаивают час в 2 стаканах кипятка в закрытом сосуде. Принимают по столовой ложке 3 раза в день). Измельченную траву прикладывают к язвам и ранам, в виде припарок — к воспаленным железам, особенно грудным.

Собирают надземную часть растения во время цветения и сушат на воздухе в тени.

Чистотел большой. *Chelidonium majus* L. Семейство маковых.

Многолетнее ядовитое травянистое растение с многоглавым коротким корневищем и стержневым корнем, снаружи красно-бурым, внутри желтым. Стебель ветвистый, до 1 м высоты. Листья очередные, непарноперистые с 3—5 парами округлых неравномерно-городчатых долей. Верхняя доля более крупная, обычно трехлопастная, листья сверху зеленые, снизу сизоватые. Цветки правильные, четырехлепестковые, золотисто-желтые, собраны в небольшие зонтики. Цветет в мае — августе. Плоды — стручковидные коробочки, открывающиеся двумя створками от основания к вершине, с блестящими черно-коричневыми семенами. При ранении из растения выступает едкий оранжевый млечный сок.

Распространен в южной половине лесной и в лесостепной зонах, в горнолесном поясе Сибири. Растет в тенистых местах, между кустарниками, в лесу, по оврагам, склонам и каменистым берегам рек, на мусорных кучах, огородах, во дворах.

Растение содержит значительное количество алкалоидов (хелидонин, протопин, гомохелидонин, берберин и др.), органические кислоты — яблочную, лимонную, янтарную, хелидоновую; флавоноиды, сапонины, каротин, аскорбиновую кислоту, эфирное масло, фитонциды.

Препараты чистотела обладают выраженным бактерицидным действием в отношении ряда микробов: стрепто- и стафилококков, туберкулезной палочки и фунгистатическим (противогрибковым). Алкалоид хелидонин действует подобно морфину и папаверину, алкалоидам мака, вызывая угнетение, а в больших дозах и паралич центральной нервной системы. Он также расслабляет спастич-

чески сокращенную мускулатуру, вызывает замедление пульса и снижение артериального давления.

Алкалоид гомохелидонин — судорожный яд, сильный местный анестетик. Другие алкалоиды обладают местным раздражающим действием, возбуждают перистальтику кишечника, повышают тонус желчного пузыря и матки. Кроме того, препараты чистотела усиливают секрецию желчи и слюны, обладают слабительным, мочегонным и ранозаживляющим действием (Губергриц, Соломченко, 1971), что объясняется также наличием витаминов и фитонцидов.

Препараты чистотела назначают при начальных формах красной волчанки, папилломатоза гортани, полипах прямой кишки и мочевого пузыря, бородавках. Листья входят в препарат плантазан Б, предложенный для лечения туберкулеза кожи.

Свежие корни чистотела входят в состав холелитина № 2, предназначенного для лечения желчнокаменной болезни, обострений калькулезного холецистита и рецидивирующих желтух (по 10 капель 3 раза в день за 15 минут до еды).

Проф. С. А. Томилин успешно применял чистотел в комбинации с другими желчегонными растениями для лечения различных заболеваний печени и желчных путей, а также астмы, хронических полиартритов и всех заболеваний, обусловленных спазмом гладких мышц. Кроме того, он получал стойкий терапевтический эффект при экземе и других хронических кожных заболеваниях, сочетая внутреннее применение чистотела с наружным.

В эксперименте на животных установлено противоопухолевое действие чистотела, поэтому его иногда рекомендуют после хирургического удаления раковой опухоли и как профилактическое при предопухолевых состояниях. Однако появились сообщения о недостаточной эффективности чистотела при раковых заболеваниях у человека.

*Препараты чистотела внутрь можно принимать лишь по назначению и под контролем врача. Неумелое их использование может вызвать тяжелое отравление.*

В народной медицине чистотел является признанным средством для лечения различных кожных заболеваний, мелких язв, бородавок, чесотки, пигментационных пятен, волчанки, венерических ран, а также подагры, туберкулеза кожи и рака кожи. Мозоли, веснушки, бородавки сво-



дят млечным соком. Порошком из измельченных листьев присыпают инфицированные раны, либо обкладывают свежими листьями.

Настой из небольшого количества травы применяют для лечения заболеваний печени, желчного пузыря, золотухи, катара желудка и кишечника, поносов. Отвар считается средством, регулирующим менструации и мочегонным при водянке.

Траву срезают во время цветения растения и сушат на сильном сквозняке, чтобы сохранить как можно больше млечного сока. Хранят в закрытых коробках. Сырье пригодно к употреблению в течение 3 лет. Во время сбора и сушки чистотела соблюдать осторожность и не прикасаться руками к лицу, особенно к глазам и губам. После работы тщательно вымыть руки.

**Чихотная трава.** *Ptarmica vulgaris* DC. Семейство сложноцветных.

Травянистое многолетнее растение с ползучим корневищем и прямым гладким, в верхней части пушистым стеблем, до 60 см высоты. Листья очередные, линейно-ланцетовидные, пильчатые, сидячие. Цветки в корзинках, собранных щитком, окружные — язычковые, белые, пестичные, внутренние — трубчатые, обоеполые. Цветет с середины июня до середины августа. Плоды — продолговатые семянки.

Распространена в лесной и лесостепной зонах Сибири. Растет в хвойных и березовых лесах.

Растение содержит алкалоид ахиллеин, эфирное масло с преобладанием стеароптена, органические кислоты, корневища — инулин. Порошок сухих корзинок слабо инсектициден — до 10% активности пиретрина, вызывает сильное чихание.

В народной медицине отвар и настой травы применяют против геморроя, белей, расстройства желудка, зубной боли, грыжи, маточных кровотечений, при туберкулезе легких (2 чайные ложки на стакан кипятка настаивают 2 часа в закрытом сосуде и пьют по столовой ложке 3—4 раза в день за 10—15 минут до еды). Порошок из сухих листьев нюхают при насморке и простудной головной боли. Свежие листья прикладывают к нарывам и гнойным ранам.

Собирают траву во время цветения. Корни — в октябре.

**Шиповник**, или дикая роза. Семейство розоцветных.

Колючие кустарники с крупными душистыми цветами, широко распространенные среди лесной и степной растительности. В СССР в диком состоянии растет более 60 видов шиповника. Шиповник — родоначальник культурных роз на земле — пользуется широкой известностью у всех народов мира. По древнеиндийским сказаниям красивейшая на свете женщина — Лакшми — родилась из бутона розы. Розовые сады разводились греками вокруг храма Афродиты — богини красоты и любви. Розами греки венчали победителей и усыпали путь новобрачным. Розовыми лепестками засыпали приговоренных к смерти, и они погибали в закрытых помещениях от удушья, возникающего в результате выделения цветами зооцидов. Уже начиная с XVII в. на Руси настой шиповника, или как его тогда называли — свороборины, или свороборинного куста, давали больным и раненым воинам. Как указывает Н. И. Анненков в «Ботаническом словаре», изданном в 1878 г., в России издавна применялись от разных болезней кора и корень, лепестки цветов, плоды и семена шиповника. Использовались также орехообразные наплывы на ветвях и листьях (галлы). Им приписывали волшебные свойства и клали под подушку «для лучшего сна».

Сибирские народы издавна использовали дикие розы или шиповники (шипички, тегеняк, анжеюх и т. д.) для лечения глаз, вместо чая и т. д. Но особенно возросла слава шиповников, когда люди узнали, что их плоды являются высоковитаминным лечебным продуктом. Шиповники, пожалуй, наиболее витаминные растения мира. Они занимают первое место по содержанию в плодах аскорбиновой кислоты (у некоторых видов его количество достигает 15—20% от веса сухих плодов). Кроме того, в плодах шиповника найден целый комплекс других витаминов, а также дубильных и пектиновых веществ и т. д. В годы Великой Отечественной войны отвар и настой плодов шиповника спасли жизнь и восстановили здоровье у сотен тысяч раненых. Десятки тонн плодов заготавливают и теперь аптеки нашей страны. Только в Томской области ежегодно заготавливается 50—70 т сухих плодов.

В Сибири и на Дальнем Востоке встречаются 12 видов шиповников, из которых 11 относятся к секции коричной (шиповники морщинистый, иглистый, остроиглый, уссу-



рийский, коричный, гололистный, даурский, якутский, ту-поушковый, Маррэ и рыхлый) и один — (шиповник колючейший) к секции мелколистной. Почти все шиповники первой секции отличаются высоким содержанием аскорбиновой кислоты, но особенно ее много в плодах шиповника коричневого, даурского, морщинистого. Несколько меньше у шиповника иглистого, рыхлого, якутского, уссурийского<sup>1</sup>.

В Государственную фармакопею X издания включены плоды шиповников, в которых содержание аскорбиновой кислоты для цельного сырья не менее 1% и для резаного сырья 2%. В Сибири это шиповники коричный, даурский, иглистый, степной, морщинистый и др.

**Шиповник коричный.** *Rosa cinnamomea* L.

Кустарник до 2 м высоты с тонкими прутьевидными, покрытыми коричнево-красной корой ветвями, шипы несколько изогнуты, небольшие, сидящие попарно у оснований черенков листьев. Листья очередные, опушенные, непарноперистые, состоящие из 5—7 листочков. Цветы розовые, крупные, на гладких цветоножках. Плоды шаровидные, гладкие, красные. Иногда встречаются гибридные формы шиповника коричневого и иглистого, имеющие свальные или продолговато-овальные плоды.

Распространен в лесной и лесостепной зонах Западной и Средней Сибири, доходит на восток до Байкала. Растет в сосновых и березовых лесах, колках, по опушкам, на заливных лугах. Является выдающимся витаминоносным растением.

Сухие плоды содержат от 4,8—18% аскорбиновой кислоты, листья 0,3%, корни — до 1,5%. Кроме того, в корнях и листьях много дубильных веществ, а в семенах — жирное масло.

**Шиповник даурский.** *Rosa dahurica* Pall.

Отличается от предыдущего вида черно-пурпуровым цветом ветвей. Цветки темно-розовые, 4 см в поперечнике, с голыми цветоножками. Плоды красные, шаровидные или продолговатые.

Распространен к востоку от Байкала в верхнем Приамурье и в южных районах Дальнего Востока по долинам рек, в березняках, на опушках и в степных зарослях кустарников на пологих склонах.

Отличается высоким содержанием в плодах аскорбиновой кислоты (от 4 до 17%), каротина, сахаров (до 18%) и т. д.

**Шиповник иглистый.** *Rosa acicularis* Lindl.

<sup>1</sup> Более подробная характеристика видов шиповников и их биология приведены в книге «Деревья и кустарники СССР», т. III. М.—Л., изд. АН СССР, 1954.

## Глава II

### ХИМИЧЕСКИЙ СОСТАВ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ И СПОСОБЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ПРОСТЫХ ЛЕКАРСТВЕННЫХ ПРЕПАРАТОВ

Химические вещества растений подразделяют на три группы: 1) действующие, или фармакологически активные, соединения, обладающие лечебными свойствами; 2) сопутствующие — облегчающие всасывание действующих веществ, либо изменяющие их свойства, а иногда и оказывающие вредное действие и 3) балластные, не имеющие медицинского действия, но свойства которых приходится учитывать при переработке сырья.

Ценность каждого отдельного растения зависит от содержания и характера действующих веществ и их сочетания. Эти вещества имеют разнообразный состав и относятся к различным классам химических соединений. Их деление на три группы весьма условно, и фармакологическое действие, или биологическая активность, нередко зависит от количества действующих веществ, наличия сопутствующих, а иногда и балластных, и качества приготовленного из растений лекарственного препарата.

Известно несколько классов биологически активных, или действующих, химических веществ: алкалоиды, гликозиды, гликоалкалоиды, сапонины, горечи, дубильные вещества, или таниды, флавоноиды, витамины, органические кислоты, фитонциды, лактоны, эфирные масла, минеральные соли. Некоторые исследователи к ним относят смолы и жирные масла, камеди и слизи.

**Алкалоиды** («щелочеподобные») — сложные органические основания, содержащие кроме углерода и водоро-



Отличается слабыми дугообразными ветвями, усеянными тонкими прямыми шипами. Цветки розовые или красноватые, на цветоножках, покрытых железистыми шипиками, реже голых. Плоды красные, продолговато-яйцевидной формы.

Содержание аскорбиновой кислоты колеблется от 4,3 до 7,2 %.

Широко распространен главным образом в лесной зоне Сибири и на Дальнем Востоке. Встречается также в лесостепной зоне, где растет часто вместе с шиповником коричневым, образуя с ним гибриды.

**Шиповник рыхлый, или степной.** *Rosa laxa* Retz.

Кустарник с крепкими ветвями, молодые ветви имеют сизоватый налет. Шипы довольно крупные, загнутые книзу. Цветы немногочисленные, бледно-розовые, в щитках (по 3—6), цветоножки усыпаны железистыми шипиками. Плоды шаровидные или эллиптические, гладкие, красные с сизым налетом. Они содержат около 5,5% аскорбиновой кислоты и заготавливаются наравне с плодами шиповника коричневого и иглистого.

Встречается в Кулундинской степи и в северных районах Казахстана. Растет на степных лугах, по окраинам ленточных боров и березовых колков, по берегам рек.

**Шиповник морщинистый, или ребристый.** *Rosa rugosa* Thunb.

Мощный кустарник с побегами до 4 см в диаметре, шипы обильные, прямые или реже слегка согнутые. Листочки средней величины, толстые, сильно морщинистые, сверху голые, блестящие, снизу серозеленые, опушенные. Цветы одиночные или в 3—6-цветковом соцветии, крупные (6—12 см в диаметре), пахучие, карминно-красные или темно-розовые. Цветоножки короткие, голые или войлочно-опушенные. Плоды крупные, обычно сплюснуто-шаровидные, мясистые, ярко-красные, нередко поникающие.

Распространен на морском побережье от Камчатки до юга Приморского края. Легко разводится в культуре во многих районах Сибири и европейской части Союза, где встречается садовая форма «Царица Севера» с махровыми цветами.

Плоды этого шиповника богаты витаминами, содержат много мякоти и приятны на вкус.

Плоды шиповников содержат сахара, пектиновые и дубильные вещества, органические кислоты (лимонную, яблочную и др.), аскорбиновую кислоту, каротин, тиамин, рибофлавин, филлохинон, токоферол, цитрин, соли кальция, железа, марганца, фосфора, магния, флавоновые гликозиды кемпферол и кверцетин, пигменты ликопин и рубиксантин. В листьях много хлорофилла, фитонцидов, дубильных веществ и относительно немного аскорбиновой кислоты. В цветах значительное количество розового мас-

ла; в корнях — дубильные вещества, фитонциды, сахара, аскорбиновая кислота и другие вещества.

Настой плодов широко рекомендуют при авитаминозах и как общеукрепляющее и повышающее сопротивляемость организма средство при различных инфекционных заболеваниях, ранениях, ожогах, обморожениях, атеросклерозе, гемофилии и маточных кровотечениях. Плоды входят в состав поливитаминных сборов, в противоастматическую микстуру по прописи Траскова, из них вырабатывают препарат холосас, применяемый при лечении гепатита и холецистита.

Масло шиповника, содержащее жирные кислоты, каротиноиды и токоферол, назначают при трофических язвах, пролежнях, трещинах сосков, дерматитах, озене, неспецифическом язвенном колите. Установлено положительное действие настоя плодов шиповника при анацидных гастритах. Кожура плодов и семена обладают мягким слабительным действием.

Лечебные свойства шиповников издавна используются в народной медицине. Настой плодов пьют при малокровии и общем упадке сил, при язвах желудка и кишечника, катаре желудка с пониженной кислотностью, болезнях почек, мочевого пузыря. Отвары лепестков с медом рекомендуют при рожистых заболеваниях, отвар плодов — при простуде.

Для приготовления настоя столовую ложку сухих плодов шиповника заливают 2 стаканами кипятка, кипятят 10 минут в закрытом сосуде, настаивают сутки, отжимают гущу, процеживают и добавляют сахар. Принимают по полстакана настоя 2—3 раза в день перед едой.

Настой корней готовится аналогично (2 столовых ложки измельченных корней заливают 2 стаканами кипятка, кипятят 15 минут, настаивают 2 часа и пьют по полстакана 4 раза в день перед едой).

Отвар измельченных «семян» — чайную ложку на стакан воды — кипятят, затем настаивают 2 часа, процеживают и принимают по четверти стакана 3—4 раза в день перед едой при камнях в почках и мочевом пузыре.

Наружно отвар корней употребляют для ванн при параличах и ослаблении мышц ног, отвар плодов — при ревматизме.

Собирают обычно оранжевые, не совсем зрелые плоды. Сбор продолжают до заморозков, сушат сразу же.



рассыпав тонким слоем, в овощных сушилках при температуре 60—80° С или в хорошо протопленных печах. Хранят в закрытых деревянных ящиках или в двойных мешках; порошок из плодов — в стеклянных банках.

Сырьевая база для сбора плодов шиповников в Сибири довольно значительная и позволяет организовать промышленную заготовку этого ценного поливитаминного лечебного сырья для различных витаминных препаратов. По подсчетам Б. Д. Игнатьева, только в Западной и Средней Сибири сырьевые ресурсы плодов шиповников составляют: в Новосибирской области 1000 т, в Томской — 4000, в Кемеровской — 2000, в Омской — 1000, в Алтайском крае — 650, в Красноярском крае около 6000 т. По подсчетам, сделанным мною, в Западной Сибири при среднем урожае в 10 кг с гектара и площади эффективного сбора в 2 млн. га можно ежегодно заготавливать в среднем 20 тыс. тонн плодов шиповников; в Средней и Восточной Сибири, при среднем урожае в 5 кг/га, 15 тыс. тонн и на Дальнем Востоке — 10 тыс. тонн. Суммарная фактическая заготовка оценивается в 1000 т. В будущем при промышленной заготовке и улучшении зарослей шиповников путем специальных рубок прореживания и омоложения кустов урожайность их может быть значительно повышена. Одновременно уже теперь следует выделить заказники с участками шиповников, отличающихся особо большой урожайностью плодов и наиболее высоким содержанием витаминов.

Шлемник байкальский. *Scutellaria baicalensis* Georgi. Семейство губоцветных.

Многолетнее травянистое растение с мощным мясистым спирально-скрученным вертикальным корневищем, покрытым неправильными бороздками. Стебли до 35 см высотой, четырехгранные, от основания ветвистые, слегка опушенные. Листья сидячие или на коротких черешках, ланцетные, супротивные, жестковатые, с завернутыми вниз краями; на нижней стороне листа — черные железки. Цветки синие, двугубые, собраны в простую однобокую кисть в пазухах верхних листьев. Цветет в июне — июле. Плоды — черные орешки с мелкими шипиками.

Распространен по степным и лесостепным участкам в Восточной Сибири (особенно часто встречается в Забайкалье) и на Дальнем Востоке. Встречается также в Северном Китае и Монголии. Растет на открытых каменистых и глинистых склонах.

Растение содержит флавоноиды скутелларин и байкалин, дубильные вещества пирокатехиновой группы, смолы, эфирные масла.

Комплексные исследования, проведенные в Медико-биологическом институте Западно-Сибирского филиала АН СССР и Томском медицинском институте, подтвердили успокаивающее и гипотензивное действие на организм. Спиртовая 20%-ная настойка из корней шлемника разрешена Фармакологическим Комитетом для лечения гипертонической болезни. Основные показания для применения — гипертония, преимущественно нервного происхождения, I и II стадии. Настойка применяется также при нервных заболеваниях, протекающих с явлениями повышенной возбудимости, при бессоннице. Исчезают головные боли, шум в ушах, боли в области сердца. По наблюдениям факультетской терапевтической клиники Томского медицинского института, возглавляемой проф. Д. Д. Яблоковым, настойка шлемника по своему успокаивающему действию превосходит препараты валерианы.

В народной медицине шлемник принимают при заболеваниях сердца, как кровоостанавливающее и регулирующее деятельность органов пищеварения. В медицине Китая шлемник («хуань-цзинь») применяют в качестве укрепляющего, седативного, противосудорожного и жаропонижающего средств. Его назначают при эпилепсии, бессоннице, различных заболеваниях сердца, остром ревматизме и как противоглистное.

Тибетская медицина корень шлемника («жен-лен») рекомендует при миокардите, сердечных болезнях, остром ревматизме и как жаропонижающее.

По исследованиям ВИЛР<sup>1</sup> потребность в лекарственном сырье шлемника байкальского около 5 т ежегодно, а выявленные запасы промышленного значения (в Бурятской АССР и Читинской области) составляют не менее 1000 т. Однако, несмотря на такое количество имеющегося сырья, в связи с растущей потребностью в нем уже теперь следует выделить заказники и участки с лучшими по качественной характеристике популяциями растений для дальнейшего размножения в культуре.

Щавель конский. *Rumex confertus* Willd. Семейство гречишных.

<sup>1</sup> И. А. Губанов, Д. С. Ивашин, В. Г. Куваев, М. М. Молодоженов, А. И. Шретер. Итоги работ экспедиций ВИЛАР по изучению ресурсов дикорастущих лекарственных растений, «Растительные ресурсы», т. I, вып. 4, 1965, стр. 540.



Многолетнее травянистое растение с толстым корневищем. Стебель высокий, прямой, бороздчатый, вверху ветвистый. Прикорневые и нижнестеблевые листья длинночерешковые, очередные, по краям слегка волнистые, широкие, треугольно-сердцевидные; верхние стеблевые — почти сидячие, более узкие. Цветки мелкие, зеленоватые, в олистенных мутовках, собранных в кистевидное соцветие. Цветет в июне — июле. Плод — бурый трехгранный орешек.

Встречается в южной половине лесной и в лесостепной зонах Западной Сибири, а также в Приморском крае (по берегу моря около ст. Океанская). Растет на пойменных, реже солонцеватых лугах, на лесных полянах и травянистых склонах главным образом в долинах Оби и Иртыша.

Растение содержит дубильные вещества, оксиметилантрахиноны, органические кислоты, филлохинон, эфирные масла, каротин, аскорбиновую кислоту, небольшое количество железа (в виде органического соединения), смолы, флавоноиды, антрагликозиды слабительного действия, щавелевокислые соли и другие вещества.

В медицине используют слабительное (в больших дозах), вяжущее и желчегонное действие щавеля (при малых дозах). Щавель стимулирует мускулатуру толстого кишечника, но к препарату может развиться привыкание, поэтому нужно чередовать его с другими слабительными. *Для очищения кишечника при отравлениях и в начале инфекционных заболеваний применять не рекомендуется.*

Показания для назначения: хронические спастические колиты, запоры на почве атонии кишечника, геморрой, дизентерия, кровавые поносы. Особенно эффективен при лечении энтероколитов с кровотечением и детских поносов. В последние годы открыто гипотензивное действие щавеля. Входит в состав микстуры М. Н. Здренко.

В народной медицине отвары корней применяют при поносах, дизентерии и других желудочно-кишечных заболеваниях, отвар всего растения при простуде (столовую ложку корней кипятят 15 минут в 1,5 стаканах воды, настаивают 4 часа, принимают по столовой ложке 3—4 раза в день до еды). Настой травы помогает при стоматитах и гингивитах. Наружно отвар корней используют при кожных заболеваниях (чесотке), компрессы из отвара семян — для лечения ожогов. Свежие измельченные листья прикладывают к нарывам для ускорения их созревания.

Лекарственное сырье — все растение. Листья собирают во время цветения, плоды — в августе до созревания, корни и корневища — осенью. Сушат на воздухе.

Щитовник. Семейство настоящих папоротников.

Щитовник игольчатый, остистый, щетинистый.  
*Dryopteris spinulosa* O. Kuntze.

Многолетнее травянистое споровое растение с косо растущим корневищем и многочисленными тонкими корнями. Корневище несет пучок дваждыперистых листьев, у которых сегменты второго порядка перисторассеченные, с зубцами, вытянутыми в мягкую иголочку. Листья на коротких черешках, густо покрытых вместе с главным нервом буроватыми чешуйками. На нижней стороне листьев в конце лета развиваются спорангии. Споры созревают в конце июля — начале августа.

Распространен в лесной зоне и горнолесном поясе Сибири и Дальнего Востока. Довольно часто встречается в черневых лесах Салаира, Горной Шории, Северо-Восточного Алтая, Кузнецкого Алатау и в Саянах. Обычно растет в хвойных, преимущественно кедрово-пихтовых (черневых) лесах, реже в мшистых сосновых борах.

В ботаническом отношении очень близок к мужскому папоротнику (щитовнику). Исследования показали, что по свойствам и содержанию филицина эти виды равноценны.

Заслуживает дальнейшего фармакологического изучения и клинической проверки, ввиду довольно значительных запасов лекарственного сырья.

Щитовник мужской, папоротник мужской.  
*Dryopteris filix mas* Schott.

Многолетнее травянистое сильно ядовитое споровое растение до 1 м высотой, с толстым, бурым, косо приподнимающимся корневищем, покрытым многочисленными придаточными нитевидными корнями. Корневище имеет слабый запах и сладковато-вяжущий вкус. Из верхушки корневища выходят крупные перистосложные листья. На нижней стороне их к осени развиваются два ряда коричневых бугорков (сорусов), представляющих собой группы спор.

От других видов папоротников Сибири мужской щитовник отличается корневищем и тем, что его сорусы покрыты сверху почковидными покрывальцами, а листья имеют короткие черешки, густо усаженные буроватыми чешуйками.

Распространен на юге Западной Сибири главным образом в черневых лесах Салаира, Северо-Восточного Алтая, Горной Шории, Кузнецкого Алатау. Встречается также в Саянах (по р. Алиму) и на Дальнем Востоке. Растет в хвойных кедрово-пихтовых лесах, кустарниках, оврагах, в долинах рек.

Корневища содержат сырой филицин, в состав которого входят производные флороглюцина и масляной кислоты — филиксовая кислота (чистый филицин), флаваспидиновая кислота, альбаспидин и другие мышечные яды. Кроме того, есть жирное масло, крахмал, сахарозы, дубильные и другие вещества.



В медицине папоротник применяют как противоглистное средство в виде экстрактов, новогаленового препарата филиксана — преимущественно против ленточных глистов (широкий лентец, бычий и свиной цепни и др.) и анкилостомид.

*Препараты папоротника ядовиты и могут использоваться лишь по назначению и под наблюдением врача.*

Как лекарственное растение известно с глубокой древности. Его описывали Dioscorid, Плиний и особенно подробно — Авиценна.

В народной медицине настой корневищ применяют как противоглистное средство, отвары — при заболевании седалищного нерва, спиртовую настойку — при сухом плеврите. Настой корневищ используют для ванн, примочек, обтираний при судорогах ног, ревматизме, гнойных ранах и язвах (100 г корневища на 3 л воды, кипятить 2 часа, употреблять при 28—30° С).

Собирают корневища осенью в сентябре — октябре, очищают от земли, корней и чешуйчатых листьев и сушат в печах или проветриваемых помещениях. Чаще их слегка провяливают и сдают для немедленного приготовления экстракта. Продолжительного хранения не выдерживает (срок хранения — 1 год). Побуревшие внутри корневища к употреблению не пригодны.

Щитовник пахучий, каменный зверобой.  
*Dryopteris fragrans Schott.*

Многолетнее травянистое споровое растение с толстым корневищем и жесткими ароматичными листьями. Споры созревают в июле — первой половине августа.

Редкое для Западной, но довольно распространенное в Средней (Саяны), Восточной Сибири и на Дальнем Востоке растение. Встречается на скалах и каменистых склонах.

Химический состав не изучен. Содержит кумарин, придающий ему аромат.

Среди населения Забайкалья, как отмечает проф. Л. П. Сергиевская, — это популярное средство от головной боли. Парам растения лечат болезни ушей (держат голову над парами). Применяется в тибетской медицине. Употребляется для настоек и как суррогат чая. Пригоден для парфюмерии.

Заслуживает дальнейшего фармакологического изучения.

Элеутерококк колючий, дикий перец. *Eleutherococcus senticosus Max.* Семейство аралиевых.

Сильно колючий кустарник с длинными корнями и большим количеством светло-серых одревесневших стеблей с многочисленными загнутыми вниз шипами. Листья длинночерешковые, пятипальчато-раздельные, мелкопильчатые. Цветки мелкие, как правило, двудомные, раздельнополые — пестичные желтоватые, тычиночные — бледно-фиолетовые, с сильным запахом, собраны в шаровидные зонтики. Плоды — костянки, черные, ягодообразные, блестящие, с резким запахом. Цветет со второй половины июля до августа. Хороший медонос. Плоды созревают в сентябре.

Распространен в Приморском, Хабаровском краях в зоне кедрово-широколиственных лесов, в Амурской области и на Сахалине. Один из основных представителей подлеска лесов среднего и нижнего подпооясов горнолесного пояса (в горы поднимается до 800 м над уровнем моря). После вырубки хвойных лесов заросли элеутерококка обычно увеличиваются и, по наблюдениям А. А. Бабурина, на 4—7-летних рубках количество особей элеутерококка может достигать 2—2,5 тыс., что дает возможность заготавливать 100—150 кг корня с 1 га.

Химический состав растения изучен недостаточно, имеются сведения, что корни и стебли содержат производные кумарина, а листья и цветы — производные флавоноидов. Как указывает крупнейший знаток элеутерококка проф. И. И. Брехман<sup>1</sup>, метанольное (спиртовое) извлечение из корней представляет сложную смесь веществ, содержащих гликозидную фракцию (в ней установлено более семи видов элеутерозидов — основные действующие вещества), глюкозу, сахарозу и смесь красящих веществ. В различных частях элеутерококка найдены жирные и эфирные масла, пектиновые вещества, крахмал, смолы, антоциан, камедь и другие вещества.

Настойка корней элеутерококка является заменителем женьшеня, оказывая значительно лучшее тонизирующее, адаптогенное и лечебное действие. Она способствует ускоренному восстановлению сил при физическом и умственном переутомлении, общей слабости организма после перенесенных заболеваний и нормализует кровяное давление.

В эксперименте препарат элеутерококка оказал задерживающее влияние на развитие раковых опухолей. Используется в комплексном лечении злокачественных опухолей. Как показали исследования, экстракт элеутерококка, в отличие от женьшеня, способствует повышению КПД организма и как бы мобилизует резервы за счет лучшего усвоения пищи и более высокой сопротивляемо-

---

<sup>1</sup> И. И. Брехман. Элеутерококк. Л., изд. АН СССР, 1968.



сти к неблагоприятным факторам среды. Элеутерококк, также в отличие от женьшеня, является тонизирующим и лечебным средством круглогодочного действия. Наконец, что важно по сравнению с женьшенем — это большие сырьевые возможности для приготовления препаратов массового применения.

Жидкий экстракт корня элеутерококка назначают при гипотонии (иногда начальных формах гипертонии), атеросклерозе, нервно-психических расстройствах, главным образом функционального характера (неврозы, вегетодистонии, астенические и гипостенические состояния), при диабете по 25—30 капель 2—3 раза в день. Курс лечения 25—30 дней. Повторные курсы проводятся после одно-, двухнедельного перерыва. В домашних условиях настойку из корней элеутерококка готовят на 40° спирте (водке). На 100 г корней берется литр водки. Настойку принимают через 7 дней, по десертной ложке 2—3 раза в день в течение месяца<sup>1</sup>.

По исследованиям Института биологически активных веществ Дальневосточного научного центра АН СССР, общие ресурсы корней элеутерококка составляют не менее 45 тыс. тонн. Только в Приморском крае можно без ущерба ежегодно заготавливать до 2000 т корня (в пересчете на сухой вес), что в 2—3 раза превышает годовую потребность в этом сырье. Кроме того, через 8—10 лет можно проводить повторные заготовки на тех же местах. Изучаются возможности полного использования всего растения в медицине, ветеринарии, животноводстве.

Максимальная активность корней — в сентябре, листьев — в июле, перед цветением.

Заготовку корней производят во второй половине сентября. Корни выкапывают кирками, лопатками или педальными выкопными рычагами. В почве нужно оставлять не менее 20% корневой системы растений. Сушку корней производят в сушилках при температуре 70—80°, или на чердаках с хорошей вентиляцией. Основные места заготовок — Шкотовский, Анухинский, Кировский, Партизанский, Михайловский, Чугуевский районы Приморского края и южные районы Хабаровского края.

Эспарцет сибирский. *Onobrychis sibirica* Turcz. Семейство бобовых.

---

<sup>1</sup> М. А. Гриневич. Элеутерококк. Владивосток, Дальневосточное книж. изд., 1970.

Многолетнее травянистое растение со стержневым корнем и несколькими прямостоячими стеблями. Цветки мотылькового типа, темно-розовые, собраны в густые колосовидные кисти. Плоды — односеменные шиповатые бобы. Цветет в июне — июле, плоды созревают в августе.

Распространен в южной части лесной зоны (северная граница проходит через пункты: Тюмень — Ялуторовск — Ишим — Куйбышев — Колывань — Уртам — Проскоково — Красноярск — Иркутск — Якутск), в лесостепной и отчасти в степной зонах Сибири. Растет на степных лугах (Барабы, Кулунды, Кузнецкой степи), на задернованных горных склонах, в степных долинах, вдоль горных рек на Алтае, в Саянах, Прибайкалье, Забайкалье, в долинах Вилюя и Олекмы. Встречается также вдоль дорог и как сорное около полей.

Витаминоносное растение. Содержит значительное количество аскорбиновой кислоты, каротина, углеводы, белки, различные ферменты и другие вещества. В семенах найдено 7—8% жирного масла с твердыми жирными кислотами, сахароза и раффиноза. Ценный медонос.

В народной медицине водный настой и отвар травы и корней применяют при маточных кровотечениях и как средство, усиливающее половую деятельность мужчин.

Траву собирают в мае — июне, корни заготавливают осенью.

Важно продолжать фармакологические исследования этого ценного растения и отобрать для культуры лучшие его популяции.

**Эфедр а.** Семейство эфедровых (хвойниковых).

Род низких двудомных ветвистых кустарников, относящихся к особому классу гнетовых растений с недоразвитыми листьями в виде влагалищ, мутовчатыми ветвями и плодами — ложными ягодами красного или желтого цвета. В Сибири имеют медицинское значение четыре вида: эфедр а двухколосковая, эфедр а односемянная, эфедр а средняя и эфедр а хвощевая.

**Эфедр а двухколосковая**, хвойник, или кузьмичева трава. *Ephedra distachya* L.

Низкий ветвистый кустарник со светло-зелеными укороченными стеблями и красными шаровидными ягодообразными плодами.

Распространен в степной зоне европейской части Союза, где получил народное название кузьмичевой травы по имени крестьянина Федора Кузьмича Мухавникова, который лечил отваром из стеблей растения ревматизм, желудочно-кишечные заболевания и другие болезни. После опубликования в 1889 г. в «Самарских губернских ведомостях» статьи Н. П. Партанского интерес к этому растению резко возрос. Кузьмичева трава почти столетия служила предметом массовой заготовки и широкой торговли. Ее завозили в Сибирь до



Забайкальях включительно, пока местный исследователь, врач П. А. Кельберг, не установил, что забайкальская эфедра (эфедра односемянная) *Ephedra monosperma* С. А. М. не уступает по действию привозной.

Эфедра двухколосковая встречается также в Западной Сибири; в сухих степях Кулунды, на скалах и южных степных склонах Алтая.

В 1887 г. в эфедре (китайской) был открыт алкалоид эфедрин, нашедший с 1924 г. применение в официальной медицине и включенный в Фармакопею СССР. Эфедра двухколосковая не является сырьем промышленного значения, так как содержит небольшое количество эфедрина (0,25—0,3%).

Эфедра двухколосковая широко применяется в народной медицине от ревматизма, водянки, малярии, желудочно-кишечных болезней и т. д. *Молодые стебли ядовиты, и их можно использовать только под контролем врача.*

Эфедра односемянная. *Ephedra monosperma* С. А. М.

Кустарник до 30 см высоты с желто-зелеными членистыми ветвями и мясистыми красными плодами, содержащими одно (реже два) темно-бурое семя.

Встречается в Бурятской АССР и Читинской области, доходит на западе до Алтая. Растет на каменистых склонах, галечниковых отложениях, на сухих участках каменистых степей.

Забайкальскую эфедру в качестве источника получения промышленного эфедрина предложил сотрудник ВИЛР П. С. Массажетов. По исследованиям акад. А. П. Орехова, этот вид отличается наиболее значительным содержанием эфедрина (в среднем 1%, в т. ч. в одревесневших веточках 0,8%, в зеленых стеблях до 3,5%).

В медицине применяют эфедрин гидрохлорид, который подобно адреналину повышает артериальное давление, расширяет сосуды бронхов, углубляет дыхание. Назначают при остром снижении кровяного давления, при гипертонической болезни, острых травмах, кровопотерях, спинномозговой анестезии, миастении. Его используют также при бронхиальной астме, коклюше, бронхитах, сенной лихорадке, крапивнице, вазомоторном насморке, сывороточной болезни, отравлении наркотиками и снотворными.

Эфедра средняя. *Ephedra intermedia* Schr.

Низкий кустарничек с желтовато-зелеными ребристыми, мелко бугорчатыми ветвями и красными мясистыми плодами.

Встречается в Западном Алтае на щебнистых склонах.

Растение содержит в зеленых частях ветвей до 1,5% эфедрина. В нем найден также псевдоэфедрин, который может быть превращен в эфедрин. Имеет аналогичное применение с другими видами. Это растение встречается в северном Китае, где используется в традиционной медицине под названием «ма-хуан» при бронхиальной астме, коклюше, туберкулезе, а также как жаропонижающее и мочегонное средства.

Эфедр а хвоще в а я, высокая, или горная. *Ephedra equisetina* Vge.

Многолетний кустарник с ползучим корневищем и толстым серым стволом до 1 м высоты, с членистыми гладкими зелеными ветвями. Листья чешуйчатые, зачаточные, супротивные, сросшиеся у основания. Цветки мелкие, однополые, собраны в небольшие колоски. Пыльниковые цветки состоят из тычинок, сросшихся нитями в колонку. Женские цветки содержат одну семязпочку, окруженную двумя покровами, которые после оплодотворения образуют ложный красный ягодообразный плод. Цветет в мае — июне, плодоносит в июле.

Распространена на Алтае, в степных районах Красноярского края (Ачинско-Минусинско-Хакасских степях), в Саянах. Растет по скалам и каменистым склонам гор, заходит в альпийский пояс.

Эфедр а хвоще в а я рекомендована П. С. Массажетовым в качестве основного источника сырья для получения эфедрина в заводских условиях.

Тонкие зеленые ветви содержат эфедрин (от 0,6 до 3%), псевдоэфедрин, метилэфедрин, нор-псевдоэфедрин (катин), пирокатехин, дубильные и другие вещества.

По исследованиям ВИЛР, основные запасы сырья эфедры хвощевой имеются в Казахстане и Средней Азии. Общие сырьевые ресурсы ее составляют более 4 тыс. тонн. Рекомендуемый режим эксплуатации — чередование заготовки травы эфедры через год. При этом условии возможный объем ежегодных заготовок сырья составит около 2 тыс. тонн.

Лучшее время заготовки сырья август — сентябрь, когда в растении содержится наибольшее количество фармакологически активных веществ. Ножницами или острыми секаторами срезают травянистые части кустов, захватывая только зеленые ветви, которые сушат в проветриваемом помещении или на солнце. В последнем случае следят, чтобы не пересушить сырье, и быстро убирают его в мешки. Выход сушеного сырья по отношению к весу свежесобранного составляет около 55—60%.



Ярутка полевая. *Thlaspi arvense* L. Семейство крестоцветных.

Однолетнее растение с прямостоячими стеблями. Листья сидячие, продолговатые, при основании стреловидно-зубчатые. Цветки мелкие, белые, собраны в кисти. Плоды — округлые сплюснутые стручочки с крылатым килем и маслянистыми семенами. Цветет в июне — августе.

Распространено как сорное растение в лесной, лесостепной и степной зонах по всей Сибири от Урала до Камчатки. Встречается в Приморье, Северной Корее, Китае. Растет на полях, у дорог, около жилья.

Надземная часть растения содержит гликозид синигрин и аскорбиновую кислоту, семена — до 33% жирного невысыхающего масла, аскорбиновую кислоту и гликозиды. Листья имеют вяжущее, дезинфицирующее и противоглистное действие.

В народной медицине применяют от лихорадки, при грудной жабе, скарлатине (рекомендуют пить настой травы и полоскать им горло). Экстракт из свежего растения обладает кровоостанавливающим действием и используется при маточных кровотечениях. На Алтае настой из листьев пьют от гонорей.

Листья съедобные и иногда употребляются как салат. Ясменник душистый. *Asperula odorata* L. Семейство мареновых.

Многолетнее травянистое корневищное растение с прямостоячими стеблями высотой 20—60 см. Листья мутовчатые, по 8 в мутовке, сидячие, ланцетные. Цветки мелкие, белые, собраны в верхушечную щитковидную метелку. Цветет во второй половине мая — в июне. Плоды покрыты крючковидными щетинками.

Распространен в горнолесном поясе Западной Сибири — на Салаире, в горной Шории, на Алтае, в Кузнецком Алатау, в Средней Сибири по Саянам, а также в Приморском крае и на Сахалине. Растет в темнохвойных (пихтово-еловых и кедровых) лесах, в липняках и осинниках.

Ясменник душистый содержит кумарин, горькое и дубильное вещества.

В народной медицине настой травы применяют как слабительное, успокаивающее, мочегонное, а также как средство, помогающее растворению песка и камней в желчевыводящих протоках, желчном пузыре и почках. Для приготовления настоя 10—15 г (десертную ложку) заливают 5 стаканами горячей воды, настаивают 3—4 часа и пьют по полстакана 3—4 раза в день до еды или 1 стакан вечером, перед сном, как успокоительное. На-

ружно настоей травы применяют для примочек, компрессов и обмываний ран, язв и при кожных болезнях. Настой корней пьют как вяжущее при расстройствах желудка.

*Внутреннее применение требует осторожности в дозировке, так как растение ядовито и прием большого количества настоя может вызвать тяжелое отравление, сопровождающееся рвотой, головной болью, головокружением.*

Собирают траву в конце цветения в июне. Сушат быстро в тени, раскладывая тонким слоем, чтобы не почернела, и сохраняют в сухом месте в жестянках, деревянных ящиках с бумажной прокладкой.

Яснотка белая, глухая крапива. *Lamium album* L.  
Семейство губоцветных.

Многолетнее травянистое растение с ползучим корневищем и прямыми четырехгранными опушенными стеблями. Листья супротивные, яйцевидные, с сердцевидным основанием, крупнопильчатые. Цветки двугубые, белые, опушенные, расположены в пазухах верхних листьев. Цветет в мае — августе. Плод состоит из четырех орешков трехгранной формы.

Распространена в тундровой, лесотундровой, лесной зонах и горнолесном поясе Сибири и Дальнего Востока. Растет в густых хвойных и березовых лесах, на опушках, по берегам рек и болот, иногда как сорняк около жилья, на огородах.

Листья содержат эфирное масло, аскорбиновую кислоту, каротин, сапонины, слизь, дубильные вещества, гликозиды, алкалоид ламиин, сахара, микроэлементы. В цветках — большое количество слизи, сапонины, следы алкалоидов, дубильные вещества, аскорбиновая кислота, эфирное масло, флавоноиды, холин, гистамин.

Ценный медонос. По исследованиям Н. Н. Карташов, в дневные часы один цветок дает до 2,5 мг нектара. Цветки имеют экспортное значение.

В народной медицине используется как кровоостанавливающее, вяжущее, мочегонное и отхаркивающее средства. Водный настой цветков пьют при болезнях органов дыхания, малокровии, нервном возбуждении, болезнях селезенки и почек, легочных и маточных кровотечениях, желтухе, малярии, бессоннице и особенно при кожных заболеваниях (экземе, крапивнице, фурункулезе). Иногда настоей используют для полоскания горла при ангинах (столовая ложка цветков на стакан кипятка). Наружно настоей цветков и травы используют для ванн при зудящих сыпях, ранах, язвах, геморрое.



Траву собирают с мая по август; цветки в мае — июле. Их быстро высушивают при температуре не выше 25° С.

Ястребинка. Семейство сложноцветных.

Ястребинка волосистая. *Hieracium echinoides* Linn.

Многолетнее травянистое растение с опушенным стеблем и розеткой ланцетовидных, сильно опушенных снизу листьев. Цветки лимонно-желтые, расположены на верхушке стебля. Цветет в мае — июне. Плоды — семечки темно-красного цвета.

Распространена в южной половине лесостепной и степной зон Западной и Средней Сибири. Растет на степных лугах, в сосновых борах на песчаной почве, на паровых полях, каменистых склонах.

В химическом отношении не изучена. Известно лишь, что содержит дубильные и красящие вещества.

В народной медицине применяют водный настой как средство, усиливающее выделение желудочного сока, кровоостанавливающее при маточных кровотечениях, от малярии и желтухи. 10 г травы настаивают в 2 стаканах кипятка, процеживают и пьют по четверти стакана 2—3 раза в день. Примочки из отвара прикладывают к свежим ранам или засыпают их порошком из травы. При маточных кровотечениях отвар (пополам с кипяченой водой) применяют для спринцевания.

Заслуживает фармакологического изучения.

Ястребинка зонтичная. *Hieracium umbellatum* L.

Многолетнее растение с красновато-фиолетовым густо облиственным стеблем. Листья ланцетовидные, снизу волосистые. Цветки желтые, собраны в зонтиковидное соцветие. Семечки красновато-бурые.

Распространена в лесной и лесостепной зонах Сибири и Дальнего Востока. Растет чаще в сосновых борах, в смешанных осино-вых и березовых лесах и колках.

Растение содержит дубильные вещества.

Настой корневищ в народной медицине используют как вяжущее и кровоостанавливающее средство, листья — как ранозаживляющее. Медонос.

Заслуживает изучения ввиду значительных запасов сырья.

Ятрышник. Семейство орхидных.

Многолетнее травянистое растение с клубневидными корнями, издавна используемыми в народной и официальной медицине. В Сибири встречаются несколько видов, из

клубней которых заготавливают салеп — ятрышник лиловый, пятнистый, шлемовидный, а также кукушник длинношпорцевый.

Ятрышник лиловый, или широколистный. *Orchis latifolia* L.

Имеет пальчатораздельные клубни. Растет на поемных и сырых лугах в лесной и лесостепной зонах Сибири.

Ятрышник пятнистый. *Orchis maculata* L.

Клубни слегка сплюснутые, пальчатолопастные. Листья темно-зеленые, линейно-ланцетовидные с коричневыми поперечными пятнами.

Распространен в лесной и лесостепной зонах Сибири. Растет на лесных лугах, в разреженных, чаще сосновых лесах, на опушках березовых колков, на болотах и по их окраинам. Особенно часто встречается в Томской, Тюменской, Омской и Иркутской областях.

Ятрышник шлемовидный. *Orchis palustris* L.

Имеет цельные, яйцевидные, к концу суженные клубни. Стебель слегка ребристый, несущий 3—4 листа, из которых нижние — эллиптические, верхние — узкие, заостренные. Неправильные цветки, похожие на шлем, в верхней части розовые, а в нижней беловатые, с пурпурными крапинками, собраны на верхушке в довольно густое, цилиндрическое соцветие.

Встречается в южной половине лесной и в лесостепной зонах Сибири и на Дальнем Востоке. Растет на лесных и сыроватых лугах, по опушкам, на сырых лугах, по берегам рек.

Клубни ятрышников содержат до 50% слизи, 27% крахмала, 5% белков, 1% сахара, горечи, летучие масла, щавелевокислый кальций, минеральные соли.

В медицине клубни ятрышников — салеп (от арабского — салеб) — применяют в виде густой слизи как обволакивающее при катарах кишечника, поносах, особенно детских, и как общеукрепляющее.

В древней Руси считали, что клубни ятрышника обладают любовными чарами и приготавливали из них привораживающее зелье.

В Персии советовали запасать клубни как пищевые резервы на время неурожая или осады. На Ближнем Востоке их давали больным для восстановления сил. Татары Большой орды брали с собой клубни в дорогу.

Народная медицина применяет порошок из клубней при поносе, дизентерии, катарах кишечника, цистите, пищевых и других отравлениях, когда для лечения воспаленных тканей желудочно-кишечного тракта нужна обволакивающая слизь. При поносах для большего эффекта делают клизмы из раствора порошка с добавлением десятой части льняного семени. Салеп очень эффективен для поддержания сил при старческом истощении, тубер-



кулезе, ослаблении после кровотечений или изнурительной болезни.

Копают клубни в июле, августе, после отцветания, но когда еще сохранилась цветочная стрелка. Собирают лишь молодые, мясистые, бледно-желтые клубни, обмывают водой, снимают кожицу, на 2—3 минуты погружают в кипяток, чтобы убить способность к прорастанию и извлечь горечь. Потом сушат при умеренной температуре на воздухе или в сушилках, нанизав на нитки или рассыпав тонким слоем. Хранят в сухом месте.

Запасы сырья ограничены, поэтому нужно уже теперь широко ставить опыты по разведению ятрышников в культуре и создавать заказники.

## Глава IV

### КУЛЬТУРНЫЕ РАСТЕНИЯ, ИСПОЛЗУЕМЫЕ КАК ЛЕКАРСТВЕННЫЕ

В Сибири широко распространены овощные, сочно-плодные, декоративные растения, содержащие значительное количество различных биологически активных веществ и оказывающие общеукрепляющее и лечебное действие. Некоторые из приведенных ниже видов включены как рекомендуемые для массовой культуры и лечебного применения.

Алоэ древовидное, алой, столетник. *Aloe arborescens* Mill. Семейство лилейных.

Растение содержит смесь различных антрагликозидов (алоины), значительное количество смолистого вещества сложного состава, обладающего слабительным действием, витамины, фитонциды, ферменты, горечи, следы эфирного масла.

В научную медицину введен акад. В. П. Филатовым. Приготовленный по его методу экстракт из листьев алоэ содержит биогенные стимуляторы, повышающие сопротивляемость организма и усиливающие обмен веществ. Экстракт применяют для лечения язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, бронхиальной астмы, хронического воспаления суставов, ряда глазных заболеваний. Линимент (эмульсия) из листьев алоэ эффективен при ожогах, поражениях кожи лучевой болезнью, эпидермитах, сухой себорее.

Сок алоэ и сабур<sup>1</sup> (сгущенный сок) рекомендуют при катаре желудка, сопровождающемся пониженной кислот-

---

<sup>1</sup> От арабского слова сабр — терпение; за высокую устойчивость к засухе в символике растений алоэ получил символ терпения.



ностью, и как слабительное при хронических запорах. Свежий сок обладает бактерицидным действием и используется наружно при гнойных воспалительных процессах и жирной себорее. Сироп из сока алоэ с железом назначают при анемиях различной этиологии, геморрое, злокачественных новообразованиях, после перенесенной инфекции.

Лечебные свойства алоэ известны с глубокой древности. На родине растения — в далекой Африке — сабур использовали как сильное слабительное, а в небольших дозах — как горечь, возбуждающую аппетит. Алоэ было известно древним египтянам. Диоскорид оставил великолепное описание действия алоэ (очевидно, сабура): «Сгущает и высушивает раны, возбуждает сон, излечивает царскую болезнь..., изгоняет флегму. Зарубцовывает и стягивает раны тела, рта, половых органов, приостанавливает выпадение волос на голове, если втирать после бритья головы. Очищает желчь и устраняет желтуху, хорошее средство при ожогах и опухолях. При болезнях глаз примочку из алоэ употребляют для сухости и излечения. Приемы 2—3 драхм очищают желудок, не причиняя ему боли, удаляют кал и нечистоты».

Сабур высоко ценился древней медициной. Любопытно, что во время похода в Индию (356—294 гг. до н. э.) Александр Македонский по совету своего наставника знаменитого философа Аристотеля захватил остров Сокотру в Индийском океане, жители которого занимались разведением алоэ.

В народной медицине сок и листья алоэ используют для лечения туберкулеза, болезней желудка, ожогов, нарывов, хронических язв, как сильное общеукрепляющее средство. При туберкулезе легких популярна смесь, которую готовят из 15 г сока свежего алоэ, 100 г сливочного масла или смальца, или гусиного жира, 100 г меда и 100 г порошка какао и пьют по столовой ложке 2—3 раза в день в стакане горячего молока<sup>1</sup>.

При язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки Н. П. Сидоренко указывает на применение настойки из листьев алоэ, которую приготавливают следующим образом (Губергриц и Соломченко, 1971): полстакана из-

---

<sup>1</sup> Такая смесь приносит значительное облегчение больным, но научная медицина сейчас располагает более действенными синтетическими препаратами.

мельченных листьев алоэ смешивают со стаканом сахарного песка, смесь настаивают в темном месте 3 дня; затем в нее добавляют стакан красного натурального виноградного вина и еще настаивают сутки. Принимают по столовой ложке 2—3 раза в день перед едой 1—2 месяца. Настойку хранят в прохладном месте.

Для приготовления общеукрепляющей смеси берут 150 г свежего (лучше биостимулированного) сока алоэ, смешивают с 250 г меда и 350 г кагора и пьют по столовой ложке 3 раза в день до еды. Чтобы приготовить биостимулированный сок алоэ, срезают нижние или средние, хорошо развившиеся листья, промывают кипяченой водой, дают обсохнуть и помещают в закрытой посуде в темное прохладное место при температуре 4—8°С на две недели. Затем листья перемалывают на мясорубке и выжимают сок через марлю.

Для приготовления водного настоя биостимулированные листья пропускают через мясорубку, добавляют в пятикратном количестве воду, настаивают час, нагревают до кипения и, прокипятив 2—3 минуты, процеживают через марлю. Применяют в виде примочек при различных заболеваниях кожи, для полосканий рта и горла при воспалительных процессах и пьют по чайной ложке 2—3 раза в день при желудочно-кишечных болезнях.

Примочки из свежего сока биостимулированных листьев (2—3 раза в неделю по 10 минут) эффективное средство, тонизирующее кожу и предупреждающее появление морщин и устраняющее воспалительные процессы и раздражения (Юркова, 1971).

Парфюмерная промышленность выпускает крем «Алоэ», содержащий биостимулированный сок растения, ланолин, спермацет, косточковое масло (предназначенный для сухой кожи), обладающий бактерицидным и тонизирующим действием.

*Препараты алоэ следует принимать внутрь лишь по назначению врача.* Алоэ противопоказан при тяжелых сердечно-сосудистых заболеваниях, гипертонии, острых формах желудочно-кишечных расстройств и беременности. Для наружного применения противопоказаний нет.

Анис обыкновенный. *Anisum vulgare* Gaerth.

Семейство зонтичных.

Растение содержит эфирное и жирное масла.

Плоды и эфирное масло из них используются в науч-



ной медицине в качестве компонента отхаркивающих средств в нашатырно-анисовых каплях, рекомендуемых при катарах дыхательных путей, особенно при бронхитах (по 5—10 капель 2—3 раза в день), в грудном эликсире, грудном чае. Плоды аниса входят в состав слабительного и потогонного чаев.

Анис, как лекарственное средство, улучшающее пищеварение, применялся еще в Древнем Египте и Риме. В народной медицине водный настой плодов (чайную ложку измельченных плодов заливают стаканом кипятка и пьют по трети стакана за полчаса до еды) используют в качестве возбуждающего аппетит, при различных желудочных заболеваниях, скоплении газов в кишечнике, простуде (вместе с корнем солодки, корнем алтея, листьями мать-и-мачехи, смешанными в равных частях).

Арбуз съедобный. *Citrullus vulgaris* Schrad.  
Семейство тыквенных.

Содержит сахара, азотистые вещества, клетчатку, жиры, каротин, тиамин, рибофлавин, никотиновую кислоту, минеральные соли, особенно калий.

Используется как ценный продукт в лечебном диетическом питании. При ожирении арбузы рекомендуют включать в разгрузочные дни (дневная норма — 1,5—2 кг арбуза и 100 г творога). Проф. Н. З. Умков успешно использовал корку арбуза для лечения колитов у детей.

В народной медицине используют сильное мочегонное, желчегонное и противовоспалительное средство, при подагре, почечнокаменной болезни, ожирении, желтухе, склерозе, артритях и как общеукрепляющее. Отваром корок лечат желудочные заболевания. Семена считаются кровоостанавливающим и противоглистным средством.

Бобы русские, или конские. *Faba vulgaris* Moench.  
Семейство бобовых.

Семена содержат крахмал и другие углеводы, белки, жир, клетчатку, различные ферменты, зольные вещества.

В народной медицине отвар семян и протертые вареные семена применяют от кашля, поноса и как мочегонное. Отвар или настой цветков употребляют для обмываний лица как косметическое средство. Отваренные в молоке растертые семена прикладывают к нарывам для ускорения их созревания. Горячую муку из бобов применяют при фурункулезе, абсцессах и воспалениях кожи.

Цветки собирают в мае — июне, семена — в августе — сентябре.

Горох посевной. *Pisum sativum* L. Семейство бобовых.

Плоды гороха богаты углеводами, белками, содержат жир, витамины группы В, каротин, аскорбиновую кислоту, соли калия, фосфора, марганца и другие вещества.

В народной медицине отвар из травы и плодов гороха принимают как мочегонное, способствующее растворению камней в почках, гороховую муку используют для припарок при фурункулезе и карбункулезе.

Траву собирают во время цветения.

Горчица сарептская. *Brassica juncea* L. Семейство крестоцветных.

Семена содержат гликозид синигрин, фермент мирозин, много жирного масла сложного состава.

Широко применяется в медицине при простудных заболеваниях, плевритах, радикулитах, ревматизме и неврите в качестве местного раздражающего и отвлекающего средства в виде горчичников, приготовленных из обезжиренных семян. Вместо горчичников можно использовать горчичные ванны (из расчета: 2 столовые ложки горчичного порошка на ведро воды). Горчичный спирт (2%-ный раствор эфирногорчичного масла в спирте) используют для растираний, чтобы вызвать прилив крови к пораженному участку тела. Эфирное горчичное масло обладает антисептическим действием. Семена горчицы входят наряду с корой крушины, плодами аниса, корнем солодки и травой тысячелистника в состав желудочного чая, регулирующего деятельность кишечника. Иногда горчицу прописывают при запорах (натошак треть чайной ложки горчичного порошка, запивают молоком).

В народной медицине горчицу используют в основном как отвлекающее и раздражающее средство при простуде и ревматических болях.

*При воспалении почек и туберкулезе легких горчица противопоказана.*

Гречиха посевная. *Fagopyrum sagittatum* Gilib. Семейство гречишных.

Цветущее растение содержит рутин, фагопирин, органические кислоты, зерно — белок, крахмал, сахар, органические кислоты, тиамин, рибофлавин, жиры, железо, фосфор.



Верхушки цветущих растений служат сырьем для получения рутина, применяемого в медицине для лечения заболеваний, сопровождающихся усиленной проницаемостью кровеносных капилляров и их хрупкостью: при гипертонии, геморрагическом диатезе, скарлатине, кори, рентгено- и радиотерапии.

Гречневая крупа — ценный диетический продукт. Высокое содержание лецитина обусловило ее применение при заболеваниях печени, нервной и сосудистой систем.

В народной медицине отвар цветков пьют при простуде, свежие листья прикладывают к ранам. Водный настой цветков и листьев считают противосклерозным средством. Муку используют как детскую присыпку.

Дыня обыкновенная. *Cucumis melo* L. Семейство тыквенных.

Плоды содержат большое количество аскорбиновой кислоты, каротин, фолиевую и никотиновую кислоты, азотистые и экстрактивные вещества; жир, клетчатку, углеводы (в основном сахарозу), минеральные соли — железа, калия, натрия.

Плоды дыни рекомендуют в диетотерапии при анемии, заболеваниях печени, сердечно-сосудистой системы, ожирении. Установлено диуретическое действие дыни, обусловленное высоким содержанием калия при ограниченном количестве натрия.

В народной медицине плоды дыни применяют как общеукрепляющее, мочегонное, противоревматическое и легкое слабительное средства. Водный настой семян пьют при заболевании почек, отвар плодов считается косметическим средством против угрей и веснушек.

Капуста огородная. *Brassica oleracea* var. *capitata* L. Семейство крестоцветных.

Растение содержит белок, жиры, каротин, фолиевую, аскорбиновую, никотиновую кислоты, тиамин, филлохинон, пиридоксин, противоязвенный витамин U, ферменты, фитонциды, соли калия, кальция, фосфора, клетчатку, большое количество соединений серы.

В научной медицине соком капусты лечат атонию кишечника, язвенную болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, хронический и язвенный колиты, некоторые заболевания желчного пузыря и печени, гастриты с пониженной кислотностью. Фармацевтическая промышленность выпускает сухой сок капусты или витамин U.

Капуста играет большую роль в лечебном питании. Ее рекомендуют при сердечно-сосудистых и желудочно-кишечных заболеваниях как сокогонное средство, положительно влияющее на кишечную палочку. Клетчатка способствует выведению из организма холестерина, что важно для профилактики атеросклероза, а тартровая кислота — для профилактики ожирения. Сок квашеной капусты, отличающийся высоким содержанием молочной кислоты, рекомендуют при сахарном диабете. *Сок капусты противопоказан при высокой кислотности желудочного сока и симптомах «раздраженного желудка».*

В народной медицине издавна ценится как общеукрепляющее, противогрибковое, желудочное средство. Свежий сок с сахаром пьют при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, болезнях дыхательных путей и головных связок, селезенки и печени, ожирении (принимают за час до еды 3—4 раза в день от 2 до 5 стаканов, начиная с половины стакана на прием, в течение 3—4 недель). Сок с отваром семян рекомендуют как средство от бессонницы. Отвар семян обладает глистогонным действием. Соком, разведенным водой, полощут рот при воспалительных заболеваниях полости рта. Капусту и капустный рассол в больших количествах рекомендуют при геморроидальных кровотечениях, болезнях печени. Листья, отваренные в молоке, в смеси с отрубями прикладывают к пораженным местам кожи при золотухе и мокнущей экземе.

**Картофель.** *Solanum tuberosum* L. Семейство пасленовых.

Клубни содержат много крахмала, высокоценные белки, жиры, органические кислоты, соли калия, натрия, фосфора, немного гликоалкалоидов, тиамин, рибофлавин, аскорбиновую и никотиновую кислоты. В позеленевших клубнях содержится ядовитый алкалоид соланин.

В научной медицине свежий картофельный сок рекомендуют при язвенной болезни и гастритах. В Чехословакии из картофеля готовят препарат ингибин, назначаемый при язве желудка, отравлении ядами и воспалительных процессах. Установлено положительное действие клубней картофеля при запорах, что связывают с содержащимся в нем соланиновым сахаром, возбуждающим перистальтику кишечника.

В диетотерапии при заболеваниях почек и сердца ис-



пользуется мочегонное действие картофеля. В лечебном питании широко используют картофельный крахмал.

В народной медицине сок картофеля считается средством, помогающим при систематической головной боли и при запорах, регулирующим кислотность желудочного сока. Ломтики сырого картофеля прикладывают к участкам кожи, пораженным экземой. Ингаляция картофельным паром — эффективное средство при простудных воспалениях верхних дыхательных путей.

Конопля посевная. *Cannabis sativa* L. Семейство коноплевых.

Растение содержит алкалоиды, гликозид каннабин, много жирного и эфирного масла, филлохинон, смолистые и другие вещества.

Настой или отвар измельченных семян (5—10 г на стакан воды) рекомендуют в качестве обволакивающего и смягчающего средства при воспалительных процессах в мочеполовых путях. Отвар всего растения иногда используют как успокоительное при бессоннице, эпилепсии.

В народной медицине измельченные семена с водой принимают от кашля, водянки, желтухи, геморроя, при воспалении мочевого пузыря, как молокогонное средство. Поджаренные с солью семена считаются средством от полового бессилия. Припарками из семян и мякоти лечат грудницу, ревматизм, кашицей из семян, сваренных в воде, — нарывы, ушибы, отеки, смесью конопляного масла с медом — мозоли. Ванны из смеси травы конопли, крапивы, спорыша и листьев березы (взятые по 100—200 г каждого вида на ванну) применяют как обменные при заболеваниях токсоплазмозом и как общеукрепляющее при ослаблении организма инфекционными болезнями.

Кориандр посевной, киндза, кишнец. *Coriandrum sativum* L. Семейство зонтичных.

Однолетнее растение, происходит из средиземноморской области, использовалось с доисторических времен в качестве пряности (Беляева, 1946).

Семена содержат небольшое количество алкалоидов, пектин, крахмал, жирное и эфирное масла, в траве — значительное количество каротина и аскорбиновой кислоты.

В современной медицине кориандр используют ограниченно. Плоды входят в состав желчегонного чая наряду с цветками бессмертника, листьями трилистника и мя-

ты — назначают столовую ложку сбора на 2 стакана кипятка по полстакана 2—3 раза в день за полчаса до еды. Иногда рекомендуют настой плодов для улучшения аппетита и при метеоризме, а также как отхаркивающее средство (чайную ложку измельченных семян на стакан воды).

В прошлом водные и спиртовые настои плодов использовали для лечения застарелых расстройств желудка, геморроя, простуды, ран, а обсахаренные плоды — для уничтожения неприятного запаха изо рта. Молодую зелень кориандра употребляют в салаты и супы, как витаминную приправу к мясу, семена используют для ароматизации колбас, сыра, хлеба и кондитерских изделий.

Кресс-салат посевной. *Lepidium sativum* L. Семейство крестоцветных.

Однолетнее растение, родом из Ирана, культивируется с времен древнего Египта. Самый скороспелый овощ, дающий свежую зелень через 20—25 дней после посева. Отличается высоким содержанием витаминов — тиамина, рибофлавина, аскорбиновой и никотиновой кислот; горчичного масла, микроэлементов, среди которых значительное количество железа, кальция, фосфора, йода. Применение в пищу листьев этого салата повышает аппетит, улучшает пищеварение, сон и снижает повышенное кровяное давление.

Свежие листья обладают приятным терпким вкусом, напоминающим вкус хрена, применяются в качестве салата, приправы к супам и мясным блюдам.

Крыжовник обыкновенный. *Grossularia asicularis* Spach. Семейство камнеломковых.

Ягоды содержат сахара, органические кислоты, азотистые соединения, красящие и пектиновые вещества, минеральные соли, каротин, аскорбиновую кислоту.

В народной медицине отвар ягод принимают при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, как болеутоляющее и слабительное средство, а также для усиления мочеотделения (столовую ложку ягод кипятят 10 минут в стакане воды и пьют по четверти стакана 4 раза в день, добавив сахар). Водный настой листьев рекомендуют при туберкулезе легких.

Кукуруза. *Zea mays* L. Семейство злаковых.

Растение содержит ситостерол, стигмастерол, следы алкалоидов, жирное (1,8—2,5%) и эфирное масла, аскор-



биновую, никотиновую и пантотеновую кислоты, каротин, смолу, производные филлохинона, обладающие антигеморрагическим действием, флавоноиды, микроэлементы — железо, медь и никель, благоприятно влияющие на кроветворение.

Настой и жидкий экстракт кукурузных рылец рекомендуют как желчегонное при холециститах, холангитах и гепатитах, в качестве легкого мочегонного при циститах и кровоостанавливающее при разных кровотечениях. Кукурузные рыльца оказались эффективными при сердечно-сосудистых заболеваниях с расстройством водно-солевого обмена. Иногда препараты кукурузных рылец назначают для уменьшения аппетита и профилактики ожирения. Кукурузное масло, добываемое из зародышей семян, показано при атеросклерозе. Масло служит сырьем для получения витамина Е.

В народной медицине водный настой рылец принимают при воспалении придатков матки, сопровождающихся кровотечениями, болезнях почек, камнях мочевого пузыря, водянке. В болгарской народной медицине считается также средством против цепней.

Лекарственное сырье следует хранить в сухом месте, так как под влиянием сырости мочегонное действие рылец переходит в слабительное.

Лен посевной. *Linum usitatissimum* L. Семейство льновых.

Семена содержат жирное масло сложного состава (до 40%), белковые вещества (до 20%), слизь, углеводы, органические кислоты, ферменты, каротин.

Слизь из семян льна применяют как противовоспалительное и смягчительное средство при воспалении дыхательных путей, желудочно-кишечного тракта, мочевых путей, для лечебных клизм при колитах. Из смеси этиловых эфиров ненасыщенных жирных кислот льняного масла изготовляют препарат линетол, рекомендованный для лечения атеросклероза и в качестве наружного средства при химических и термических ожогах и лучевых поражениях кожи. Льняное масло идет на приготовление мазей и втираний.

В народной медицине отвар семян применяют при язве желудка, воспалении дыхательных путей, мочевого пузыря, кишечника, почечных коликах. Толченые семена рекомендуют при хронических запорах (чайную ложку

семян с водой или молоком утром и вечером). Кашицу из измельченных семян, разведенных горячей водой, используют как припарку к фурункулам и воспаленным участкам кожи. Льняное масло с известковой водой (в равных частях) используют для лечения ожогов.

Лук репчатый. *Allium sepa* L. Семейство лилейных.

Луковицы содержат азотистые вещества, клетчатку, различные сахара, инулин (полисахарид), фитин, ферменты, флавоноид кверцетин и его гликозиды, сапонины, жиры, органические кислоты, соли кальция и фосфора, эфирное масло, каротин, аскорбиновую кислоту, тиамин, рибофлавин, фитонциды.

Фармацевтическая промышленность выпускает спиртовую вытяжку из лука — аллилчеп, обладающую антибактериальным действием и стимулирующую секреторную деятельность кишечника. Препарат назначают для лечения атонии кишечника, поносов, а также атеросклероза. Смесь вытяжки из лука с глицерином — аллилглицер — используют для лечения трихомонадных кольпитов. Установлена высокая эффективность вдыхания фитонцидов лука (ингаляция) при лечении ангины, абсцессов легких, гриппозных насморков, ринитов. Фитонциды лука губительно действуют на золотистый стафилококк, палочку сибирской язвы, дифтерийную и туберкулезную. Лук назначают при гипо- и авитаминозах, он входит в состав диетотерапии при атеросклерозе и гипертонии, как средство, уменьшающее содержание холестерина в крови.

Лечебное действие лука известно с глубокой древности. Свежий лук употребляли как общеукрепляющее, при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, как мочегонное при водянке и т. д. Спиртовую настойку — при запорах и почечнокаменной болезни. Свежий сок лука рекомендовали при геморрое, расстройствах кишечника (чайную ложку 3—4 раза в день перед едой). Сок лука втирали в кожу головы для усиления роста волос. Широко известен лук как глистогонное и мочегонное средства — луковицу среднего размера мелко режут, заливают стаканом кипяченой воды, настаивают 12 часов и принимают 2 раза в день в течение 3—4 дней. Свежую луковую кашицу и сок употребляют для лечения ран, ожогов, обморожений, ускорения созревания нарывов, смягчения геморроидальных болей, при ревматизме, зудящих сы-



пях, как косметическое средство против веснушек и угрей.

Мелисса лекарственная, мята лимонная. *Melissa officinalis* L. Семейство губоцветных.

Растение содержит дубильные вещества, эфирное масло с сильным лимонным запахом, органические кислоты, горечи, немного слизи. Установлено спазматическое, болеутоляющее и успокаивающее действие настоев травы. Настой рекомендуют для возбуждения аппетита и деятельности желудочно-кишечного тракта, при рвоте, тошноте, метеоризме, различных невралгиях, неврозе сердца, хронических катарах бронхов, бессоннице, астме, малокровии, половом перевозбуждении, болезненных менструациях (8 чайных ложек травы настаивают 4 часа в 2 стаканах воды и пьют по полстакана 4 раза в день до еды). Настоем полощут рот при зубной боли и воспалении десен, обмывают пораженные сыпью участки кожи (в этом случае количество травы удваивают). Компрессы из обваренной травы рекомендуют как болеутоляющее и смягчающее при фурункулах, ревматизме, ушибах и язвах.

Листья и молодые побеги мелиссы, срезанные до цветения, применяют в свежем или сухом виде в качестве приправы в салатах, супах, мясных и рыбных блюдах, добавки — в компотах и чаях.

Морковь посевная. *Daucus sativus* Rochl. Семейство зонтичных.

Корнеплоды моркови содержат сахара, аскорбиновую кислоту, каротиноиды, тиамин, рибофлавин, пантотеновую и фолиевую кислоты, жирное и эфирное масла, флавоноиды, много минеральных солей кальция, фосфора, железа, меди, кобальта, йода и другие вещества. В цветках — антоциановые соединения и флавоноиды; в семенах — до 13% жирного масла и до 1,5% эфирного; в траве — каротиноиды и рибофлавин.

Корнеплоды широко используются как поливитаминное растение при гипо- и авитаминозах и малокровии. Служит сырьем для получения каротина.

Из семян получен спазмолитический препарат даукарин, назначаемый при атеросклерозе и коронарной недостаточности с явлениями стенокардии (по таблетке 3—5 раз в день за 30 минут до еды). Корнеплоды используют в лечебной диетотерапии. Вместе с плодами шиповника

и брусники и листьями крапивы входит в состав поли-  
витаминных сборов. Употребление в пищу тертой морко-  
ви, сдобренной маслом, и морковного сока (по полстакана  
через день) уменьшает восприимчивость к инфекцион-  
ным заболеваниям и придает коже лица свежесть и бар-  
хатистость. Зелень моркови идет на приготовление вита-  
минных смесей (вместе с петрушкой, пастернаком и сель-  
дереем).

В народной медицине свежую или вареную в молоке  
тертую морковь рекомендуют при общем упадке сил, ма-  
локровии, расстройстве деятельности пищеварительного  
тракта, недостатке молока у кормящих матерей, кашле,  
охриплости голоса, начальной стадии туберкулеза, поло-  
вом бессилии, как мочегонное и противоглистное (особен-  
но против остриц) средства (по столовой ложке утром и  
вечером перед едой). Морковным соком лечат молочни-  
цу у детей.

Настой ботвы (иногда в смеси с петрушкой) прини-  
мают от геморроя, почечнокаменной болезни, для удале-  
ния песка из мочевых путей.

Тертую морковь прикладывают к ожогам, гноинкам,  
язвам, воспаленным участкам кожи.

**Настурция.** *Tropaneolium majus* L. Семейство  
настурциевых.

Химический состав не изучен. Известно, что растение  
содержит каротин и аскорбиновую кислоту.

В народной медицине настой травы принимают при  
цинге, малокровии, почечнокаменной болезни, кожных  
сыпях. Отваром травы с медом полощут рот при молоч-  
нице и других заболеваниях.

Спиртовую настойку листьев настурции и крапивы  
жгучей втирают в кожу головы для усиления роста волос.

**Ноготки лекарственные, календула.** *Calendu-  
la officinalis* L. Семейство сложноцветных.

Цветки содержат каротиноиды, эфирное масло, студе-  
нистое вещество календулин, фитонциды, слизь, смолы,  
белковые вещества, следы алкалоидов, фитостерин, фер-  
менты, салициловую, пентадециловую, яблочную и аскор-  
биновую кислоты. В надземной части имеются горькое  
вещество (календен, арнидиол, фарадиол), дубильные и  
органические кислоты. В семенах обнаружены жирные  
масла и алкалоиды.

В медицинской практике препараты календулы при-



меняют как дезинфицирующее и бактерицидное средство против некоторых возбудителей болезней, особенно стафилококков и стрептококков. Препараты назначают для лечения гнойных ран, карбункулов, фурункулов, язв, ожогов, ссадин, стоматитов, альвеолярной пиорреи, ангины, воспаления слизистой оболочки рта, трещин заднего прохода. Хороший эффект дает промывание глаз настойкой календулы (чайная ложка на стакан воды) при ячменях, блефаритах, конъюнктивитах. Установлено успокаивающее действие препарата календулы на центральную нервную систему, она снижает рефлекторную возбудимость и артериальное давление, усиливает сердечную деятельность и замедляет ритм сердца. Препараты назначают при некоторых заболеваниях печени, сердца и желчных путей, язвенной болезни, колитах, при гипертонии в климактерическом периоде. Порошок из цветков календулы в смеси с никотиновой кислотой входит в состав препарата «КН», который применяют как симптоматическое средство при неоперабельных формах рака, особенно рака желудка, а порошок из цветков с окисью железа — при лучевой терапии злокачественных новообразований различной локализации (каферид).

В гинекологической практике 2%-ный раствор настойки календулы применяют для лечения эрозий шейки матки и трихомонадных кольпитов. В последнем случае быстро ликвидирует раздражение и неприятные ощущения. В ряде западных стран ноготки считают противосудорожным средством.

Лекарственное значение ноготков известно с XII века. Цветки и настой высоко ценились народными лекарями как противовоспалительное средство. Рекомендовали настой цветочных корзинок (столовая ложка цветков на стакан кипятка, по стакану 3 раза в день) при болезнях печени и мочевого пузыря, спазмах желудка и кишечника, как противорвотное, при кашле, рахите, малярии, женских болезнях, молочнице, наружно — для промывания ран, чтобы предотвратить образование обезображивающих рубцов. Припарки из календулы прикладывали к золотушным струпьям.

*Препараты календулы противопоказаны при пониженном артериальном давлении.*

Собирают корзинки во время цветения и сушат в тени на чердаках или в специальных сушилках. Фармакологи-

ческая активность сортов с оранжевыми цветочными корзинками вдвое выше, чем с желтыми.

Овес посевной. *Avena sativa* L. Семейство злаковых.

Зерновки содержат крахмал, белки, сахара, жиры, камеди, соли кальция и фосфора, эфирное масло, витамины: тиамин, холин, рибофлавин, пантотеновую кислоту, следы каротина и ферменты.

Слизистый отвар овсяных круп с молоком входит в состав наиболее строгих диет при желудочных заболеваниях. Белки овсяной крупы используются в лечебном питании при болезнях сердца и печени. При хроническом свинцовом отравлении в диету включают овсяную крупу без молока, что способствует выведению свинца из организма. Один из ценнейших диетических продуктов.

В народной медицине используется отвар овсяной крупы как общеукрепляющее и легкое слабительное и водный настой травы и соломы в качестве потогонного, жаропонижающего, мочегонного и ветрогонного средства при водянке, простуде и болезнях почек. Спиртовую настойку травы рекомендуют как тонизирующее и повышающее аппетит средство, а также при бессоннице и переутомлении. Водные настои соломы пьют при бессоннице и как возбуждающее аппетит средство. Отвар овсяной соломы употребляют для укрепляющих ванн при золотухе, ишиасе, рахите, ревматизме, при постоянно холодных ногах, для обмываний при кожных заболеваниях.

Огурец посевной. *Cucumis sativus* L. Семейство тыквенных.

Плоды содержат азотистые, безазотистые, зольные вещества, клетчатку, тиамин, рибофлавин, каротин.

В народной медицине свежие огурцы и огуречный сок применяют при водянке, желудочных болях, упорных запорах, туберкулезе, легких. Измельченные плоды прикладывают к воспаленным участкам кожи, опухолям и используют как хорошее косметическое средство. Отвар из перезрелых плодов и плетей растений рекомендуют при желтухе и болезнях печени, отвар цветков — при малярии.

Огуречная трава. *Boerhaavia officinalis* L. Семейство бурачниковых.

Однолетнее растение, родом из Малой Азии и с побережья Средиземного моря, покрытое мелкими волосками. Стебель ветвистый,



30—60 см высоты. Нижние листья яйцевидные, суженные к черенкам, верхние — продолговатые, сидячие. Цветы голубые, поникшие, на длинных цветоножках, собраны в плотную кисть на верхушке стебля. Цветет в июле — начале августа. Семена продолговатые, темные. Хороший медонос. Надземная часть растения отличается приятным запахом и имеет вкус огурца.

Заслуживает широкого разведения в садах и огородах Сибири. Опыты показали, что в южных районах Сибири огуречная трава лучше всего растет на легких почвах. Семена можно высевать не только весной, но и осенью (под зиму).

Листья огуречной травы содержат аскорбиновую, яблочную, лимонную кислоты, значительное количество нитратов калия, цветки — слизь и эфирное масло.

Витаминный салат из огуречной травы способствует улучшению обмена веществ, увеличивает отделение мочи и пота, предупреждает воспалительные процессы в почках и кишечнике, регулирует работу сердца, снимает раздражение и успокаивает нервную систему.

В лечебных целях свежая и сухая огуречная трава применяется при неврозах сердца, катарах легких, как легкое слабительное, при суставном ревматизме и некоторых кожных болезнях.

Листья и цветы применялись издавна для



Огуречная трава.

«поднятия духа», увеличения храбрости римских воинов, либо для того, «чтобы легко становилось на сердце». В Средней Европе огуречную траву называют «радостью сердца», «весельем», «сердечным цветком». Настой из листьев принимают при грудных болезнях, неврастении, как успокаивающее средство, настой из цветков — в качестве мягчительного, потогонного и мочегонного.

Широко используется в салатах, окрошках, гарнирах, для отдушки вина, пуншей и уксуса. Цветки кладут в бокалы с вином и прохладительными напитками.

Пастернак посевной. *Pastinaca sativa* L. Семейство зонтичных.

Растение содержит эфирное масло, фурукумарины, аскорбиновую кислоту, белковые и зольные вещества, клетчатку.

Пастернак рекомендуют для возбуждения аппетита, как спазмолитическое средство при нарушениях пищеварения, при наличии песка и камней в почках и в качестве мочегонного. Из семян пастернака получен препарат спазматического действия пастинацин, который применяют при различных формах коронарной недостаточности. Его назначают внутрь по таблетке 3 раза в день; курс лечения 2—4 недели.

Из смеси фурукумаринов, выделенных из пастернака, получен препарат бероксан, предназначенный для восстановления пигментации кожи при витилиго и лечения гнездовой плешивости.

В народной медицине настой или отвар травы и корней издавна применяют для возбуждения аппетита, как спазмолитическое средство при нарушении пищеварения, при почечнокаменной болезни и как мочегонное (столовую ложку травы или чайную ложку измельченных корней кипятят 10 минут в 2 стаканах воды и пьют по четверти стакана 3 раза в день за 20 минут до еды неделю, затем по три четверти стакана еще неделю). Водный настой корней с сахаром принимают внутрь как тонизирующее при ослаблении организма после тяжелых болезней (2 столовые ложки корней с 3 ложками сахарного песка заливают стаканом кипятка, настаивают 8 часов и пьют по столовой ложке 3—4 раза в день за полчаса до еды). Спиртовую настойку из травы и корней применяли при галлюцинациях и плохом настроении.

Петрушка огородная. *Petroselinum sativum* Hoffm. Семейство зонтичных.

Растение содержит много аскорбиновой кислоты, сложное эфирное масло, гликозиды, белки, углеводы, флавоноиды, фолиевую кислоту, минеральные соли. По содержанию витаминов занимает первое место среди овощных культур. Входит в состав витаминных сборов.

В народной медицине водный настой корней и растер-



тых плодов применяют как мочегонное при водянке и отеках сердечного происхождения, болезнях почек и мочевого пузыря, почечных коликах, как ветрогонное при кишечных спазмах и метеоризме, а также при расстройстве менструации и воспалении предстательной железы (для этих целей 4 чайные ложки сухих или свежих корней заливают 1,5 стакана кипятка, настаивают 8—10 часов и принимают по столовой ложке 3—4 раза в день за 30 минут до еды). Толченые семена принимали против малярии. Семена обладают эффективным диуретическим и противоспазматическим действием, возбуждают секреторную деятельность желудочных желез, улучшают пищеварение. Сок из листьев используют для удаления пятен и прыщей на коже, а листья прикладывают для обезболивания после укусов насекомых. В ряде стран петрушка ценится за свойство восстанавливать силы, способствовать образованию крови, затягивать раны, прекращать кровотечение из десен, излечивать глазные болезни. В годы второй мировой войны зелень и корни петрушки рекомендовались в Англии, США, Канаде как лучшие источники витаминов и средство для быстрого лечения ранений.

**Подсолнечник обыкновенный.** *Helianthus annuus* L. Семейство сложноцветных.

Листья содержат каучук, разные смолы, каротин; цветы — красящие вещества, солантовую кислоту, каротин, холин, бетаин и другие основания; семена — значительное количество жирного масла, в состав которого входят глицериды линолевой и олеиновой кислот и каротиноиды.

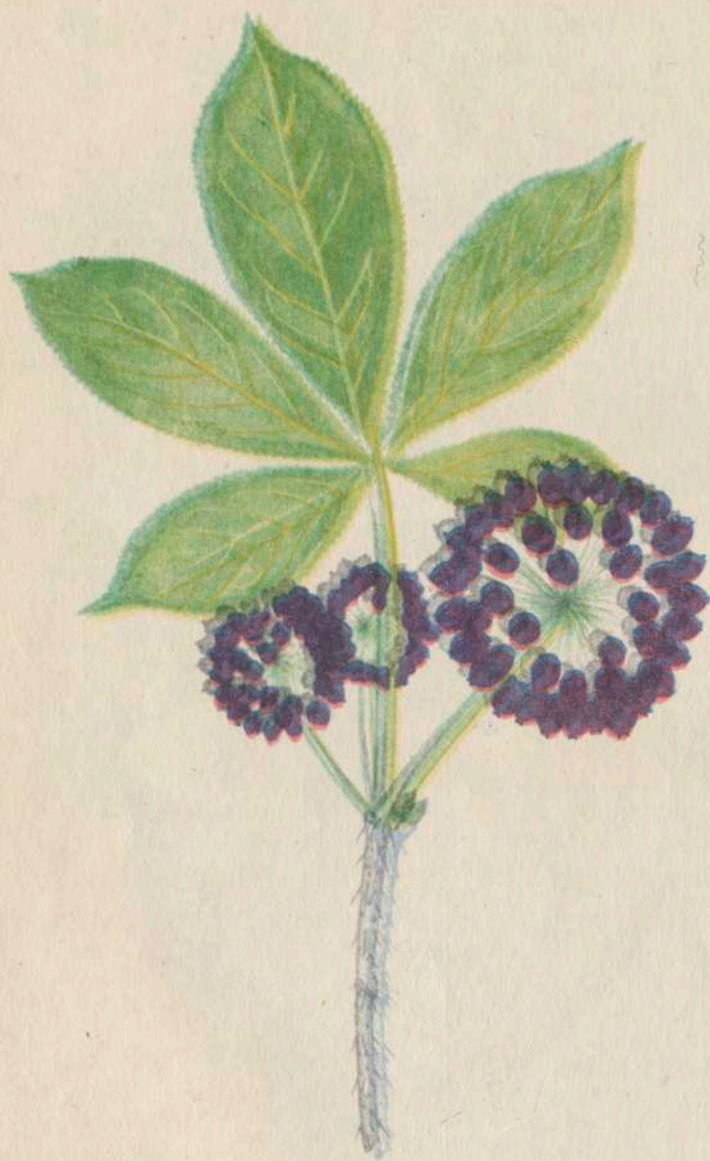
Масло подсолнечника применяется в медицине как растворитель для получения беленного масла; оно входит в состав различных пластырей, натираций, мазей, масляных растворов. Его используют как слабительное и желчегонное при хронических заболеваниях печени и желчных путей, для лечения и профилактики атеросклероза. Противосклеротическое действие обусловлено содержащимися в масле ненасыщенными жирными кислотами.

Пектин, получаемый из корзинок обмолоченного подсолнечника, служит основой для препаратов, предназначенных для лечения желудочно-кишечных заболеваний. Спиртовая настойка из листьев и язычковых цветов применяется как горькое средство.



Шиповник коричный





Элеутерококк



Ятрышник





Яснотка белая

В народной медицине цветы и листья, настоенные на водке, пьют при малярии, крапивнице, невралгиях, особенно простудного характера, отсутствии аппетита. Водный настой из цветков оказывает спазмолитическое действие при бронхиальных спазмах и желудочно-кишечных коликах (столовая ложка цветков на стакан кипятка, выпивают за день). Масло используют как слабительное и для лечения ожогов и ран.

**Помидор съедобный.** *Lycopersicum esculentum* Mill. Семейство пасленовых.

Плоды содержат сахара, пектиновые и азотистые вещества, немного щавелевой, яблочную и лимонную кислоты, алкалоиды, минеральные соли, аскорбиновую кислоту, каротин, тиамин, рибофлавин, флавоноиды (вещества Р-витаминного действия). По содержанию аскорбиновой кислоты некоторые сорта помидоров приближаются к лимонам и апельсинам.

Помидоры применяются в диетотерапии при заболеваниях, сопровождающихся нарушением обмена веществ, в частности солевого обмена. Благодаря высокому содержанию солей калия они способствуют выведению жидкости из организма. Нежная клетчатка помидоров не раздражает слизистых оболочек пищеварительного тракта и хорошо усваивается. Ранее бытовавшее мнение, что помидоры противопоказаны при подагре, оказалось ошибочным.

В народной медицине томатный сок и плоды рекомендуют при язвенной болезни желудка, почечнокаменной болезни, истощении. Плоды прикладывают к нарывам.

**Портулак огородный.** *Portulaca oleracea* L. Семейство портулаковых.

Содержит белки, сахара, жиры, слизистые и смолистые вещества, органические кислоты, гликозиды, алкалоиды, минеральные соли, много каротина и аскорбиновой кислоты.

Настой травы обладает противовоспалительным и мочегонным действием (столовую ложку свежей травы заливают стаканом кипятка, настаивают 2 часа, процеживают и принимают по 1—2 столовые ложки 3—4 раза в день).

В китайской медицине портулак применяют как мочегонное и противовоспалительное средства при болезнях почек, печени, артритах, дизентерии, параличах инфек-



ционного происхождения и противоядие от укусов ядовитых насекомых.

Примочки из растертых семян рекомендуют при чесуйчатом лишае. Молодые листья и стебли портулака отличаются сочностью, приятным вкусом, возбуждают аппетит и утоляют жажду — они используются в салатах, иногда их настаивают в вине для получения питательного витаминного напитка.

Пшеница мягкая. *Triticum aestivum* L. Семейство злаковых.

Зерно содержит крахмал и другие углеводы, белки, ферменты, жир, клетчатку, фосфор, калий, магний.

Из зародышей зерновок пшеницы получен поливитаминный препарат фехолин, предложенный для лечения прогрессирующей мышечной атрофии. Крахмал широко используется как обволакивающее средство и наполнитель таблеток.

В народной медицине отвар пшеничных зерен принимают как общеукрепляющее средство, отвар мякиша хлеба — при поносах, отвар пшеничных отрубей с медом пьют при болезнях дыхательных путей и применяют для слабительных клизм. Мякиш, намоченный в горячем молоке, прикладывают к нарывам, опухолям для их рассасывания. Припарки из отрубей употребляют как косметическое средство, смягчающее кожу.

Редька посевная. *Raphanus sativus* L. Семейство крестоцветных.

Корнеплод содержит гликозид, при расщеплении которого образуется эфирное масло; холин, каротин, аскорбиновую кислоту, сильное бактерицидное вещество лизоцим, фитонциды, ферменты, пуриновые основания, обладающие раздражающим действием на почки и желудочно-кишечный тракт, много минеральных солей натрия, калия, магния, железа, фосфора, серы, хлора, а также йод, бром и другие вещества.

Из редьки получен экстракт холозан, предложенный как желчегонное средство при желчнокаменной болезни, холециститах, холангиогепатитах.

Редька играет видную роль в диетотерапии как средство, стимулирующее выделение желудочного сока и усиливающее перистальтику кишок, и для профилактики атеросклероза. При заболеваниях печени и желчного пузыря рекомендуют употреблять на ночь свежий сок редьки

в возрастающих дозах от 100 до 400 г (разовая 50—90 г). Лечение проводится в течение 6—8 недель. Курс периодически повторяется (Губергриц и Соломченко, 1971).

Желчегонное, возбуждающее аппетит, мочегонное, противовоспалительное действие редьки известно народной медицине многих стран. Сок редьки с медом рекомендуют при катаре дыхательных путей, кровохаркании, водянке, песке и камнях в почках и мочевом пузыре, при невралгии, поносе, метеоризме, подагре, как молокогонное и противоглистное средства (по столовой ложке 3 раза в день), при туберкулезе (по 1,5 стакана в день). Примочки из сока и компрессы из тертой редьки оказывают местное раздражающее и отвлекающее действие при ревматизме, невритах, радикулитах.

Растертые в кашу с небольшим количеством воды семена обладают выраженным бактерицидным действием. Припарки из них прикладывают к гнойным язвам, ранам, экземам.

*Препараты редьки можно применять только по совету врача.* При язвенной болезни, воспалении желудочно-кишечного тракта и тяжелых заболеваниях печени редьку следует исключить из рациона питания.

Репя огородная. *Brassica rapa* L. Семейство крестоцветных.

Содержит азотистые и безазотистые вещества, жиры, минеральные соли, каротин, тиамин, аскорбиновую кислоту.

Известна с глубокой древности мочегонным, обезболивающим, ранозаживляющим и антисептическим действием. Отвар корнеплода и кипяченый сок репы рекомендуют при астме, сильном простудном кашле, острых ларингитах, простудной потере голоса, сердцебиении, бессоннице (2 столовые ложки измельченного корнеплода варят 15 минут в стакане кипятка и пьют по четверти стакана в день или по стакану на ночь). Теплым отваром репы полощут рот при зубной боли. Вареную растертую репу прикладывают к пораженным местам при подагре.

Рожь посевная. *Secale cereale* L. Семейство злаковых.

Зерно содержит крахмал и другие углеводы, различные белки.

Издавна применяют в народной медицине. По утверждению норвежского кардиолога проф. П. Овеха, лица,



употребляющие ржаной хлеб, менее подвержены болезням сердца из-за присутствия линоленовой кислоты, отсутствующей в пшенице. Отвар ржаных отрубей применяют при кашле и поносах. Хлеб, размоченный в горячем молоке, употребляют как наружное средство для ускорения созревания нарывов. Теплое тесто прикладывают к твердым болезненным опухолям для их размягчения и рассасывания. Ржаной хлеб показан лицам, страдающим хроническими запорами.

Рябина черноплодная. *Aronia melanocarpa* Elliot. Семейство розоцветных.

Плоды содержат сахара, небольшой процент органических кислот, дубильные, пектиновые, минеральные вещества, масла, клетчатку, витамин Р, аскорбиновую кислоту, микроэлементы: марганец, медь, бор, молибден.

Клинические испытания показали эффективность черноплодной рябины при лечении гипертонической болезни, атеросклероза и анацидных гастритов. Рекомендуются в течение 2—3 недель ежедневно съедать за 2—3 приема 250—300 г свежих ягод вместе с черной смородиной, отваром шиповника или драже аскорбиновой кислоты.

Фармацевтическая промышленность выпускает таблетки черноплодной рябины, повышающие устойчивость капилляров при диатезах, кровотечениях различного происхождения, гипертонии. Назначают в сочетании с антикоагулянтами. Препарат особенно эффективен при одновременном приеме аскорбиновой кислоты.

*Черноплодная рябина и ее препараты противопоказаны при повышенной свертываемости крови.*

Салат посевной. *Lactuca sativa* L. Семейство сложноцветных.

Содержит гликозид лактуцин, придающий горечь, углеводы, жиры, азотистые вещества, минеральные соли калия, железа, магния, соли фосфорной кислоты, йод, витамины: тиамин, каротин, аскорбиновую кислоту, рибофлавин, токоферол. По содержанию железа занимает третье место, уступая шнитт-луку и шпинату, а по содержанию магния — гороху и кольраби.

Лечебные свойства салата были известны еще в древней Греции. В народной медицине настой травы применяют при хроническом гастрите, как лечебное и профилактическое средство против цинги, успокаивающее при расстройствах нервной системы и снижающее кровяное

давление (столовую ложку листьев на стакан кипятка, настаивают 1—2 часа и выпивают по полстакана 2 раза в день или по стакану на ночь). Водный настой семян обладает молокогонным действием.

Салат следует рекомендовать для питания детям, людям пожилого возраста и выздоравливающим после тяжелой болезни.

Свекла красная, обыкновенная. *Beta vulgaris* L. Семейство лебедовых (маревых).

Содержит жиры, сахара, белки, в состав которых входят аминокислоты, азотистые вещества и липотропное вещество бетаин, принимающее активное участие в белковом обмене; витамины: тиамин, рибофлавин, аскорбиновую и пантотеновую кислоты, большое количество витамина Р, немного фолиевой кислоты, органические кислоты, железо.

Свеклу используют в диетотерапии больных почечнокаменной болезнью, при диабете и анемии, как регулирующее процессы пищеварения и ускоряющее выделение шлаков и способствующее усвоению цианокобаламина средство. Наиболее полезен сок свеклы, который пьют по стакану в день в течение 3—4 недель.

В народной медицине сок свеклы пополам с медом рекомендуют при гипертонии и простудных заболеваниях, вареную свеклу и клизмы из отвара свеклы применяют при продолжительных запорах. Сырую свеклу кладут в рот для уменьшения зубной боли. Вареным соком промывают нос при насморке со сгустившимися выделениями. Квашеная вареная свекла — хорошее средство от цинги и малокровия. Кашицу из корнеплодов многократно прикладывают к опухолям и язвам для их размягчения; измельченные листья — к воспаленным участкам кожи.

Сельдерей пахучий. *Apium graveolens* L. Семейство зонтичных.

Растение содержит белки, углеводы, эфирные масла, крахмал, слизи, щавелевую кислоту, большое количество солей натрия и калия, аскорбиновую и фолиевую кислоты, каротин, цитрин и другие вещества.

В диетотерапии листья сельдерея используются для лечения и профилактики ожирения.

В народной медицине водный настой свежих корней или 1—2 чайные ложки сока за полчаса до еды 2 раза



в день применяют для возбуждения аппетита, как болеутоляющее и мочегонное при заболеваниях почек, мочевого пузыря, плохом пищеварении, подагре, крапивнице, дерматитах. Растертые листья, смешанные со сливочным несоленым маслом, прикладывают к ранам и язвам. Водный настой корней и листьев растения используют как дезинфицирующее и ранозаживляющее средство. Настой из семян (чайная ложка на 2 стакана охлажденного кипятка, по столовой ложке 3—4 раза в день за полчаса до еды) рекомендуют при болезненных менструациях.

Сирень обыкновенная. *Syringa vulgaris* L.  
Семейство маслиновых.

Декоративный кустарник или небольшое деревцо, успешно разводимое в садах и парках во многих населенных пунктах лесной, лесостепной и степной зон Сибири (завезенное первоначально из Турции). Листья супротивные, сердцевидно-яйцевидные. Цветки сиреневые или светло-лиловые, душистые, собраны в метелки на концах ветвей. Цветет в конце мая — первой половине июня.

Растение содержит фенологликозид сирингин и фитонциды. В цветках обнаружены фарнезол и эфирное масло.

Водный настой цветков применяют в народной медицине от малярии, кашля, одышки, язвы желудка. Настойку цветков и почек пьют при ревматизме и применяют наружно для втираний. Кору прикладывают при рожистых воспалениях, а листья — к гноящимся ранам. В. В. Телятьев (1969) описывает применение цветков в Восточной Сибири для лечения отложения солей в суставах и, в частности, пяточной шпоре. В этом случае высушенные цветки сирени насыпают в бутыл, заливают 40° спиртом (1:5), настаивают 7 дней и принимают по 30 капель 2—3 раза в день и одновременно делают компресс из этой же настойки или натирают болезненные участки. При невралгии готовят мазь из густого отвара почек и свиного жира (1:4), которую втирают в больные места.

Для лечебных целей заготавливают почки (весной), цветы, листья и кору. Сушат в проветриваемом помещении. Хранят отдельно в бумажных пакетах или картонных коробках.

Тыква обыкновенная. *Cucurbita maxima* Duch.  
Семейство тыквенных.

Семена содержат жирное масло, белковые вещества, сахар, каротиноиды, органические кислоты, гелминцид-

ное вещество (вероятно, алкалоид), аскорбиновую и никотиновую кислоты, тиамин, рибофлавин, соли фосфорной и кремневой кислот, кальция, калия, магния, железа и другие вещества.

Семена тыквы с зеленой кожицей рекомендованы как гельминцидное средство против плоских (цепней) и круглых червей (150—200 г для взрослых, 50—100 г для детей, съесть натощак, через 2 часа принять слабительное). Мякоть тыквы и сок включены в лечебную диетотерапию при болезнях почек, печени, отеках сердечного происхождения, водянке, гипертонии, нарушениях обмена веществ (0,5 кг тертой мякоти сырой тыквы или 0,5 стакана сока из мякоти в сутки). Мякоть тыквы улучшает функцию кишечника при запорах, усиливает диурез, вызывает интенсивное выделение хлора почками. Установлено мочегонное действие отвара стеблей тыквы. Они менее активны, чем препараты из мужского папоротника, но не вызывают побочных вредных явлений.

В народной медицине издавна применяется как глистогонное, улучшающее пищеварение и молокогонное средства. Свежей мякотью обкладывают воспаленные участки кожи, ожоги и экземы.

Укроп огородный. *Anethum graveolens* L. Семейство зонтичных.

Растение, особенно семена, содержат эфирное масло, представляющее смесь различных терпенов, включающие камфару особого состава (фенхон), жирное масло, флавоноиды, каротин, аскорбиновую кислоту, фитонциды. Ценное растение по комплексному действию на организм человека. Применение укропа в пищу способствует улучшению пищеварения, регулирует артериальное давление, улучшает деятельность легких и сердца, успокаивает нервную систему.

Из плодов укропа производят спазмолитический препарат анетин для лечения хронической коронарной недостаточности, профилактики приступов стенокардии и хронических спастических колитов. *Лечение анетином проводится только под наблюдением врача*: препарат противопоказан при резко выраженных явлениях недостаточности кровообращения. Настой травы применяют при гипертонической болезни I и II степени в сочетании с бромистым натрием (Губергриц и Соломченко, 1971).

В эксперименте на животных установлено, что внут-



ривенное введение настоя травы укропа понижает артериальное давление, усиливает сердечные сокращения, расслабляет кишечные мышцы и увеличивает мочеотделение.

Укроп — одно из древнейших средств народной медицины. Древние египтяне считали его лекарством от головной боли.

Порошок из сухой травы или настой семян рекомендуют для улучшения пищеварения, при хронических колитах, запорах, метеоризме, как молокогонное и мочегонное средства. Настой семян принимают при одышке, как успокаивающее при нервном перевозбуждении и легкое снотворное при бессоннице (2 чайные ложки семян настаивают 10 минут в 2 стаканах воды, пьют по полстакана 3 раза в день за полчаса до еды). При заболеваниях дыхательных путей пьют по столовой ложке настоя 4—5 раз в день; при повышенной нервной возбудимости и бессоннице — стакан настоя на ночь.

Примочки из настоя укропа применяют при заболеваниях глаз и гнойничковых поражениях кожи.

Фасоль обыкновенная. *Phaseolus vulgaris* L. Семейство бобовых.

Растение содержит растворимые углеводы, лимонную кислоту, лецитин, различные аминокислоты, в том числе аргинин, обладающий антидиабетическим действием, и другие вещества.

Экспериментально и клинически установлено, что отвар шелухи бобов снижает содержание сахара в крови и увеличивает мочеотделение, что делает растение перспективным для лечения сахарного диабета.

В народной медицине водный отвар шелухи бобов применяют для лечения диабета, болезней почек и мочевого пузыря, при образовании камней в мочевых органах, хроническом ревматизме, подагре, гипертонии и ишиасе (15—20 г сухой измельченной шелухи кипятят 3—4 часа в 1 л воды, выпивают 0,5 л в день мелкими глотками). Мукой из семян присыпают свежие раны и ожоги.

Чай. Специально ферментированные листья чайного куста *Thea sinensis* L. под названием чая имеют диетическое и лекарственное значение. Они отличаются сложным химическим составом. Сейчас известно около 130 химических веществ, входящих в чай. Важнейшие из них — дубильные вещества (сложная смесь полифенольных со-

единений, состоящих из теотанина, полифенолов и их производных) и продукты их окисления — хиноны, различные алкалоиды — кофеин, теофиллин, теобромин, аденин, ксантин и др.; витамины: тиамин, рибофлавин, филлохинон, катехин, аскорбиновая, никотиновая и пантотеновая кислоты; эфирное масло, ферменты, смолы и другие вещества.

На основе современных фармакологических исследований установлено, что чай возбуждает центральную нервную систему, деятельность сердца, расширяет кровеносные сосуды головного мозга, улучшает кровообращение, укрепляет стенки кровеносных сосудов, углубляет дыхание, увеличивает выделение мочи, повышает тонус организма. По исследованиям японских ученых, употребление крепкого зеленого чая способствует улучшению здоровья при лейкемии, происходящей в результате отравления организма стронцием 90.

Чайный напиток применяют при физической и умственной усталости, головной боли, ослаблении сердечной деятельности.

Из листьев и стеблей чайного куста фармацевтическая промышленность вырабатывает препараты: кофеин, теальбин и витамин Р, которые широко применяются в медицинской практике.

Используя сырье Иркутской чаеразвесочной фабрики, Иркутский фармзавод готовит чайный экстракт (30%), который принимается по 20—30 капель 3 раза в день при упадке сердечной деятельности, слабости и упадке дыхания, как мочегонное и общее возбуждающее средство для уменьшения умственной и физической усталости (Глезин, 1948).

Чай является массовым оздоровительным средством и, по последним исследованиям, превосходным профилактическим и лечебным средством при атонии пищеварительного тракта, дизентерии (зеленый чай). Он способствует усвоению пищи, облегчает процесс пищеварения, почему полезно пить чай после еды, особенно после жирной мясной пищи. В монографии В. В. Похлебкина<sup>1</sup> приведены старые народные способы применения чая при разных недомоганиях. Так, например, теплый чай свежей сред-

---

<sup>1</sup> В. В. Похлебкин. Чай, его типы, свойства, употребление. М., «Пищевая промышленность», М., 1969.



ней заварки с лимоном и черным перцем и медом — хорошее потогонное и мочегонное средство при простудных заболеваниях дыхательных путей и легких;

очень крепкий сладкий горячий чай с молоком — хорошее противоядие при отравлении алкоголем, наркотиками;

крепкий холодный чай из смеси зеленого и черного с добавлением чайной ложки сухого вина — средство для промывания глаз при воспалительных процессах, конъюнктивитах и засорении слизистой оболочки;

жевание сухого зеленого чая помогает от тошноты, при укачивании в автомашине и при морской болезни;

экстракт чая или растертый в порошок сухой чай применяют наружно от ожогов;

крепкий настой зеленого чая рекомендуют для лечения язвы желудка и двенадцатиперстной кишки, а примочки его — от наружных язвенных заболеваний.

Следует подчеркнуть, что для сохранения полезных свойств чая имеет огромное значение правильное его заваривание. Вода для чая должна быть взята либо ключевая, чистая речная, либо водопроводная сырая (не кипятившаяся ранее); чайник (лучше фарфоровый) должен быть предварительно подогрет, чтобы усилить экстрагирование; положенный в чайник сухой чай быстро заливают кипятком (кипящим ключом) до  $1/3$ — $1/2$  объема, закрывают крышкой и сверху льняной салфеткой (последняя задерживает летучие вещества и впитывает водяные пары); через 3—5 минут (а для зеленого чая через 5—8 минут) чайник доливают кипятком до верха и после этого чай разливают по фарфоровым чашкам для питья или лечебных процедур. Норма заварки — чайная ложка на стакан чая плюс чайная ложка на чайник дополнительно.

Чайный гриб — медузомицет. *Medusomyces Gisevii*.

Сложный симбиотический организм — симбиоз нескольких микроорганизмов — уксуснокислой палочки и дрожжевых грибов.

Через 3—4 суток после помещения медузомицета в охлажденный сладкий чай получается кисловатый, слегка алкоголизированный и газированный напиток — чайный квас.

Созревший чайный квас содержит сахарозу и образо-

вавшиеся из нее глюкозу и фруктозу, небольшое количество винного спирта, молочную, глюконовую, уксусную и другие кислоты, растворенный в жидкости газ — углекислоту, кроме того, кофеин, ароматические и другие вещества, содержащиеся в чае. В некоторых образцах медузомицета находятся микробы уксуснокислого брожения, превращающие виноградный сахар в нелетучую глюконовую кислоту, которая при избытке солей кальция дает с ними соединение и выкристаллизовывается на дне сосуда.

Чайный квас был известен в Забайкалье еще в XIX веке как лечебное средство при некоторых заболеваниях, особенно у стариков. В конце XIX в. было установлено, что употребление чайного кваса значительно улучшает самочувствие пожилых людей, страдающих артериосклерозом, и полезен при ряде кишечных заболеваний (например, при так называемых привычных запорах).

Дальнейшие исследования химических и биологических свойств продуктов, образуемых чайным грибом, подтвердили противомикробное (антибиотическое) действие созревшего чайного кваса. Эти свойства зависят от накопления (к 7—8 дню роста) особого антибиотика медузина, довольно устойчивого к кислотам, нагреванию и неядовитого. Установлено также присутствие в чайном квасе витаминов, образуемых, очевидно, из веществ чая. Чайный квас показан при слабости пищеварения и различных расстройствах желудочно-кишечного тракта, особенно у людей, ведущих сидячий образ жизни, при головной боли невралгического характера, некоторых формах ангины, конъюнктивитах, гнойничковых поражениях кожи и как бактерицидное средство. Трех-, семидневный настой чайного гриба принимают по полстакана за час до еды 3—4 раза в день. При желудочно-кишечных заболеваниях рекомендуется после приема чайного гриба лежать на правом боку в течение часа. При различных ангинах и тонзиллитах рекомендуется полоскание горла, а при насморке промывание полости носа настоем.

Применение чайного кваса в качестве лекарственного и диетического средства дает хорошие результаты только при доброкачественности чайного кваса.

**Чеснок.** *Allium sativum* L. Семейство лилейных.

Растение богато фитонцидами, содержит эфирное масло из сернистых соединений, большое количество углево-



дов, в состав которых входят крахмал, инулин и фруктоза, азотистые вещества, фитостерины, гликозид аллиин, из которого образуется антибиотик аллицин, обладающий выраженным бактерицидным действием, витамины группы В, аскорбиновую кислоту, микроэлементы — магний, кальций, фосфор, хлор, йод и другие вещества.

Из чеснока получен целый ряд эффективных фитонцидных препаратов, обладающих выраженными бактерицидными и фунгицидными свойствами: сативин, фитонцидин, дефензонат, аллицин, аллилсат, аллифид. Сухой экстракт чеснока входит в состав желчегонного препарата аллохол. Препараты из чеснока применяют для лечения атонии желудка и кишок, диспепсии, дизентерии, воспаления слепой кишки, при болезнях дыхательных путей, особенно при гнойной пневмонии, бронхиальной астме, гипертонии, водянке, атеросклерозе, гриппе. Ингаляция паров чеснока показана при туберкулезе легких и простудных заболеваниях. Кашицей из толченого чеснока (предварительно обернутого марлей или ватой) лечат трихомонадный кольпит. При гипертонии и атеросклерозе нередко рекомендуют включать в дневной рацион 2—3 дольки чеснока для устранения сопутствующих явлений — бессонницы и головной боли.

Издавна применяется в народной медицине как противогинготное, желудочное, мочегонное, противоглистное, противомаларийное средство, при отеках ног и увеличении селезенки, как заменитель горчицы, при головной боли. Расстройства кишечника нередко лечат отваром чеснока и картофеля (в равном количестве). Сок чеснока используют для лечения кожных сыпей и как средство, способствующее росту волос.

*При воспалении почек чеснок противопоказан.*

Ячмень обыкновенный. *Hordeum vulgare* L.  
Семейство злаковых.

Зерно содержит крахмал и другие углеводы, различные белки, жир, клетчатку, зольные вещества, ферменты.

Широко применяют в народной медицине издавна. Отвар ячменной и перловой круп успокаивает болезненную раздражимость слизистых оболочек внутренних органов и кожи, обладает общеукрепляющим действием. Его применяют при желудочно-кишечных заболеваниях, а при искусственном кормлении и подкармливании грудных детей добавляют к коровьему молоку (чайную ложку

крупы разварить в стакане кипятка. Для ребенка 1--2 месяцев на часть молока добавляют 3 части ячменного отвара. В дальнейшем количество отвара уменьшают). Водный настой ячменного солода пьют при геморрое, золотухе, кашле, желудочных заболеваниях, почечнокаменной болезни и особенно при болезнях мочевого пузыря и мочевых путей (2 столовые ложки солодовой муки настаивают 4 часа в 1 л кипятка, пьют по полстакана 4--6 раз в день, добавив сахар). Солодовые ванны применяют как противовоспалительное средство при заболеваниях кожи. Припарки из ячменного солода и муки используют при груднице, наружных воспалительных процессах и опухлях.



## СБОР И СУШКА ЛЕКАРСТВЕННОГО СЫРЬЯ

Организация и проведение заготовки (сбора, выкопки, срезки) лекарственного сырья и его доведение до кондиционного качественного состояния (обычно при помощи сушки или консервации другими способами) — мероприятие, в итоге которого аптеки или производственно-торговые организации, ведущие заготовку, получают необходимое сырье.

Заготовку лекарственных растений должны вести специально подготовленные сборщики под руководством бригадиров или работников аптек.

При заготовке лекарственного сырья необходимо выполнять следующие основные требования:

- 1) нужно заготавливать растения определенного вида (без примеси или с минимальным ее количеством, допускаемым государственным стандартом или техническими условиями);
- 2) сырье должно содержать максимально возможное или необходимое количество действующих фармакологических веществ;
- 3) заготовку нужно вести способом, обеспечивающим воспроизводство запасов.

Следовательно, прежде всего надо представлять вид растения, которое нужно заготовить. Обычно этому помогает знакомство с гербарием научного учреждения<sup>1</sup>, проверка растения по определителям или флористическим справочникам, ознакомление с эталонными образцами растений или их рисунками. Большую пользу может оказать консультация специалистов-ботаников.

Наибольшее количество действующих веществ находится в растениях лишь в определенные периоды его развития. В зависимости от этого установлены сроки сбора лекарственных растений.

Сбор корней, корневищ и клубней. Подземную часть растения выкапывают весной до распускания листьев и, главным образом, осенью, когда надземная часть растения начинает увядать, т. е. в период «покоя». Преимущества осеннего сбора в том, что, во-первых, по сохранившимся остаткам надземной части легко определить вид растения; во-вторых, осенью корни и корневища крупнее, так как за лето в них накапливаются запасной крахмал и

<sup>1</sup> Лучший гербарий Сибири (им. П. Н. Крылова) находится в Томском университете и содержит около 400 тыс. образцов растений.

другие ценные вещества, и, в-третьих, что наиболее важно, — осыпавшиеся созревшие семена обеспечивают естественное возобновление зарослей, тогда как при весеннем сборе растение может быть уничтожено полностью.

Корни, корневища и клубни выкапывают лопатами, вилами или специально приспособленными кспалками с желобовидно-закругленными лезвиями. Выкопанные корни осторожно отряхивают от земли, от примесей — надземных частей, иногда промывают в холодной воде и, слегка провялив, сушат (разрезав на равные куски) на солнце (лапчатка, горец змеинный, крохотка) или в хорошо проветриваемом помещении. Правильно высушенное сырье должно при сгибании ломаться, а не гнуться. Некоторые корни (айр, алтей, солодка) перед сушкой очищают от коры.

**Сбор и сушка травы.** Траву (надземную часть растения) собирают обычно перед началом или во время цветения. Стебли с листьями и цветами следует срезать ножом или серпом на уровне нижних листьев. Нельзя выдергивать растения руками, так как это загрязняет сырье и ведет к уничтожению запасов. С некоторых растений (полынь, пустырник, зверобой) срезают или осторожно обламывают вручную лишь цветущие верхушки, длиной в 10—15 см и боковые веточки.

**Сбор коры.** Кору собирают весной, во время сокодвижения. Острым ножом аккуратно наносят на стволе поперечные и продольные надрезы, после чего кора легко снимается.

Правильно высушенная кора при сгибании ломается.

**Сбор листьев.** Листья заготавливают перед началом или во время цветения, осторожно обрывая вручную, чтобы не повредить растению. Иногда листья собирают, обмолачивая высушенную траву (крапива, мята и др.), но в этом случае они измельчаются.

**Сбор цветов.** Цветы собирают в зависимости от сроков цветения каждого вида, в начале их распускания.

У большинства растений цветы обрывают вручную. Иногда собирают целые соцветия, освобождая цветы от цветоножек после сушки, протерев через сито (бузина) или обрывая с цветоносов цветочные корзинки (пижма). У некоторых цветов собирают лишь части соцветия — венчик (коровяк), краевые ложноязычковые цветки (подсолнечник), краевые ворончатые (василек).

**Сбор плодов.** Плоды собирают в период их полного созревания. Установить общие сроки сбора трудно, так как каждый вид растения имеет свою специфику созревания плодов.

Плоды обрывают вручную утром или вечером, так как собранные днем в сильную жару или в дождливую погоду портятся скорее. Следует отбирать только здоровые, без плодоножек и осторожно укладывать в корзину, обшитую изнутри прочной тканью. Плоды шиповника собирают вместе с остатками чашелистиков, которые удаляют после сушки легким трением и отсеивают.

**Сбор семян.** Собирают полностью созревшие, цельные, не поврежденные насекомыми семена, обычно вручную. Иногда обрезают верхнюю часть растений, связывают в снопы и после просушки обмолачивают и очищают от примесей провеиванием. Надо особенно внимательно следить, чтобы в сырье не попадали семена других видов. Обычно семена не требуют особой сушки, их достаточно лишь слегка подсушить, чтобы предохранить от плесени.

**Сбор почек.** Почки, как правило, собирают ранней весной,



когда они набухли, но не начали распускаться. В это время они покрыты смолистым веществом, при растирании особенно ароматны. Обычно, охватив ветку у вершины пальцами, осторожно проводят вдоль побега рукой вниз, по направлению к основанию. Этого достаточно, чтобы почки осыпались.

Собранное лекарственное сырье надо высушить, чтобы удалить из него излишнюю влагу. Сырое сырье быстро портится, лекарственные вещества разрушаются, цвет растения меняется. Поэтому растения нужно сушить сразу же после сбора при соблюдении основных правил.

Способы сушки зависят от времени года, погоды, содержащихся в сырье химически действующих веществ и т. д.

Наиболее распространена воздушная сушка, основанная на свободном доступе воздуха к сырью, разложенному в затененном месте. Под действием прямых солнечных лучей большинство лекарственных растений в результате разрушения хлорофилла желтеет и блекнет, кроме того, под влиянием высокой температуры улетучивается и эфирное масло, а гликозиды расщепляются и изменяют характер действия на организм. Нельзя сушить на солнце эфирномасличные и гликозидосодержащие растения (адонис, ландыш, желтушник, наперстянка, сирени и др.). Сырье, содержащее гликозиды и алкалоиды, сушат при 50—60° С, а эфирные масла — при 25—30°.

Траву сушат в хорошо проветриваемом помещении, защищенном от солнца и пыли, или на чердаках под железной крышей, разложив гонким рыхлым слоем на подстилке, досках или решетках, время от времени аккуратно переворачивая для равномерного доступа воздуха. В дождливую погоду сырье можно сушить в русской печи или в специальных сушилках. Правильно высушенные надземные части растения должны сохранять натуральный цвет и легко перетираться между пальцами.

В полевых условиях растения можно сушить под тентом, в палатках.

Корни и корневища, содержащие танины и лишенные красящих веществ, можно сушить на солнце. Плоды шиповника, некоторые корни и ягоды предварительно слегка провяливают. Витаминоносные плоды сушат при 70—90° С.

Перед сушкой сырье надо тщательно перебрать, удалив примеси и порченные экземпляры. Цветы сушат, предварительно отделив от листьев, стеблей и плодоножек.

Более подробные сведения о сушке, приемке, упаковке, транспортировании и хранении лекарственного сырья приведены в практическом руководстве Л. И. Володарского (1959), книгах С. Е. Землинского (1958) и Н. Н. Смирнова (1965).

**Сушка овощей.** Овощи сушат на солнце или в различного рода сушилках (печах, духовых шкафах и специальных сушилках), отобрав доброкачественное сырье, удовлетворяющее требованиям действующих стандартов или технических условий. Загнивающие, подмороженные и поврежденные вредителями овощи для сушки непригодны. Сушка на солнце практически возможна лишь в южных районах страны с жарким летом (Украина, Кавказ, Средняя Азия).

Сушка на солнце продолжается от нескольких дней до 2—3 недель. После подвяливания кусочки сырья уменьшаются в размерах, и часть сушильных приспособлений можно освободить и загрузить снова. При наступлении дождливой погоды сушильные приспособле-

ния с недосушенным сырьем переносят под навес, устанавливают в штабеля.

Искусственная сушка широко применяется в пищевой промышленности и в домашних условиях. Подготовка сырья проводится так же, как и при солнечной (воздушной) сушке. Овощи обычно бланшируют и сушат при температуре от 60 до 80° С. При слишком высокой температуре овощи будут пригорать, темнеть; при температуре ниже необходимой возможно запаривание сырья. Для каждого вида овощей установлена оптимальная температура сушки (Н. И. Раевский, 1941; А. Ф. Наместников, 1959).

Готовую продукцию сортируют не позднее чем через сутки, на сорта в соответствии с требованиями стандартов или технических условий, очищают от крошки и посторонних примесей и немедленно упаковывают в тару. Правильно высушенные овощи должны быть упруги, при сдавливании пальцами сжиматься, но не выпускать сока, содержать не более 12—14% влаги. Пересушенные овощи крошатся.

Сушка плодов и ягод. Перед сушкой сырье сортируют, калибруют, промывают, очищают от сора, листьев, плодоножек, иногда от кожицы. Малину, ежевику и землянику не моют. Некоторые виды плодов разрезают на кружочки и дольки, удаляют из них сердцевину, окуривают сернистым газом, обрабатывают водным раствором серной кислоты или горячим щелочным раствором, а затем промывают холодной водой и подвергают кратковременной бланшировке. После предварительной обработки плоды и ягоды сушат на солнце или в печах и специальных сушилках.

Солнечная сушка плодов продолжается от 3 до 8, ягод от 3 до 5 суток. В сушилках плоды сушат при температуре от 50 до 80° С в течение 5—12 часов, ягоды при 40—50° С в течение 2—4 часов (Н. И. Раевский, 1941; А. Ф. Наместников, 1959).

Сушеные плоды и ягоды должны иметь почти натуральный цвет, быть чистыми и содержать влаги не более 20%. Готовое сырье сортируют и плотно упаковывают в деревянные ящики, бочки, в джутовые, пеньковые или крафтмешки. Тара должна быть сухой, без запаха. Хранят продукцию в сухих чистых помещениях при температуре 10—12° С и относительной влажности воздуха не выше 80%.



## СОСТАВ И ПРИМЕНЕНИЕ ЧАЕВ И СБОРОВ ИЗ РАСТИТЕЛЬНОГО СЫРЬЯ

В этом разделе приведены рецепты лечебных чаев и сборов, утвержденные Фармакологическим Комитетом министерства здравоохранения СССР (с 1 по 74), а также составленные с использованием рекомендаций В. А. Беляевой (1946) и Н. П. Иойриша (1970). В аптеках можно купить готовые сборы либо сырье для их приготовления. В необходимых случаях лекарственные растения можно заготовить самостоятельно, используя советы, приведенные в III главе, и в приложении 1.

Соотношение компонентов чаев и сборов дано в весовых частях.

### 1. Аппетитный чай № 1.

Трава полыни	4 ч.
Трава тысячелистника	1 ч.

Столовую ложку смеси на стакан кипятка, настоять 20 минут, процедить через марлю и принимать по столовой ложке 3—4 раза в день перед едой.

### 2. Аппетитный чай № 2

Листья вахты трехлистной	1 ч.
Трава золототысячника	1 ч.
Трава полыни	1 ч.

Столовую ложку смеси на стакан кипятка, настоять 20 минут, процедить через марлю, принимать по столовой ложке 3—4 раза в день перед едой.

### 3. Аппетитный чай № 3

Трава полыни	2 ч.
Трава тысячелистника	2 ч.
Корень одуванчика	1 ч.

Столовую ложку смеси на стакан кипятка, настоять 20 минут, процедить через марлю и принимать по столовой ложке 3—4 раза в день за 20 минут до еды.

### 4. Аппетитный чай № 4

Трава полыни	—	1 ч.
Корневище аира		1 ч.
Листья вахты трехлистной		1 ч.
Плоды тмина		1 ч.

Столовую ложку сбора на стакан кипятка, настоять 20 минут, процедить через марлю, принимать по столовой ложке 3—4 раза в день перед едой.

#### 5. Аппетитный чай № 5

Трава золототысячника	1 ч.
Трава полыни	1 ч.
Листья вахты трехлистной	1 ч.
Корни одуванчика	1 ч.

Столовую ложку сбора на стакан кипятка, настоять 20 минут, процедить через марлю и принимать 3—4 раза в день за 15—20 минут до еды.

#### 6. Ветрогонный чай № 1

Листья мяты перечной	1 ч.
Плоды фенхеля	1 ч.
Корневища и корни валерианы	2 ч.

2 чайные ложки сбора заварить как чай в стакане кипятка, охладить, процедить через марлю и пить утром и вечером по полстакана, слегка подогрев.

#### 7. Ветрогонный сбор № 2

Цветки ромашки	2 ч.
Листья мяты перечной	2 ч.
Плоды тмина	2 ч.
Плоды фенхеля	3 ч.
Корневища и корни валерианы	1 ч.

4 чайные ложки сбора на 2 стакана кипятка, настоять 20 минут, процедить через марлю, принимать утром и вечером по стакану теплого настоя при метеоризме.

#### 8. Ветрогонный чай № 3

Цветки ромашки	2 ч.
Трава душицы	2 ч.

4 чайные ложки сбора залить 2 стаканами кипятка, прокипятить 10 минут, процедить через марлю и принимать утром и вечером по стакану теплого отвара.

#### 9. Ветрогонный сбор № 4

Цветки ромашки	4 ч.
Плоды тмина	2 ч.
Трава душицы	2 ч.

Чайную ложку смеси заварить в стакане кипятка, остудить, процедить через марлю и принимать по столовой ложке несколько раз в день.

#### 10. Ветрогонный чай № 5

Цветки ромашки	2 ч.
Листья мяты перечной	2 ч.
Плоды фенхеля	1 ч.
Плоды тмина	1 ч.
Корневища и корни валерианы	2 ч.



4 чайные ложки сбора заварить 2 стаканами кипятка, как чай, охладить, процедить через марлю, принимать утром и вечером по стакану теплого настоя.

#### 11. Ветрогонный чай № 6

Листья мяты перечной	1 ч.
Плоды фенхеля	2 ч.
Корневища и корни валерианы	1 ч.

4 чайные ложки сбора на 2 стакана кипятка, настоять 20 минут и процедить через марлю, принимать утром и вечером по стакану при метеоризме.

#### 12. Ветрогонный чай № 7.

Листья мяты перечной	1 ч.
Корневища и корни валерианы	1 ч.
Плоды фенхеля	1 ч.

2 столовые ложки сбора на 2 стакана кипятка, настоять 20 минут, процедить через марлю, принимать по стакану утром и вечером при метеоризме, в подогретом виде.

#### 13. Витаминный чай № 1

Плоды шиповника	1 ч.
Ягоды черной смородины	1 ч.

2 чайные ложки сбора на 2 стакана кипятка, настоять час, процедить через марлю, добавить сахар по вкусу и пить по полстакана 3—4 раза в день.

#### 14. Витаминный чай № 2

Плоды шиповника	1 ч.
Плоды рябины	1 ч.

Столовую ложку смеси на 2 стакана кипятка прокипятить 10 минут, оставить на 4 часа в плотно закрытом сосуде в темном прохладном месте, процедить через марлю и добавить сахар по вкусу. Пить по полстакана 2—3 раза в день.

#### 15. Витаминный сбор № 3

Листья крапивы	3 ч.
Плоды рябины	7 ч.

Готовить и использовать так же, как и витаминный чай № 2.

#### 16. Витаминный чай № 4

Плоды шиповника	3 ч.
Плоды брусники	1 ч.
Листья крапивы	3 ч.

Готовить и использовать так же, как и витаминный чай № 2.

#### 17. Витаминный чай № 5

Плоды шиповника	1 ч.
Листья малины	1 ч.
Листья черной смородины	1 ч.
Листья брусники	2 ч.

2 столовые ложки смеси на стакан кипятка прокипятить 10 минут, остудить, процедить через марлю и принимать по полстакана или по трети стакана при авитаминозах и гиповитаминозах,

18. Витаминный чай № 6

Плоды шиповника	3 ч.
Ягоды черной смородины	1 ч.
Листья крапивы	2 ч.

Столовую ложку смеси настоять час в 2 стаканах кипятка, процедить через марлю и добавить сахар по вкусу. Пить по полстакана 3—4 раза в день.

19. Витаминный чай № 7

Плоды шиповника	1 ч.
Плоды малины	1 ч.

Столовую ложку смеси на стакан кипятка, прокипятить 5—10 минут, настоять 2—3 часа и процедить через марлю. Принимать по столовой ложке 2—3 раза в день.

20. Витаминный чай № 8

Плоды шиповника	4 ч.
Плоды брусники	1 ч.

Готовить и использовать как витаминный чай № 2.

21. Витаминный чай № 9

Плоды шиповника	3 ч.
Плоды брусники	1 ч.
Листья крапивы	3 ч.
Корни моркови	3 ч.

Готовить и использовать как витаминный чай № 2.

22. Витаминный чай № 10

Плоды шиповника	5 ч.
Плоды рябины	1 ч.

Готовить и использовать как витаминный чай № 1.

23. Грудной чай № 1

Листья мать-и-мачехи	2 ч.
Цветки коровяка	1 ч.
Плоды аниса	1 ч.
Корни алтея	4 ч.
Корни солодки	1,5 ч.
Корень фиалковый	0,5 ч.

Столовую ложку сбора на стакан кипятка, настоять полчаса, остудить и процедить. Принимать по 1—2 столовые ложки 3—4 раза в день как смягчающее и отхаркивающее средство.

24. Грудной чай № 2

Листья мать-и-мачехи	2 ч.
Корни алтея	2 ч.
Трава душицы	1 ч.



Столовую ложку сбора заварить 2 стаканами кипятка, настоять 20 минут, процедить через марлю. Принимать по полстакана 3 раза в день после еды как отхаркивающее средство.

25. Грудной чай № 3

Листья мать-и-мачехи 4 ч.

Листья подорожника 3 ч.

Корни солодки 3 ч.

Столовую ложку сбора на стакан кипятка, настоять 20 минут, процедить через марлю. Принимать по полстакана 3 раза в день после еды как отхаркивающее средство.

26. Грудной чай № 4

Корни алтея 2 ч.

Корни солодки 2 ч.

Плоды укропа 1 ч.

Столовую ложку сбора заварить 2 стаканами кипятка, настоять 20 минут, остудить, процедить через марлю. Принимать по 1—2 столовые ложки через 3 часа как отхаркивающее средство.

27. Грудной чай № 5

Цветки алтея 1 ч.

Цветки мальвы 1 ч.

Цветки коровяка 1 ч.

Листья мать-и-мачехи 1 ч.

Готовить и использовать как грудной чай № 2.

28. Грудной чай № 6

Корни алтея 1 ч.

Корни солодки 1 ч.

Корни девясила 1 ч.

2 чайные ложки сбора на стакан кипятка, прокипятить 10 минут, процедить через марлю. Принимать по четверти стакана теплого отвара через 3 часа как отхаркивающее средство.

29. Грудной чай № 7

Листья шалфея 1 ч.

Плоды аниса 1 ч.

Почки сосновые 1 ч.

Корни алтея 1 ч.

Корни солодки 1 ч.

Столовую ложку сбора на стакан кипятка, настоять 20 минут, процедить через марлю. Принимать по четверти стакана через 3 часа как отхаркивающее средство.

30. Грудной чай № 8

Листья мать-и-мачехи 1 ч.

Плоды аниса 1 ч.

Корни алтея 1 ч.

Корни солодки 1 ч.

Столовую ложку смеси заварить стаканом кипятка, настоять 20 минут, процедить через марлю. Принимать 3 раза в день по полстакана после еды как отхаркивающее средство.

### 31. Грудной чай № 9

Корни алтея 2 ч.  
Корни солодки 2 ч.  
Плоды аниса 1 ч.

Столовую ложку смеси на 2 стакана кипятка, настоять 20 минут, процедить через марлю. Принимать по полстакана через 3 часа как отхаркивающее средство.

### 32. Желудочный чай № 1

Плоды черемухи 3 ч.  
Плоды черники 2 ч.

2 столовые ложки смеси заварить 2 стаканами кипятка, настоять 20 минут, остудить, процедить через марлю. Принимать по четверти или по полстакана 3 раза в день как вяжущее средство.

### 33. Желудочный чай № 2

Шишки ольхи серой 2 ч.  
Корневища змеевика 1 ч.

2 чайные ложки смеси заварить стаканом кипятка, настоять полчаса, процедить через марлю. Выпить в 3—4 приема равными частями в течение дня как вяжущее средство.

### 34. Желудочный чай № 3

Кора крушины 3 ч.  
Листья мяты перечной 2 ч.  
Листья крапивы 3 ч.  
Корневища аира 1 ч.  
Корневища и корни валерианы 1 ч.

2 столовые ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настоять 20 минут, процедить через марлю. Принимать при расстройствах пищеварения по полстакана 2 раза в день.

### 35. Желудочный чай № 4

Корни щавеля конского 1 ч.  
Корневища змеевика 1 ч.

2 чайные ложки смеси на стакан кипятка, настоять полчаса, процедить через марлю. Принимать 3—4 раза в день равными частями как вяжущее средство.

### 36. Желудочный чай № 5

Корневища аира 1 ч.  
Кора крушины 3 ч.  
Листья мяты перечной 2 ч.  
Листья крапивы 2 ч.  
Корни одуванчика 1 ч.  
Корневища и корни валерианы 1 ч.

### 37. Желудочный чай № 6.

Плоды черники	4 ч.
Корневища лапчатки	4 ч.
Цветки цмина песчаного	3 ч.
Плоды тмина	3 ч.
Листья шалфея	6 ч.

2 столовые ложки смеси заварить стаканом кипятка, настоять полчаса, процедить через марлю. Принимать равными частями 3—4 раза в день как вяжущее средство.



### 38. Желудочный чай № 7.

Корневища лапчатки прямостоячей	1 ч.
Корневища змеевика	4 ч.

Готовить и использовать как желудочный чай № 4.

### 39. Желудочный чай № 8.

Плоды черемухи	3 ч.
Плоды черники	2 ч.
Шишки ольхи	2 ч.
Корневища змеевика	1 ч.

2 чайные ложки смеси на стакан кипятка, настоять 20 минут, процедить через марлю. Принимать равными частями в течение дня 3—4 раза как вяжущее средство.

### 40. Желудочный чай № 9.

Корневища змеевика	1 ч.
Корневища и корни кровохлебки	1 ч.

Готовить и принимать как желудочный чай № 7.

### 41. Желудочный чай № 10.

Цветки цмина песчаного	2 ч.
Листья шалфея	5 ч.
Плоды тмина	1 ч.
Корневища лапчатки	1 ч.

2 чайные ложки смеси заварить стаканом кипятка, настоять до охлаждения, процедить через марлю. Принимать по полстакана 3 раза в день за полчаса до еды как вяжущее средство.

### 42. Желудочный чай № 11.

Кора крушины	2 ч.
Плоды аниса	2 ч.
Трава тысячелистника	1 ч.
Семена горчицы	2 ч.
Корни солодки	3 ч.

2 столовые ложки на 2 стакана кипятка, настоять 20 минут, процедить через марлю. Принимать по полстакана утром и вечером при расстройствах пищеварения.

### 43. Желчегонный сбор № 1.

Цветки бессмертника	4 ч.
Листья вахты трехлистной	3 ч.
Листья мяты перечной	2 ч.
Плоды кориандра	1 ч.

2 столовые ложки сбора залить 2 стаканами кипятка, прокипятить 10 минут, процедить через марлю. Принимать по полстакана 2—3 раза в день за 15 минут до еды при воспалении желчных путей и желтухе.

### 44. Желчегонный сбор № 2.

Цветки бессмертника	4 ч.
Листья вахты трехлистной	3 ч.
Листья мяты	2 ч.
Плоды кориандра	2 ч.

Столовую ложку сбора заварить 2 стаканами кипятка, настоять 20 минут и процедить через марлю. Принимать по полстакана 3 раза в день до еды как желчегонное средство.

45. Мочегонный сбор № 1.

Листья толокнянки	3 ч.
Цветки василька	1 ч.
Корни солодки	1 ч.

Столовую ложку смеси заварить стаканом кипятка, настоять полчаса, остудить, процедить через марлю. Принимать по столовой ложке 3—4 раза в день как мочегонное средство.

46. Мочегонный сбор № 2.

Листья толокнянки	4 ч.
Плоды можжевельника	4 ч.
Корни солодки	1 ч.

Столовую ложку смеси заварить стаканом кипятка, настоять полчаса, остудить и процедить через марлю. Принимать 3—4 раза в день по столовой ложке за 10 минут до еды как мочегонное средство.

47. Мочегонный сбор № 3.

Плоды можжевельника	2 ч.
Трава хвоща полевого	2 ч.
Корневища пырея	1 ч.

Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, настоять 20 минут, процедить. Принимать по столовой ложке 3—4 раза в день как мочегонное средство при заболевании почек и отеках.

48. Мочегонный сбор № 4.

Плоды можжевельника	1 ч.
Цветки василька	1 ч.
Корневища и корни дягиля лекарственного	1 ч.

Готовить и использовать как сбор № 4, при тех же заболеваниях.

49. Мочегонный сбор № 5.

Цветки василька	1 ч.
Почки березовые	1 ч.
Плоды петрушки	1 ч.
Листья вахты трехлистной	1 ч.
Корни девясила	1 ч.
Листья толокнянки	5 ч.

Готовить и использовать как сбор № 4, при тех же заболеваниях.

50. Мочегонный сбор № 6.

Трава грыжника	1 ч.
Листья толокнянки	1 ч.

Готовить и использовать как сбор № 4, при тех же заболеваниях.

51. Мочегонный сбор № 7.

Листья березы	1 ч.
Трава хвоща полевого	1 ч.



2 столовые ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настоять полчаса, процедить. Принимать по полстакана 3 раза в день как мочегонное средство.

52. Мочегонный сбор № 8.

Листья толокнянки	2 ч.
Плоды можжевельника	2 ч.
Корни солодки	1 ч.

Готовить и использовать как сбор № 4, при тех же заболеваниях.

53. Мягчительный сбор № 1.

Цветки ромашки	1 ч.
Корни алтея	1 ч.
Трава донника аптечного	1 ч.
Семена льна	3 ч.

Столовую ложку смеси заварить стаканом кипятка, настоять 10—15 минут, процедить через марлю и использовать как полоскание при воспалении слизистой оболочки рта и зева.

54. Мягчительный сбор № 2.

Цветки ромашки	1 ч.
Трава донника аптечного	1 ч.

Смесь заварить небольшим количеством кипятка, обернуть тканью и прикладывать к больному месту как мягчительное средство.

55. Мягчительный сбор № 3.

Цветки ромашки	1 ч.
Трава донника аптечного	1 ч.
Листья алтея	1 ч.

Готовить и использовать как припарки аналогично мягчительному сбору № 2.

56. Потогонный чай № 1.

Цветки липы	1 ч.
Плоды малины	1 ч.

2 столовые ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, прокипятить 5—10 минут, процедить. Принимать по стакану горячего отвара на ночь при ревматизме и гриппозном состоянии.

57. Потогонный сбор № 2.

Плоды малины	2 ч.
Листья мать-и-мачехи	2 ч.
Трава душицы	1 ч.

2 столовые ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, прокипятить 5—10 минут, процедить. Пить по полстакана горячего отвара 3—4 раза в день при ревматизме и гриппозных состояниях.

58. Потогонный сбор № 3

Цветки липы	2 ч.
Листья мать-и-мачехи	2 ч.

2 столовые ложки смеси залить 2 стаканами кипятка, настоять 10 минут, процедить и пить как чай.

59. Потогонный сбор № 4

Кора ивы	2 ч.
Листья мать-и-мачехи	2 ч.
Трава душицы	1 ч.

Готовить и принимать как потогонный сбор № 2, при тех же заболеваниях.

60. Потогонный сбор № 5.

Кора ивы	1 ч.
Плоды аниса	1 ч.
Плоды малины	1 ч.
Листья мать-и-мачехи	1 ч.

Готовить и принимать как потогонный сбор № 2, при тех же заболеваниях.

61. Сбор для полоскания горла № 1.

Кора дуба	2 ч.
Цветки липы	1 ч.

2 столовые ложки смеси заварить стаканом кипятка, настоять 20 минут, процедить через марлю. Применять для полоскания горла несколько раз в день как вяжущее и смягчительное средство.

62. Сбор для полоскания горла № 2.

Цветки липы	2 ч.
Цветки ромашки	3 ч.

Столовую ложку смеси настоять в стакане кипятка 20 минут, применять для полосканий как смягчительное средство.

63. Сбор для полоскания горла № 3.

Кора ивы	3 ч.
Цветки липы	4 ч.

2 столовые ложки смеси настоять 20 минут в стакане кипятка, процедить и применять как вяжущее и смягчительное средство.

64. Сбор для полоскания горла № 4.

Листья шалфея	1 ч.
Цветки мальвы лесной	1 ч.
Цветки бузины черной	1 ч.
Кора дуба	1 ч.

Столовую ложку смеси настоять 15—20 минут в стакане кипятка, процедить, применять как вяжущее средство.

65. Сбор для полоскания горла № 5.

Кора дуба	8 ч.
Трава душицы	2 ч.
Корни алтея	1 ч.

Готовить и применять как сбор для полосканий горла № 3.

66. Слабительный сбор № 1

Кора крушины	3 ч.
Листья крапивы	2 ч.
Трава тысячелистника	1 ч.



Столовую ложку смеси настоять 20 минут в стакане кипятка, процедить и принимать на ночь по трети или полстакана как слабительное.

67. Слабительный сбор № 3.

Кора крушины 8 ч.  
Корни солодки 1 ч.  
Плоды тмина 1 ч.  
Плоды кориандра 1 ч.

Готовить и принимать как слабительный сбор № 1.

68. Слабительный сбор № 4.

Кора крушины 3 ч.  
Трава донника аптечного 1 ч.  
Листья крапивы 1 ч.

Готовить и принимать как слабительный сбор № 1.

69. Слабительный сбор № 5.

Кора крушины 5 ч.  
Листья вахты трехлистной 2 ч.  
Трава донника аптечного 2 ч.  
Плоды тмина 1 ч.

Столовую ложку смеси настоять 20 минут в стакане кипятка, процедить. Принимать на ночь по полстакана как слабительное средство.

70. Слабительный сбор № 6.

Кора крушины 8 ч.  
Корни солодки 1 ч.  
Плоды кориандра 1 ч.

Готовить и принимать как слабительный сбор № 1.

71. Успокоительный сбор № 1.

Корневища и корни валерианы 2 ч.  
Шишки хмеля обыкновенного 1 ч.  
Листья мяты перечной 2 ч.  
Листья вахты трехлистной 2 ч.

Столовую ложку смеси настоять полчаса в 2 стаканах кипятка, процедить. Принимать утром и вечером при нервном возбуждении и раздражительности.

72. Успокоительный сбор № 2.

Корневища с корнями валерианы 2 ч.  
Цветки ромашки 3 ч.  
Плоды тмина 5 ч.

73. Успокоительный сбор № 3.

Корневища с корнями валерианы 3 ч.  
Листья мяты перечной 3 ч.  
Листья вахты трехлистной 4 ч.

2 столовые ложки смеси настоять 20 минут в стакане кипятка, процедить и принимать по полстакана утром и на ночь при нервном возбуждении.

74. Успокоительный детский сбор.

Плоды фенхеля 1 ч.  
Цветки ромашки 1 ч.  
Корни алтея 2 ч.  
Корни солодки 2 ч.  
Корневища пырея ползучего 2 ч.

2 чайные ложки смеси прокипятить 10 минут в стакане кипятка, процедить. Давать по столовой ложке 2 раза в день теплого отвара как успокаивающее.

75. Желудочный алтайский чай.

Корневище змеевика 1 ч.  
Корневище кровохлебки 1 ч.  
Корневище красного корня 1 ч.

2 чайные ложки смеси заварить в стакане кипятка, настоять полчаса, процедить и принимать по четверти стакана перед едой при расстройстве пищеварения.

76. Ароматический (тонический) чай.

Листья земляники 3 ч.  
Листья ежевики 3 ч.  
Листья малины 2 ч.  
Цветки липы 1 ч.  
Побеги ясенника душистого 1 ч.

Столовую ложку смеси настоять в стакане кипятка 10—15 минут в фарфоровой или стеклянной посуде.

77. Ароматический чай № 2.

Листья земляники 3 ч.  
Листья ежевики 3 ч.  
Листья мать-и-мачехи 1 ч.  
Листья черной смородины 1 ч.  
Трава чабреца 1 ч.  
Трава перечной мяты 1 ч.

Готовить как ароматический чай № 1.

78. Ароматический чай № 3.

Листья ежевики 3 ч.  
Листья малины 3 ч.  
Листья черной смородины 1 ч.  
Побеги ясенника душистого 0,5 ч.  
Трава чабреца 0,5 ч.

79. Тонический чай № 4.

Листья брусники 5 ч.  
Мед 5 ч.

На стакан кипятка берут чайную ложку листьев брусники, настаивают час и добавляют чайную ложку меда.

80. Тонический чай № 5.

Листья репешка 1 ч.  
Мед 1 ч.

Столовую ложку репешка настаивают час в стакане кипятка, добавляют чайную ложку меда и пьют по трети стакана 3 раза в день при расстройстве пищеварения и приступах ревматизма.



## УКАЗАТЕЛЬ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ ПО ИХ ЛЕЧЕБНОМУ ПРИМЕНЕНИЮ В НАУЧНОЙ И НАРОДНОЙ МЕДИЦИНЕ

### При сердечно-сосудистых заболеваниях

Адонис амурский <sup>1</sup>	Лимонник китайский
Адонис весенний	Лотос орехоносный
Адонис пушистый	Лох узколистный
Адонис сибирский	Майник двулистный
Арбуз съедобный	Морковь посевная
Барбарис амурский	Наперстянка крупноцветная
Барбарис сибирский	Наперстянка пурпуровая
Башмачок нестрый	Панцерия (все виды)
Боярышник кроваво-красный	Пихта сибирская (камфара)
Валериана лекарственная	Полынь Сиверса
Василисник вонючий	Полынь холодная
Василисник малый	Пустырник (все виды)
Гречиха посевная	Рододендрон золотистый (ли- стья)
Дыня обыкновенная	Рододендрон Ледебура
Желтушник (листья и цветки)	Сирения стручковая (листья и цветки)
Зверобой обыкновенный	Сочевичник весенний
Зизифора клиноподневидная	Спаржа обыкновенная
Зюзник европейский	Укроп огородный
Ива (мужские соцветия)	Хмель дикорастущий
Княжик сибирский (листья и цветки)	Хрен обыкновенный
Копытень европейский (листья)	Цикорий обыкновенный
Красоднев желтый	Чайный куст китайский
Кубышка желтая (корневища)	Чистец байкальский
Лабазник шестилепестный	Чистец болотный
Ландыш Кейске	Чистец лесной
Ландыш майский (листья и цветки)	Шлемник байкальский (корне- вища и корни)
Ластовень лекарственный	Эфедра (все виды)
Ластовень сибирский	
Левзея сафлоровидная	

<sup>1</sup> Растения, применяемые научной медициной, выделены полужирным шрифтом.

## Применяемые при гипертонической болезни

Боярышник кроваво-красный (плоды)	Панцерия (все виды)
Василисник вонючий	Паслен черный
Василисник малый	Пастушья сумка
Горец почечуйный	Пустырник (все виды)
Гречиха посевная	Рябина черноплодная
Ежевика	Салат посевной
Калина обыкновенная (сок ягод)	Смородина черная
Клопогон даурский	Сушеница болотная
Кресс-салат	Сферофиза солонцовая
Кубышка желтая (корневища)	Укроп огородный
Кукуруза (масло из зерен)	Фасоль обыкновенная
Лук репчатый	Хвощ полевой
Ноготки лекарственные (соцветия)	Чайный гриб (настой)
Очиток едкий (все растение)	Чемерица (корневища и корни)
	Чистец байкальский
	Шлемник байкальский (корневища и корни)

## Повышающие кровяное давление

Женьшень настоящий	Лимонник китайский (плоды)
Заманиха высокая	Пижма обыкновенная
Золотой корень	Термосис ланцетный
Копытень европейский (листья)	Цмин песчаный
Копытень Зибольда (листья)	Чайный куст китайский
Левзея сафлоровидная (корневища и корни)	Элеутерококк колючий
	Эфедра (зеленые ветки)

## Отхаркивающие и мягчительные

Аир болотный (корневища)	Клюква
Алтей лекарственный (корни)	Козлобородник луговой
Анис обыкновенный (корни)	Колба (черемша)
Астра альпийская	Конопля посевная
Багульник болотный (листья)	Копытень европейский
Бедренец камнеломка	Копытень Зибольда
Будра плющевидная	Кориандр посевной
Девясил высокий	Коровяк (цветки)
Донник лекарственный	Крестовник обыкновенный
Душица обыкновенная	Крестовник суходольный
Дягиль низбегающий	Лен посевной
Исландский лишайник	Липа (все виды)
Истод сибирский	Лиственница даурская
Истод узколистный	Лиственница курильская
Калина обыкновенная	Лиственница сибирская
Капуста огородная	Лук репчатый
Клевер луговой (соцветия)	Малина обыкновенная



Манжетка обыкновенная  
**Мать-и-мачеха** (листья и соцветия)  
 Медунка мягчайшая  
 Многоножка обыкновенная  
 Можжевельник сибирский  
**Морковь посевная**  
**Мыльнянка лекарственная**  
 Мята длиннолистная  
**Мята перечная**  
 Мята полевая  
 Огурец посевной  
**Одуванчик лекарственный**  
 Паслен сладко-горький  
 Паслен черный  
 Пастернак посевной  
**Первоцвет весенний**  
 Первоцвет крупночашечный  
**Первоцвет Палласа**  
 Подорожник (все виды)  
 Просвирник лесной  
 Просвирник низкий  
 Прострел раскрытый  
**Пустырник** (все виды)  
 Пырей ползучий  
 Росянка длиннолистная

Росянка круглолистная  
 Ряска маленькая  
 Синеголовник плосколистный  
**Синюха голубая** (корневища и корни)  
 Синяк обыкновенный  
 Сирень обыкновенная  
 Солодка гладкая (корневища и корни)  
 Солодка уральская (корневища и корни)  
 Сосна лесная (почки)  
**Термопсис ланцетный**  
 Тмин обыкновенный  
 Укроп огородный  
 Фиалка полевая  
**Фиалка трехцветная**  
 Хатма обыкновенная  
 Хрен обыкновенный  
 Цмин песчаный  
**Чабрец ползучий**  
**Черда трехраздельная**  
 Чеснок посевной  
 Чина луговая  
 Чистец аптечный

## Применяемые при бронхиальной астме

Алоэ древовидное  
 Багульник болотный  
 Бузина красная  
**Дурман обыкновенный** (листья)  
 Калина (сок из ягод)  
 Клопогон вонючий  
 Клопогон даурский  
**Мать-и-мачеха** (листья и цветки)  
 Мелисса лекарственная

Полынь горькая  
 Полынь обыкновенная  
 Репа огородная  
 Росянка круглолистная  
 Солодка гладкая  
 Солодка уральская (корневища, корни)  
 Хвощ полевой  
 Эфедра (зеленые ветки)  
 Ярутка полевая

## Успокаивающие центральную нервную систему

Аир болотный (корневища)  
 Альфредия поникшая  
 Багульник болотный  
 Белена черная (листья)  
 Борщевик рассеченный  
 Борщевик сибирский  
**Боярышник кроваво-красный** (плоды)

Бузульник сибирский  
 Бузульник сизый  
**Валериана лекарственная** (корневища и корни)  
**Вахта трехлистная**  
**Водяника черная** (надземная часть)  
 Воронец колосовидный

Гвоздика пышная  
 Гвоздика травянка  
 Герань луговая  
 Дурман обыкновенный (листья)  
 Душистый колосок  
 Душица обыкновенная  
 Дягиль низбегающий  
 Ежевика  
 Живокость высокая  
 Зизифора клиноподиевидная  
 Змееголовник молдавский  
 Змееголовник тимьяноцветный  
 Змееголовник Руйша  
 Змееголовник сибирский  
 Ива белая (мужские соцветия)  
 Икотник серый  
 Калина (кора)  
 Кипрей узколистный  
 Клопогон даурский  
 Колючник обыкновенный  
 Конопля посевная  
 Коровяк-медвежье ухо (цветки)  
 Кортуза алтайская  
 Крестовник обыкновенный  
 Лабазник вязолистный  
 Лилия кудреватая  
 Линнея северная  
 Липа (цветки)  
 Мелисса лекарственная  
 Мирикария даурская  
 Мытник хохлатый  
 Мята длиннолистная  
 Мята перечная  
 Ноготки лекарственные (соцветия)

Огуречная трава  
 Очиток едкий  
 Панцерия шерстистая  
 Патриния сибирская  
 Патриния скабиозолистная  
 Патриния средняя  
 Первоцвет весенний  
 Первоцвет Палласа  
 Пион уклоняющийся (корень)  
 Подмаренник настоящий  
 Полынь метельчатая  
 Полынь обыкновенная  
 Прострел раскрытый  
 Пустырник (все виды)  
 Рдест плавающий  
 Репешок обыкновенный  
 Ромашка аптечная (соцветия)  
 Салат посевной  
 Сердечник луговой  
 Синеголовник плосколистный  
 Синюха голубая (корневища и корни)  
 Смолевка поникшая  
 Сосна лесная  
 Укроп огородный  
 Фиалка опушенная  
 Хмель дикорастущий (соплодия)  
 Цикорий обыкновенный  
 Цмин песчаный  
 Чабрец ползучий  
 Чистец байкальский  
 Шлемник байкальский (корневища и корни)  
 Яснотка белая

## Болеутоляющие и антисептические

Аир болотный  
 Белена черная  
 Дурман обыкновенный  
 Душица обыкновенная  
 Льянка обыкновенная  
 Малина обыкновенная  
 Молочай Палласа

Подорожник большой  
 Ромашка аптечная  
 Сосна лесная  
 Тополь черный  
 Хмель дикорастущий  
 Чистотел большой  
 Щитовник пахучий

## Стимулирующие центральную нервную систему (тонизирующие и адаптогенные)

Алоэ древовидное  
 Аралия маньчжурская  
 Астргал датский

Водяной орех  
 Воронец красный  
 Горечавка алтайская



Горечавка легочная  
 Дягиль низбегающий  
**Женьшень настоящий**  
 Заманиха высокая  
 Заячья капуста  
**Золотой корень**  
 Кедр сибирский  
 Клевер белый  
 Клевер люпиновый  
 Лабазник вязолистный  
 Лапчатка двувильчатая  
 Левзея сафлоровидная  
 Лимонник китайский  
 Мордовник обыкновенный  
 Очиток гибридный  
 Очиток едкий

Полынь каменная  
 Ревень алтайский  
 Ревень волнистый  
 Ревень дланевидный  
 Ревень тангутский  
 Рододендрон Адамса  
 Секурина полукустарниковая  
 Солодка гладкая  
 Солодка уральская  
 Термопис ланцетный  
 Чайный куст китайский  
 Элеутерококк колючий  
 Эфедра двухколосковая  
 Эфедра односемянная  
 Эфедра средняя  
 Эфедра хвощевая

## Желудочно-кишечные

### Улучшающие пищеварение

Аир болотный  
 Алоэ древовидное  
 Алтай лекарственный  
 Анис обыкновенный  
 Арбуз съедобный  
 Астра альпийская  
 Багульник болотный  
 Бадан тихоокеанский  
 Бадан толстолистный  
 Бедренец-камнеломка  
 Береза бородавчатая  
 Бодяк полевой  
 Борщевик рассеченный  
 Бубенчик лилиелистный  
 Бубенчик мутувчатый  
 Бубенчик широколистный  
 Будра плющевидная  
 Бурачок горный  
 Василисник простой  
 Вербейник обыкновенный  
 Вероника длиннолистная  
 Герань луговая  
 Голубика  
**Горец змеиный**  
 Горечавка легочная (корневища и корни)  
 Горечавка шероховатая  
 Гравилат городской

Девясил британский (корневища и корни)  
 Девясил высокий (корневища и корни)  
 Девясил иволистный (корневища и корни)  
 Девясил японский (корневища и корни)  
 Дудник лесной  
 Душица обыкновенная (листья и цветки)  
 Дымянка аптечная  
 Дягиль низбегающий (корневища и корни)  
 Ежевика  
 Зверобой обыкновенный (листья и цветки)  
 Земляника лесная  
 Змееголовник тимьяноцветный  
 Змееголовник сибирский  
 Золототысячник зонтичный  
 Золототысячник Мейера  
 Зопник клубненосный  
 Икотник серый  
 Исландский лишайник  
 Истод сибирский  
 Истод узколистный  
 Кандык сибирский  
 Капуста огородная  
 Карагана гривастая

Картофель  
 Касатик болотный  
 Кермек Гмелина  
 Кизильник черноплодный  
 Кислица обыкновенная  
 Клопогон даурский  
 Клубника  
 Клюква болотная  
 Колба (черемша)  
 Коровяк (листья и цветки)  
 Костяника каменистая  
 Котовник сибирский  
 Крапива коноплевая  
 Кровохлебка лекарственная  
 Крыжовник обыкновенный  
 Лабазник вязолистный  
 Лапчатка двувильчатая  
 Лапчатка прямостоячая  
 Лапчатка серебристая  
 Лук репчатый  
 Любка двулистная (клубни)  
 Малина обыкновенная (листья)  
 Морковь посевная  
 Мята длиннолистная (эфирное  
 масло из травы)  
 Мята перечная  
 Мята полевая  
 Осина  
 Очиток едкий (все растение)  
 Петрушка огородная  
 Пижма обыкновенная (соцветия)  
 Пион уклоняющийся  
 Подмаренник настоящий  
 Подорожник большой  
 Подорожник ланцетолистный  
 Подорожник максимальный  
 Подорожник средний  
 Подорожник степной  
 Порезник промежуточный

Портулак огородный  
 Просвирник лесной (листья и  
 цветки)  
 Ревень алтайский  
 Ревень волнистый  
 Ревень дланевидный  
 Ревень тангутский  
 Редька посевная  
 Рододендрон золотистый  
 Ромашка аптечная  
 Салат посевной  
 Свекла красная  
 Серпуха обыкновенная  
 Синеголовник плосколистный  
 Скерда сибирская  
 Сныть обыкновенная  
 Солодка гладкая (корневища и  
 корни)  
 Солодка уральская (корневища  
 и корни)  
 Сушеница болотная  
 Тмин обыкновенный (плоды)  
 Торфяной мох (сфагнум)  
 Толокнянка  
 Тысячелистник обыкновенный  
 (листья и соцветия)  
 Хатьма обыкновенная  
 Хрен обыкновенный (корни)  
 Цикорий обыкновенный (кор-  
 ни)  
 Цмин песчаный  
 Чабрец ползучий  
 Чага  
 Чайный гриб  
 Череда трехраздельная  
 Чеснок посевной  
 Чихотная трава  
 Щавель конский  
 Ястребинка волосистая

### *Вязущие (противопоносные)*

Бадан тихоокеанский (листья и  
 корневища)  
 Бадан толстолистный (листья  
 и корневища)  
 Белозор болотный  
 Бобы русские  
 Водяной перец  
 Горец змеинный (корневище)  
 Гравилат городской

Гравилат прямой  
 Гравилат речной  
 Девясил британский  
 Девясил высокий  
 Девясил иволистный  
 Девясил японский  
 Ежевика  
 Жимолость алтайская  
 Жимолость съедобная



**Зверобой обыкновенный** (ли-  
 стья и цветки)  
 Земляника  
 Золотая розга  
 Зопник клубеносный  
 Ива (кора)  
 Кермек Гмелина (корневище)  
 Красный корень (копеечник за-  
 бытый)  
 Крестовник суходольный  
 Кровохлебка лекарственная  
 (корневища и корни)  
 Лабазник вязолистный  
 Лабазник шестилепестной  
 Лапчатка гусиная (корневище)  
 Лапчатка прямостоячая (кор-  
 невище)  
 Лапчатка серебристая (корневи-  
 ще)  
 Лох узколистный  
 Манжетка обыкновенная  
 Медунка мягчайшая  
 Морошка приземистая (листья)  
 Ноготки лекарственные  
 Орех маньчжурский  
 Осина (кора)  
 Очанка лекарственная  
 Пижма обыкновенная

Плакун иволистный  
 Подмаренник настоящий  
 Поленика (листья)  
 Пшеница мягкая  
 Рдест плавающий  
 Ревень алтайский  
 Ревень волнистый  
 Ревень дланевидный  
 Ревень гангутский  
 Репешок обыкновенный  
 Рожь посевная  
 Сабельник болотный  
 Серпуха обыкновенная  
 Смородина черная (листья)  
 Сосенка водяная  
 Спирея иволистная  
 Спорыш  
 Толокнянка (листья)  
 Тополь черный  
 Черемуха обыкновенная (пло-  
 ды, кора)  
 Черника (плоды)  
 Чина клубневая  
 Чина луговая  
 Шиповник (корни)  
 Щавель конский (корни)  
 Ясменник душистый  
 Яснотка белая

### Слабительные

Алоэ древовидное  
 Арбуз съедобный  
 Брусника (ягоды)  
 Бурачок горный  
 Горец почечуйный  
 Дыня обыкновенная  
 Какалия копьевидная (корни)  
 Калина (сок ягод)  
 Капуста огородная  
 Крапива двудомная  
 Крушина ломкая (кора)  
 Крушина слабительная  
 Кувшинка чистобелая  
 Ластовень лекарственный  
 Листовничная губка (плодо-  
 вое тело)  
 Лопух большой (корни)  
 Лопух войлочный (корни)  
 Лынянка обыкновенная  
 Многоножка обыкновенная  
 Молочай Палласа (корни)

Морская капуста  
 Мыльнянка лекарственная  
 (корневища и корни)  
 Облепиха крушиновидная  
 Одуванчик лекарственный (кор-  
 ни)  
 Очиток гибридный  
 Очиток едкий  
 Подорожник (все виды)  
 Подсолнечник обыкновенный  
 Полынь горькая  
 Пырей обыкновенный (корне-  
 вище)  
 Ревень (все виды)  
 Ромашка аптечная (соцветия)  
 Рябина сибирская (плоды)  
 Смородина красная (плоды)  
 Солодка гладкая (корневища  
 и корни)  
 Солодка уральская (корневи-  
 ща и корни)

Спаржа обыкновенная  
Стеллера карликовая  
Сусак зонтичный  
Тмин обыкновенный (плоды)

Тыква обыкновенная  
Укроп огородный  
Шиповник (плоды)  
Ясменник душистый.

### *Горькие, возбуждающие аппетит.*

Аир болотный (корневище)  
Вахта трехлистная  
Горечавка легочная (корневища и корни)  
Горчица сарептская  
Зубровка душистая  
Одуванчик лекарственный (корни)  
Пастернак посевной  
Подорожник большой

Полынь горькая (листья и соцветия)  
Полынь Сиверса  
Полынь холодная  
Полынь эстрагон  
Смородина черная (ягоды)  
Тысячелистник обыкновенный (листья и цветки)  
Хрен обыкновенный (корни)  
Цикорий обыкновенный (корни)

### **Обволакивающие и адсорбирующие**

Конопля посевная  
Коровяк-медвежье ухо  
Кукушник длинношпорцевый  
Лен посевной  
Лиственница сибирская  
Любка двулистная  
Подорожник (все виды)

Пырей ползучий  
Хатьма обыкновенная  
Ятрышник лиловый  
Ятрышник пятнистый  
Ятрышник шлемовидный  
Ячмень обыкновенный

### **Применяемые при нарушении обмена веществ**

Голубика (ягоды)  
Дыня обыкновенная  
Душица обыкновенная (листья, цветки)  
Земляника лесная (ягоды)  
Калужница болотная (листья)  
Кипрей узколистный (листья)  
Клюква болотная (ягоды)  
Княжик сибирский (листья, цветки)  
Ковыль перистый  
Конопля посевная  
Костяника каменистая (трава и ягоды)  
Крапива двудомная (листья)  
Крапива коноплевая  
Кукуруза

Лапчатка гусиная  
Морощка приземистая (плоды)  
Морская капуста  
Мыльнянка лекарственная  
Мята полевая  
Мята перечная  
Паслен сладко-горький  
Пастушья сумка  
Подмаренник настоящий  
Пустырник (все виды)  
Пырей ползучий  
Ревень (все виды)  
Репешок обыкновенный  
Рябина сибирская  
Рябина черноплодная  
Солодка гладкая



Солодка уральская  
Фиалка трехцветная  
Хвощ полевой  
Чабрец ползучий

Череша трехраздельная  
Черемуха обыкновенная (цвет-  
ки)  
Черника (листья)

## Против диабета

Аралия маньчжурская  
Брусника (ягоды)  
Девясил высокий (корневища  
и корни)  
Капуста огородная  
Крапива двудомная (листья)  
Крапива жгучая (листья)  
Лапчатка рябинколистная

Манжетка обыкновенная  
Свекла красная  
Спаржа обыкновенная  
Фасоль обыкновенная  
Цикорий обыкновенный  
Череша трехраздельная (ли-  
стья и цветки)  
Черника (листья)

## Желчегонные

Аквилегия сибирская  
Барбарис амурский  
Барбарис сибирский (корни)  
Береза бородавчатая (листья)  
Береза маньчжурская (листья)  
Береза пушистая (листья)  
Бузульник алтайский  
Василек синий (соцветия)  
Василисник желтый  
Вахта трехлистная  
Вербейник обыкновенный  
Волoduшка золотистая  
Волoduшка козлецоволистная  
Волoduшка многонервная  
Горечавка бородачатая  
Горечавка крупнолистная  
Горечавка перекрестнолистная  
Гравилат городской  
Девясил высокий (корневища  
и корни)  
Капуста огородная  
Козлобродник луговой  
Кориандр посевной  
Кошачья лапка (соцветия)  
Крапива двудомная (листья)  
Крапива жгучая (листья)  
Крапива коноплевая (листья)  
Красоднев желтый  
Красоднев малый  
Крушина ломкая  
Кувшинка чистобелая  
Кувшинка малая

Кукуруза (столбики и рыльца)  
Купальница алтайская  
Купальница сибирская  
Лилия кудреватая  
Льнянка обыкновенная  
Многоножка обыкновенная  
(корневища)  
Можжевельник обыкновенный  
Можжевельник сибирский  
Морская капуста  
Мыльнянка лекарственная  
Мята длиннолистная  
Мята перечная  
Ноготки лекарственные  
Пижма обыкновенная  
Полынь горькая  
Пулавка красильная  
Пырей ползучий  
Репешок обыкновенный  
Сердечник луговой  
Серпуха обыкновенная  
Смородина красная  
Спорыш  
Тмин обыкновенный  
Тысячелистник обыкновенный  
Хмель дикорастущий  
Хрен обыкновенный (корни)  
Цикорий обыкновенный  
Цмин песчаный (соцветия)  
Чистотел большой  
Шиповник (плоды)  
Щавель конский

## При пониженной кислотности желудочного сока

Аир болотный (корневища)  
Волoduшка золотистая  
Волoduшка козлецоволистная  
Волoduшка многонервная  
Калина (сок ягод)  
Ноготки лекарственные (соцветия)

Пижма обыкновенная (соцветия)  
Подорожник большой  
Рябина черноплодная  
Спорыш  
Хрен обыкновенный (корни)  
Шиповник (плоды)

## При язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки

Аир болотный (корневище)  
Алоэ древовидное  
Гореч змеиный  
Зверобой обыкновенный (масло из цветков)  
Калина  
Капуста огородная  
Кипрей узколистный (листья)  
Кувшинка чистобелая  
Лапчатка прямостоячая  
Лен посевной  
Лопух большой  
Лопух войлочный  
Манжетка обыкновенная  
Мать-и-мачеха  
Молочай Палласа  
Ноготки лекарственные (соцветия)

Облепиха крушиновидная (масло из плодов)  
Пижма обыкновенная  
Пион уклоняющийся  
Подорожник большой  
Ромашка аптечная (соцветия)  
Синюха голубая  
Сирень обыкновенная  
Смородина черная  
Солодка гладкая  
Солодка уральская  
Сушеница болотная  
Тысячелистник обыкновенный (листья и соцветия)  
Чага (березовый гриб)  
Шиповник

## При почечнокаменной и желчнокаменной болезнях

Арбуз съедобный  
Бальзамин лесной  
Брусника  
Герань луговая  
Горох посевной  
Земляника лесная  
Золотая розга  
Картофель  
Клюква болотная  
Козлобородник луговой  
Крапива (все виды)  
Кукуруза

Лапчатка гусиная  
Липа (все виды)  
Лопух большой  
Лопух войлочный  
Мелунка мягчайшая  
Морошка приземистая  
Настурция большая  
Пастернак посевной  
Пижма обыкновенная  
Полынь горькая  
Полынь метельчатая  
Помидор съедобный



Пырей ползучий  
 Редька посевная  
 Репешок обыкновенный  
 Свекла красная  
 Смородина черная  
 Сосна лесная  
 Спаржа лекарственная  
 Спорыш  
 Тысячелистник обыкновенный

Фасоль  
 Хвош зимующий  
 Хвош полевой  
 Черника  
 Чистотел большой  
 Шиповник (все виды)  
 Ясменник душистый  
 Ячмень обыкновенный

## Мочегонные

Аквилегия сибирская  
 Арбуз съедобный  
 Бадан тихоокеанский (листья)  
 Бадан толстостебельный (листья)  
 Бедренец камнеломка (корне-  
 вища и корни)  
 Белозор болотный  
 Береза бородавчатая (листья  
 и почки)  
 Бобы русские  
 Брусника (листья)  
 Бурачок горный  
 Василек синий (соцветия)  
 Василисник малый  
 Гореч почечуйный  
 Грушанка круглолистная  
 Деясила высокий (корневища  
 и корни)  
 Дудник лесной (корни)  
 Дурнишник обыкновенный  
 (плоды)  
 Дыня обыкновенная  
 Дягиль низбегающий (корне-  
 вища и корни)  
 Ель сибирская (эфирное масло  
 из хвои)  
 Жимолость алтайская  
 Земляника лесная (ягоды)  
 Зимолюбка зонтичная  
 Золотая розга  
 Камнеломка болотная  
 Камнеломка точечная  
 Картофель  
 Кедр сибирский  
 Кизильник черноплодный  
 Клевер луговой  
 Клюква болотная  
 Козлобородник луговой  
 Коровяк (цветки и листья)  
 Крапива коноплевая

Красный корень  
 Кубышка желтая  
 Кувшинка чистобелая  
 Кукуруза (столбики и рыльца)  
 Купальница алтайская  
 Купальница сибирская  
 Крыжовник  
 Лабазник вязолистный  
 Лабазник шестилепестковый  
 Ластовень лекарственный  
 Ластовень сибирский  
 Лопух большой  
 Лопух войлочный  
 Лук репчатый  
 Лягушка обыкновенная  
 Малина обыкновенная  
 Можжевельник обыкновенный  
 Можжевельник сибирский  
 Морковь посевная  
 Морошка приземистая  
 Мыльнянка лекарственная  
 Мытник болотный  
 Мытник хохлатый  
 Овес посевной  
 Огуречная трава  
 Одуванчик лекарственный  
 Очиток гибридный  
 Очиток едкий  
 Очиток желтый  
 Панцерия шерстистая  
 Паслен черный  
 Первоцвет весенний  
 Первоцвет Палласа  
 Петрушка огородная  
 Пихта сибирская  
 Подмаренник настоящий  
 Полынь горькая  
 Полынь эстрагон  
 Портулак огородный

Просвирник низкий  
 Пустырник (все виды)  
 Редька посевная  
 Репа огородная  
 Репешок обыкновенный  
 Рододендрон золотистый  
 Рододендрон Ледебура  
 Рябина сибирская  
 Сердечник луговой  
 Сныть обыкновенная  
 Сосна (эфирное масло из хвои)  
 Спаржа лекарственная  
 Спорыш  
 Сусак зонтичный  
 Толокнянка обыкновенная

Тростник обыкновенный  
 Тыква обыкновенная  
 Хвощ зимующий  
 Хвощ полевой  
 Хрен обыкновенный  
 Цикорий обыкновенный  
 Цмин песчаный  
 Чай  
 Черда трехраздельная  
 Черемуха обыкновенная (кора)  
 Чеснок посевной  
 Чистотел большой  
 Ясменник душистый  
 Яснотка белая  
 Ячмень обыкновенный

## Потогонные, жаропонижающие и противовоспалительные

Анис обыкновенный  
 Береза бородавчатая (почки)  
 Береза маньчжурская  
 Вероника беловойлочная  
 Вероника длиннолистная  
 Вероника дубровка  
 Горечавка луговая  
 Душица обыкновенная  
 Ежевика  
 Земляника лесная (ягоды)  
 Ива (кора)  
 Калина  
 Клевер луговой  
 Клубника  
 Клюква болотная  
 Колокольчик скученный  
 Колючник обыкновенный  
 Костяника каменистая  
 Кошачья лапка  
 Крапива двудомная  
 Купена лекарственная  
 Лабазник вязолистный  
 Лапчатка кустарниковая  
 Липа (цветки)  
 Лопух большой

Лопух войлочный  
 Льянка обыкновенная  
 Лютик едкий  
 Малина обыкновенная  
 Мать-и-мачеха  
 Мята длиннолистная  
 Овес посевной  
 Одуванчик лекарственный  
 Осина  
 Подорожник (все виды)  
 Просвирник лесной  
 Пулавка красильная  
 Пырей ползучий (корневище)  
 Ромашка аптечная  
 Сабельник болотный  
 Серпуха обыкновенная  
 Смородина красная  
 Смородина черная  
 Тростник обыкновенный  
 Фиалка полевая  
 Фиалка трехцветная  
 Черда трехраздельная  
 Черемуха обыкновенная (кора)

## Глистогонные и противолямблиозные

Арбуз (семена)  
 Багульник болотный (эфирное масло)  
 Валериана лекарственная

Вахта трехлистная  
 Девясил высокий (масло из корневищ)  
 Капуста огородная



Касатик сибирский  
 Кислица обыкновенная  
 Колба (черемша)  
 Копытень европейский  
 Копытень Зибольда  
 Котовник сибирский  
 Крестовник обыкновенный  
 Кровохлебка лекарственная  
 Кубышка желтая  
 Лук репчатый  
 Льянка обыкновенная  
 Мирикария даурская  
 Морковь посевная  
 Орляк обыкновенный  
 Паслен сладко-горький  
 Пижма обыкновенная  
 Полынь горькая

Полынь метельчатая  
 Полынь Сиверса  
 Поповник обыкновенный  
 Репешок обыкновенный  
 Солодка гладкая  
 Солодка уральская  
 Сосна (скипидар)  
 Соссюрея иволистная  
 Тыква обыкновенная  
 Хмель дикорастущий  
 Хрен обыкновенный  
 Цикорий обыкновенный  
 Цмин песчаный  
 Чеснок посевной  
 Щитовник иглочатый  
 Щитовник мужской

## Кровоостанавливающие и маточные

Аистник цикутный  
 Бадан тихоокеанский  
 Бадан толстолистный  
 Барбарис амурский  
 Барбарис сибирский  
 Водяной перец  
 Гвоздика пыльная  
 Гвоздика травянка  
 Герань луговая  
 Горец почечуйный  
 Гравидат прямой  
 Гравидат речной  
 Грибы-дождевики  
 Девясил высокий  
 Ежевика  
 Зверобой обыкновенный  
 Калина (кора)  
 Касатик желтый  
 Касатик мечевидный  
 Касатик русский  
 Касатик сибирский  
 Кошачья лапка  
 Крапива двудомная  
 Крапива жгучая  
 Крапива коноплевая  
 Крестовник обыкновенный  
 Крестовник суходольный  
 Кровохлебка лекарственная  
 Кукуруза  
 Лабазник вязолистный  
 Лапчатка гусиная  
 Лапчатка двувильчатая

Лапчатка прямостоячая  
 Листенничная губка  
 Лопух большой  
 Лопух войлочный  
 Лотос орехоносный  
 Манжетка обыкновенная  
 Медунка мягчайшая  
 Мелисса лекарственная  
 Мытник болотный  
 Мытник хохлатый  
 Нюотки лекарственные  
 Облепиха крушиновидная  
 Пастушья сумка  
 Пион уклоняющийся  
 Плакун иволистный  
 Подмаренник настоящий  
 Подмаренник северный  
 Подорожник большой  
 Полынь горькая  
 Полынь метельчатая  
 Полынь обыкновенная  
 Порезник промежуточный  
 Пулавка красильная  
 Пустырник (все виды)  
 Пырей ползучий  
 Репешок обыкновенный  
 Ромашка аптечная  
 Рябина сибирская  
 Рябина черноплодная  
 Сабельник болотный  
 Синеголовник плосколистный  
 Синюха голубая

Смородина красная  
 Сосна лесная  
 Соссюрея двухцветная  
 Соссюрея спорная  
 Соссюрея широколистная  
 Спорынья  
 Спорыш  
 Сусак зонтичный  
 Сушеница болотная  
 Сферофиза солонцовая  
 Тысячелистник обыкновенный

Хвощ зимующий  
 Хвощ полевой  
 Хрен обыкновенный  
 Чабрец ползучий  
 Чихотная трава  
 Шлемник байкальский  
 Эспарцет сибирский  
 Яснотка белая  
 Ястребинка волосистая  
 Ястребинка зонтичная

## При ревматизме, подагре и радикулите

Багульник болотный  
 Белена (масло из семян)  
 Береза бородавчатая (листья)  
 Борец бородатый (корни, клубни)  
 Борец высокий (корни, клубни)  
 Брусника  
 Бузина красная  
 Вероника беловойлочная  
 Вероника дубравка  
 Волчегородник обыкновенный  
 Герань луговая  
 Дудник лесной  
 Дурман обыкновенный (листья)  
 Душица обыкновенная  
 Дыня обыкновенная  
 Дягиль низбегающий  
 Ель сибирская (хвоя)  
 Зигаденус сибирский  
 Змееголовник тимьяноцветный  
 Золотая розга  
 Ива (кора)  
 Кедр сибирский (хвоя)  
 Клопогон вонючий  
 Клопогон даурский  
 Княжик сибирский  
 Колба (черемша)  
 Конопля посевная  
 Крапива двудомная  
 Крапива жгучая  
 Крапива коноплевая  
 Красоднев желтый  
 Купена лекарственная  
 Лабазник вязолистный  
 Ландыш Кейске  
 Ландыш майский  
 Липа (все виды)

Лиственница сибирская (хвоя и смола)  
 Лопух большой  
 Лопух войлочный  
 Лох узколистный  
 Лютик едкий  
 Лютик многоцветковый  
 Мирикария даурская  
 Многоножка обыкновенная  
 Можжевельник обыкновенный  
 Можжевельник сибирский  
 Мордовник обыкновенный (семена)  
 Мыльнянка лекарственная  
 Мята длиннолистная  
 Мята полевая  
 Мята перечная  
 Огуречная трава  
 Осина (кора, почки)  
 Панцерия шерстистая  
 Паслен сладко-горький (молосе)  
 Паслен черный  
 Пихта сибирская (хвоя)  
 Плаун булавовидный  
 Подмаренник северный  
 Полынь горькая  
 Порезник странный  
 Прострел поникший  
 Репешок обыкновенный  
 Рододендрон даурский  
 Рододендрон золотистый  
 Рододендрон Ледебура  
 Ромашка аптечная  
 Рябина сибирская  
 Ряска маленькая  
 Сирень обыкновенная  
 Смородина черная



Смородина черная  
 Сныть обыкновенная  
 Сосна лесная  
 Тополь черный  
 Фасоль обыкновенная  
 Фиалка полевая  
 Фиалка трехцветная

Хвощ зимующий  
 Хмель дикорастущий  
 Цмин песчаный  
**Чабрец ползучий**  
 Чемерица Лобеля  
**Черда трехраздельная**  
 Черника

## Применяемые при туберкулезе

Аир болотный  
 Алоэ древовидное  
 Береза бородавчатая (почки)  
 Будра плющевидная  
 Девясил высокий  
 Крапива двудомная  
 Крапива жгучая  
 Крапива коноплевая  
 Крыжовник обыкновенный  
 Лапчатка гусиная  
 Лапчатка двувильчатая  
 Лиственничная губка  
 Лютик едкий  
**Мать-и-мачеха**  
 Медунка мягчайшая  
 Морковь посевная  
 Орех маньчжурский  
 Патриния средняя  
 Патриния сибирская  
 Патриния скабиозолистная

Первоцвет весенний  
 Первоцвет Палласа  
 Подорожник обыкновенный  
 Полынь обыкновенная  
 Прострел раскрытый  
 Пырей ползучий  
 Ревень (все виды)  
**Синюха голубая**  
 Смородина черная (листья)  
 Солодка уральская  
 Спаржа лекарственная  
**Спорыш**  
 Сушеница болотная  
 Толокнянка обыкновенная  
 Фиалка полевая  
 Фиалка трехцветная  
 Хатма обыкновенная  
 Цикорий обыкновенный  
 Чина луговая  
**Чистотел большой**

## Противоцинготные и витаминоносные

Аир болотный  
 Актинидия аргута  
 Актинидия коломикта  
**Береза бородавчатая**  
 Брусника  
 Володушка золотистая  
 Володушка козлецоволистная  
 Володушка многонервная  
 Голубика  
**Ель сибирская**  
 Жимолость алтайская  
 Жимолость съедобная  
 Заячья капуста  
 Звездчатка средняя  
 Земляника лесная  
 Калина  
 Кедр сибирский (хвоя)

Кипрей узколистый  
 Клубника  
 Клюква  
 Колба (черемша)  
 Крапива двудомная  
 Крапива жгучая  
 Крапива коноплевая  
 Красный корень  
 Кресс-салат  
 Лабазник вязолистный  
 Лапчатка гусиная  
 Липа (все виды)  
 Лиственница сибирская (хвоя)  
 Лотос орехоносный  
 Лук репчатый  
 Медунка мягчайшая  
 Морковь посевная

Морошка приземистая  
 Настурция большая  
 Облепиха крушиновидная  
 Огуречная трава  
 Одуванчик лекарственный  
 Орех маньчжурский  
 Пастернак посевной  
 Первоцвет весенний  
 Первоцвет Палласа  
 Петрушка огородная  
 Пихта сибирская  
 Подорожник  
 Полынь горькая  
 Помидор съедобный  
 Ревень (черешки молодых ли-  
 стьев)  
 Рябина сибирская

Рябина черноплодная  
 Салат посевной  
 Сельдерей пахучий  
 Свекла красная  
 Сердечник луговой  
 Скерда сибирская  
 Смородина красная  
 Смородина черная  
 Сосна лесная (хвоя)  
 Хмель дикорастущий (сопло-  
 дия)  
 Черемуха обыкновенная (яго-  
 ды)  
 Чеснок посевной  
 Шиповник (все виды)  
 Щавель конский

## Ранозаживляющие и противогнилостные

Аистник цикутный  
 Алоэ древовидное  
 Бадан тихоокеанский  
 Бадан толстолистный  
 Багульник болотный  
 Бальзамин лесной  
 Береза бородавчатая (деготь)  
 Бодяк разнолистный  
 Бузульник сизый  
 Василек шероховатый  
 Василисник желтый  
 Василисник малый  
 Василисник простой  
 Вербейник обыкновенный  
 Вороний глаз (сок ягод)  
 Горец змеинный  
 Горечавка крупнолистная  
 Горноколосник колючий  
 Гравилат городской  
 Гречиха посевная  
 Грибы дождевики  
 Грушанка круглолистная  
 Донник лекарственный  
 Душица обыкновенная  
 Ежевика  
 Живокость высокая  
 Звездчатка средняя  
 Звербой обыкновенный  
 Зимолюбка зонтичная  
 Змееголовник молдавский  
 Золотая розга  
 Исландский лишайник

Истод сибирский  
 Истод узколистный  
 Какалия копьевидная  
 Калужница болотная  
 Камнеломка болотная  
 Карагана гривастая  
 Карагана древовидная  
 Капуста огородная  
 Касатик болотный  
 Кедр сибирский  
 Кермек Гмелина  
 Кипрей узколистный  
 Клевер белый  
 Клевер луговой  
 Колба (черемша)  
 Клевер люпиновый  
 Короставник полевой  
 Крапива двудомная  
 Крапива жгучая  
 Крапива коноплевая  
 Крестовник обыкновенный  
 Крестовник суходольный  
 Купена лекарственная  
 Лабазник вязолистный  
 Лапчатка гусиная  
 Лапчатка двувильчатая  
 Лапчатка прямостоячая  
 Лапчатка серебристая  
 Ластовень лекарственный  
 Лилия кудреватая  
 Липа (все виды)  
 Лопух войлочный



Лох узколистный  
 Льянка обыкновенная  
 Лук репчатый  
 Лютик едкий  
 Майник двулистный  
 Манжетка обыкновенная  
 Медунка мягчайшая  
 Молочай Палласа  
 Морская капуста  
 Мытник болотный  
 Мытник хохлатый  
 Нитчатые водоросли  
 Ноготки лекарственные  
 Облепиха крушиновидная  
 Очиток едкий  
 Орех маньчжурский  
 Паслен черный  
 Пихта сибирская (живица)  
 Подорожник обыкновенный  
 Плакун иволлистный  
 Порезник промежуточный

Полынь метельчатая  
 Рдест плавающий  
 Репешок обыкновенный  
 Рододендрон даурский  
 Ряска маленькая  
 Сабельник болотный  
 Свекла красная  
 Скерда сибирская  
 Сочевичник весенний  
 Сушеница болотная  
 Сфагнум  
 Тысячелистник обыкновенный  
 Хатма обыкновенная  
 Хрен обыкновенный  
 Цикорий обыкновенный  
 Чистотел большой  
 Чихотная трава  
 Шиповник (масло из плодов)  
 Щавель конский (корни)  
 Яснотка белая

## Противогеморройные

Бальзамин лесной  
 Барбарис амурский  
 Барбарис сибирский  
 Бодяк полевой  
 Водяной перец  
 Гвоздика пышная  
 Гвоздика травянка  
 Горец почечуйный  
 Гравилат городской  
 Гравилат речной  
 Девясил высокий  
 Дымянка аптечная  
 Звездчатка средняя  
 Зверобой обыкновенный  
 Земляника  
 Зопник клубненосный  
 Кедр сибирский (скорлупа орехов)  
 Конопля посевная  
 Корнандр посевной  
 Коровяк-медвежье ухо  
 Костяника каменистая  
 Кошачья лапка  
 Крапива двудомная  
 Крапива жгучая

Крапива коноплевая  
 Кровохлебка лекарственная  
 Крушина ломкая  
 Купена лекарственная  
 Лабазник вязолистный  
 Лабазник шестилепестной  
 Лопух большой  
 Лопух войлочный  
 Лук репчатый  
 Льянка обыкновенная  
 Малина обыкновенная  
 Одуванчик лекарственный  
 Паслен черный  
 Порезник промежуточный  
 Ревень (все виды)  
 Рябина сибирская  
 Рябина черноплодная  
 Сабельник болотный  
 Сушеница болотная  
 Тополь черный  
 Тысячелистник обыкновенный  
 Чихотная трава  
 Щавель конский

## Применяемые при кожных болезнях

Аистник цикутный	Облепиха крушиновидная
Аквилегия сибирская	Одуванчик лекарственный
Береза бородавчатая (деготь)	Орех маньчжурский
Бобы русские	Осина
Василисник алтайский	Очанка лекарственная
Вероника беловойлочная	Очиток едкий
Волчегородник (кора, ягоды)	Патриния шерстистая
Горичник Морисона	<b>Пихта сибирская</b>
Девясил высокий	Плаун булавовидный
Дурнишник обыкновенный	Подмаренник настоящий
Душица обыкновенная	<b>Подорожник большой</b>
Дымянка аптечная	Поповник обыкновенный
Жимолость алтайская (сок ягод)	Проломник северный
Змеевик	Просвирник лесной
Калина (сок ягод)	Прострел раскрытый
Капуста огородная	Пырей ползучий
Картофель	Рдест плавающий
Клевер луговой	Рожь посевная
Козлобородник луговой	<b>Ромашка аптечная</b>
Колокольчик скученный	Росянка круглолистная
Копытень Зибольда	Сирень обыкновенная
Короставник полевой	Смолевка поникшая
Костяника каменистая	Смородина черная
Кохия веничная	Сныть обыкновенная
Крапива двудомная	<b>Солодка гладкая</b>
Крапива жгучая	<b>Солодка уральская</b>
Крапива коноплевая	Сосенка водяная
Крушина ломкая	<b>Спорыш</b>
<b>Кубышка желтая</b>	Сусак зонтичный
Кувшинка чистобелая	<b>Сушеница болотная</b>
Кукушник длинношпорцевый	Тополь черный
Купальница сибирская	Тысячелистник обыкновенный
Лопух войлочный	Фиалка полевая
Лопух большой	<b>Фиалка трехцветная</b>
Лютик едкий	Хатьма обыкновенная
Малина обыкновенная (листья)	Хвощ полевой
Манжетка обыкновенная	Хмель дикорастущий
Можжевельник сибирский	<b>Цмин песчаный</b>
Мордовник обыкновенный	Чабрец ползучий
Морская капуста	Чемерица белая
Мыльнянка лекарственная	Чемерица Лобеля
Мята длиннолистная	Череда трехраздельная
Мята перечная	<b>Чистец байкальский</b>
Мята полевая	Чистец болотный
Нитчатые водоросли	<b>Чистотел большой</b>
Ноготки лекарственные	Шиповник
	Яснотка белая
	Ячмень обыкновенный



## Против ожогов

<b>Алоэ древовидное</b>	<b>Облепиха</b> (масло из ягод)
<b>Живокость высокая</b> (корни)	<b>Подсолнечник обыкновенный</b>
<b>Клевер луговой</b>	(масло из семян)
<b>Коровяк-медвежье ухо</b>	<b>Просвирник лесной</b>
<b>Кровохлебка обыкновенная</b> (эк- стракт из корневищ)	<b>Прострел раскрытый</b>
<b>Лабазник вязолистный</b>	<b>Ревень</b> (все виды)
<b>Лен посевной</b> (масло из семян)	<b>Сушеница болотная</b>
	<b>Шиповник</b> (масло из плодов)

## При глазных болезнях

<b>Алоэ древовидное</b>	<b>Ромашка аптечная</b>
<b>Василек синий</b>	<b>Ряска маленькая</b>
<b>Льнянка обыкновенная</b>	<b>Соссюрея двухцветная</b>
<b>Манжетка обыкновенная</b>	<b>Черемуха обыкновенная</b> (цвет- ки)
<b>Одуванчик лекарственный</b>	<b>Чеснок посевной</b>
<b>Очанка лекарственная</b>	

## Против насекомых

<b>Багульник болотный</b>	<b>Льнянка обыкновенная</b>
<b>Борец борздатый</b>	<b>Мытник хохлатый</b>
<b>Борец высокий</b>	<b>Пижма обыкновенная</b>
<b>Живокость высокая</b>	<b>Рододендрон Адамса</b>
<b>Зигаденус сибирский</b>	<b>Термопсис ланцетный</b>
<b>Кубышка желтая</b>	<b>Чемерица Лобеля</b>
<b>Кувшинка чистобелая</b>	<b>Чистотел большой</b>

## Противоалкогольные

<b>Баранец</b>	<b>Полынь горькая</b>
<b>Копытень европейский</b>	

## ЛИТЕРАТУРА

- В. С. Алгазин. Полезные растения Западной Сибири. Под редакцией Г. В. Крылова. Новосибирск, обл. изд., 1950.
- Н. И. Анненков. Ботанический словарь. СПб., 1878.
- Атлас лекарственных растений СССР. Под редакцией акад. Н. В. Цицина. М., Медгиз, 1962.
- К. Б. Балицкий, А. Л. Воронцова, А. М. Карпухина. Лекарственные растения в терапии злокачественных опухолей. Киев, изд. «Здоровье», 1966.
- В. А. Беляева. Пряниковские растения, их свойства и применение. Под редакцией проф. Ф. В. Церевитинова. М., Госторгиздат, 1946.
- Л. Н. Березнеговская, Т. П. Березовская, Н. В. Дошинская. Лекарственные растения Томской области. Томск, изд. ТГУ, 1968.
- Л. Н. Березнеговская, В. М. Нестерова. Лекарственные растения Томской области. Изд. 2-е, Томск, Томское книж. изд., 1954.
- Е. А. Беюл, Н. И. Екисенина, Э. Г. Парамонова, И. С. Лукасик. Овощи и плоды в питании человека. М., Медгиз, 1959.
- И. И. Брехман, Г. Э. Куренцова. Лекарственные растения Приморского края. Владивосток, Приморское книж. изд., 1961.
- М. Н. Варлаков, Е. Ю. Шасс. Об изучении лекарственных средств народной медицины. «Советская медицина», 1941, № 5.
- В. И. Верещагин. Медоносные растения Алтайского края. Барнаул, Алтайское книж. изд. 1961.
- В. И. Верещагин, К. А. Соболевская, А. И. Якубова. Полезные растения Западной Сибири. Под редакцией проф. М. М. Ильина и проф. В. В. Ревердатто. М.—Л., изд. АН СССР, 1959.
- Л. И. Володарский. Практическое руководство по сбору и заготовке дикорастущих лекарственных растений. М., Медгиз, 1959.
- А. Ф. Гаммерман. Курс фармакогнозии. Издание шестое. М., изд. «Медицина», 1967.
- А. Ф. Гаммерман, М. Д. Шупинская, А. А. Яценко. Растения-целители. М., изд. «Высшая школа», 1963.
- В. М. Глезин. Растительные лекарственные средства Иркутской области, Иркутск, изд. аптекоуправления, 1948.



- А. Я. Губергриц, Н. И. Соломченко. Лекарственные растения Донбасса. Изд. 3-е, Донецк; изд. «Донбасс», 1966; изд. 4-е, 1971.
- М. И. Гольдман, Н. Д. Жучков, В. М. Сорокатый, С. Х. Сухбанбердин, В. М. Потапов. Новые лекарственные препараты. Алма-Ата, изд. «Казахстан», 1965.
- Государственная фармакопея СССР. IX издание, М., Медгиз, 1961, X издание, М., изд. «Медицина», 1968.
- И. А. Гусынин. Токсикология ядовитых растений, М., изд. с/х лит-ры, 1962.
- З. И. Гутникова. Медоносные растения Приморского края. Владивосток, Примориздат, 1947.
- В. В. Закусов. Фармакология. Изд. 2-е, М., изд. «Медицина», 1966.
- Е. Н. Залесова, О. В. Петровская. Словарь-травник, т. 1—4, СПб., изд. Каспари, 1899—1901.
- С. Е. Землинский. Лекарственные растения СССР. Изд. 3-е М., Медгиз, 1958.
- Б. Д. Игнатъев. Шиповник и его использование. Новосибирск, изд. ЗСФАН, 1946.
- Н. П. Иойриш. Календарь пчеловода. М., изд. «Московский рабочий», 1970.
- Д. Иорданов, П. Николаев, А. Бойчинов. Фитотерапия. Изд. 2-е, София, изд. «Медицина и физкультура», 1970.
- К. Г. Карасев. Овощи, фрукты и ягоды в питании здорового и больного человека. Сб. работ ин-та питания, т. 4, Новосибирск, 1940.
- Г. Н. Кадаев, Н. К. Фруентов. Дикорастущие лекарственные растения Приамурья. Хабаровск, Хабаровское книж. изд., 1968.
- Н. Н. Карташова. Медоносные растения Томской области. Томск, изд. ТГУ, 1955.
- Г. П. Кныш, Н. А. Чинина. Лекарственные растения. Сб.: «Природные ресурсы Томской области и перспективы их использования», Томск, изд. ТГУ, 1966.
- П. Н. Крылов. Флора Западной Сибири, т. I—XII. Томск, изд. ТГУ, 1927—1964.
- Ф. И. Комаров. Роль овощей в питании. М., Медгиз, 1958.
- Г. Э. Куренцова. Культура лекарственных растений в Приморском крае. Владивосток, Примиздат, 1946.
- Г. Э. Куренцова. Лекарственные растения Советского Дальнего Востока. Труды Дальневосточной горнотаяжской станции, т. IV. Ворошилов-Уссурийск, 1941.
- Лекарственные растения дикорастущие. Минск, изд. «Наука и техника», 1967.
- Лекарственные растения СССР (культивируемые и дикорастущие), М., изд. «Колос», 1967.
- В. П. Луканин. Лекарственные растения Свердловской области. Свердловск, Средне-Уральское книж. изд., 1966.
- З. И. Лучник. Опыты культуры лекарственных многолетников в Горно-Алтайске. Горно-Алтайск, изд. ЗОС, 1949.
- А. А. Макаров. Растения местной флоры в народной медицине якутов. Ученые записки Якутского ун-та, вып. 12, 1962.
- П. С. Массажетов. Лечебные травы. «Наука и жизнь», 1953, № 4,

- В. П. Махлаюк. Лекарственные растения в народной медицине. Изд. 2-е, Саратов. Приволжское книж. изд., 1967.
- М. Д. Машковский. Лекарственные средства. Изд. 6-е, т. 1—2, М., изд. «Медицина», 1967.
- П. Е. Мельник, Е. Ф. Кирсанова. Лекарственные и ядовитые растения Горного Алтая. Горно-Алтайск, книж. изд., 1959.
- В. Г. Миннаева. Лекарственные растения Сибири, изд. 4-е, под редакцией проф. К. А. Соболевской. Новосибирск. изд. «Наука», Сибирское отделение, 1970.
- Новые лекарственные растения Сибири и их лечебные препараты. Под редакцией Н. В. Вершинина, В. В. Ревердатто, Д. Д. Яблокова. Вып. 1—5, Томск — Новосибирск, 1942—1959.
- М. А. Носаль, И. М. Носаль. Лекарственные растения и способы их применения в народе. Под редакцией акад. АН УССР В. Г. Дроботко. Киев, Госмедиздат УССР, 1959.
- Г. С. Оголевец. Возделывание лекарственных растений. М., Сельхозгиз, 1948.
- Н. В. Павлов. Дикie полезные и технические растения СССР, М., 1942.
- Б. Н. Палкин. Очерки истории медицины и здравоохранения Западной Сибири в период присоединения к России (1716—1868). Новосибирск, Зап.-Сиб. кн. изд., 1967.
- Ф. С. Первухин. Дубильные растения и введение их в культуру. Новосибирск, изд. СО АН СССР, 1963.
- Е. Д. Петряков, Л. П. Сергиевская. Лекарственные растения Забайкалья. Чит. книж. изд., 1952.
- Н. А. Плотников, Е. К. Левченко. О некоторых народно-лекарственных растениях Горного Алтая. Сб.: «Растительные ресурсы Сибири, Урала и Дальнего Востока». Новосибирск, изд. «Наука». СО АН СССР, 1965.
- А. А. Покровский, И. С. Савощенко, М. А. Самсонов, М. С. Маршак, М. И. Черников, А. М. Ногаллер. Лечебное питание. М., изд. «Медицина», 1971.
- П. Т. Приходько. К вопросу о приемах народной медицины в деревнях Томского края. Томск, 1927.
- Д. М. Российский. Отечественные лекарственные растения и их врачебное применение. М., Медгиз, 1944.
- В. М. Сало. Растение и медицина. М., изд. «Наука», 1968.
- С. Р. Семенов, В. В. Телятьев. Лекарственные растения Восточной Сибири. Иркутск, Вост.-Сиб. книж. изд., 1966.
- Л. П. Сергиевская. Материалы к изучению народных лекарственных растений Забайкалья. М., ВИЛАР, 1940.
- Н. Л. Скалозубов. Ботанический словарь. Народные названия растений (и их применение) Гобольской губернии. Ежегодник Тобольского музея, вып. XXI, Тобольск, 1913.
- Л. Я. Скляревский, И. А. Губанов. Лекарственные растения в быту. М., Россельхозиздат, 1970.
- Н. Н. Смирнов. Лекарственные и технические растения Сибири. Омск, обл. изд., 1951.
- Справочник лекарственных препаратов, рекомендованных для применения в СССР. М., изд. «Медицина», 1970.
- В. В. Телятьев. Лекарственные растения Восточной Сибири. Иркутск, Вост.-Сиб. книж. изд., 1969.
- Б. П. Токин. Целебные яды растений. Л., Лениздат, 1967.



- А. Д. Турова. Лекарственные растения СССР и их применение. М., изд. «Медицина», 1967.
- Л. А. Уткин. Дикорастущие лекарственные растения Урала. Челябинск, ОГИЗ, 1948.
- Л. А. Уткин, Шарапов. Лекарственные растения Челябинской области. Челябинск, обл. изд., 1950.
- А. М. Фой. Рациональность фитонцидной терапии трихомонадного кольпита. Сб.: «Фитонциды в медицине», Киев, изд. АН УССР, 1959.
- Д. К. Червяков. Лекарственные растения Бурят-Монгольской АССР. Улан-Удэ, книж. изд., 1949.
- Е. Ю. Шасс. Фитотерапия. М., изд. АМН СССР, 1952.
- А. И. Шретер. Лекарственные растения Дальнего Востока и их применение. Владивосток, Дальневосточное книж. изд., 1970.
- Энциклопедический словарь лекарственных, эфирномасличных и ядовитых растений. М., Сельхозгиз, 1951.
- Т. И. Юркова. Цветущая косметика. М., изд. «Реклама», 1971.
- В. И. Ясницкий. Лекарственное сырье Бурят-Монгольской АССР и его использование. Улан-Удэ, Бурмонгиз, 1943.

# АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ НАЗВАНИЙ РАСТЕНИЙ

	Стр.
Адонис амурский	Adonis amurensis Rgl. 58
Адонис весенний	Adonis vernalis L. 57
Адонис пушистый	Adonis wolgensis Stev. 58
Адонис сибирский	Adonis sibiricus Patr. 58
Аир болотный	Acorus calamus L. 59
Аистник цикутный	Erodium cicutarium L. 60
Аквилегия сибирская	Aquilegia sibirica Lam. 61
Аконит бородастый см. борец бо- родатый	79
Аконит высокий см. борец вы- сокий	80
Актинидия аргута	Actinidia arguta Planch. 61
Актинидия коломикта	Actinidia kolomikta Maxim. 62
Актинидия полигамная	Actinidia polygama Maxim. 62
Алое древовидное	Aloe arborescens Mill. 367
Алтей лекарственный	Althaea officinalis L. 63
Альфредия поникшая	Alfredia cernua Cass. 64
Анис обыкновенный	Anisum vulgare Gaertn. 396
Аралия маньчжурская	Aralia mandshurica Rupr. et Maxim. 65
Арбуз съедобный	Citrullus vulgaris Schrad. 370
Астра альпийская	Aster alpinus L. 65
Астрагал датский	Astragalus danicus Rotz. 66
Багульник болотный	Ledum palustre L. 66
Бадан тихоокеанский	Bergenia pacifica Kom. 69
Бадан толстолистный	Bergenia crassifolia Fritsch. 68
Баранец	Lycopodium selago L. 70
Бальзамин лесной	Impatiens noli-tangere L. 71
Барбарис амурский	Berberis amurensis Rupr. 72
Барбарис обыкновенный	Berberis vulgaris L. 72
Барбарис сибирский	Berberis sibirica Pall. 71
Башмачок красный	Cypripedium macranthum Swartz. 72
Башмачок пестрый	Cypripedium guttatum Swartz. 73
Бедренец-камнеломка	Pimpinella saxifraga L. 73
Белена черная	Hyoscyamus niger L. 74
Белозор болотный	Parnassia palustris L. 75
Береза бородавчатая	Betula verrucosa Ehrh 76



Береза маньчжурская	<i>Betula mandshurica</i> Nakai.	78
Береза пушистая	<i>Betula pubescens</i> Ehrh.	77
Березовый гриб (чага)	<i>Inonotus obliquus</i> Pil.	78
Бессмертник песчаный см. цмин		334
Бобы русские	<i>Faba vulgaris</i> Moench.	370
Бодяк полевой	<i>Cirsium arvense</i> L.	78
Бодяк разнолистный	<i>Cirsium heterophyllum</i> Hill.	79
Большоголовник альпийский см. левзея сафлоровидная		208
Борец бородатый	<i>Aconitum barbatum</i> Pers.	79
Борец высокий	<i>Aconitum excelsum</i> Rehb.	80
Борщевик рассеченный	<i>Heracleum dissectum</i> Ldb.	80
Борщевик сибирский	<i>Heracleum sibiricum</i> L.	81
Боярышник кроваво-красный	<i>Crataegus sanguinea</i> Pall.	81
Брусника	<i>Vaccinium vitis idaea</i> L.	83
Бубенчик лилиелистный	<i>Adenophora liliifolia</i> Ledeb.	84
Бубенчик муточатый	<i>Adenophora verticillata</i> Fisch.	84
Бубенчик широколистный	<i>Adenophora latifolia</i> Fisch.	84
Будра плющевидная	<i>Glechoma hederacea</i> L.	84
Бузина красная	<i>Sambucus sibirica</i> Nakai.	85
Бузульник алтайский	<i>Ligularia altaica</i> DC.	86
Бузульник сизый	<i>Ligularia glauca</i> O. Hoffm.	86
Бузульник сибирский	<i>Ligularia sibirica</i> Cass.	86
Бурачок горный	<i>Alyssum sibiricum</i> Willd.	87
Валериана лекарственная	<i>Valeriana officinalis</i> L.	87
Василек синий	<i>Centaurea cyanus</i> L.	89
Василек шероховатый	<i>Centaurea scabiosa</i> L.	90
Василисник альпийский	<i>Thalictrum alpinum</i> L.	90
Василисник воночий	<i>Thalictrum foetidum</i> L.	91
Василисник желтый	<i>Thalictrum flavum</i> L.	91
Василисник малый	<i>Thalictrum minus</i> L.	91
Василисник простой	<i>Thalictrum simplex</i> L.	92
Вахта трехлистная	<i>Menyanthes trifoliata</i> L.	92
Вербейник обыкновенный	<i>Lysimachia vulgaris</i> L.	93
Вероника беловойлочная	<i>Veronica incana</i> L.	94
Вероника длинностная	<i>Veronica longifolia</i> L.	95
Вероника-дубравка	<i>Veronica chamaedrys</i> L.	95
Водяника черная	<i>Empetrum nigrum</i> L.	95
Водяной орех	<i>Trapa natans</i> L.	96
Водяной перец	<i>Polygonum hydropiper</i> L.	97
Володушка золотистая	<i>Bupleurum aureum</i> Fisch.	98
Володушка козелецелистная	<i>Bupleurum scorzonerifolium</i> Willd.	99
Володушка многожилчатая	<i>Bupleurum multinerve</i> DC.	100
Волчегородник обыкновенный	<i>Daphne mesereum</i> L.	101
Воронец колосовидный	<i>Actaea spicata</i> L.	102
Воронец красный	<i>Actaea erythrocarpa</i> Fisch.	103
Вороника см. водяника черная		95
Вороний глаз	<i>Paris quadrifolia</i> L.	103
Гвоздика травянка	<i>Dianthus deltoides</i> L.	104
Гвоздика пышная	<i>Dianthus superbus</i> L.	104
Герань луговая	<i>Geranium pratense</i> L.	104
Голубика	<i>Vaccinium uliginosum</i> L.	105
Голубушка см. соссурия иво- листная		306

Горец змennyй	<i>Polygonum bistorta</i> L.	106
Горечавка алтайская	<i>Gentiana altaica</i> Laxm.	108
Горечавка бородастая	<i>Gentiana barbata</i> Froel.	108
Горечавка крупнолистная	<i>Gentiana macrophylla</i> Pall.	108
Горечавка легочная	<i>Gentiana pneumonanthe</i> L.	109
Горечавка луговая	<i>Gentiana amarella</i> L.	109
Горечавка перекрестнолистная	<i>Gentiana cruciata</i> L.	109
Горечавка шероховатая	<i>Gentiana scabra</i> Bge.	110
Горичник Морисона	<i>Peucedanum morissonii</i> Bess.	110
Горноколосник колючий	<i>Umbilicus spinosus</i> DC.	112
Горох посевной	<i>Pisum sativum</i> L.	371
Горчица сарептская	<i>Brassica juncea</i> L.	371
Гравилат городской	<i>Geum urbanum</i> L.	113
Гравилат прямой	<i>Geum allepicum</i> Jacq.	114
Гравилат речной	<i>Geum rivale</i> L.	114
Гречица посевная	<i>Fagopyrum sagittatum</i> Gilib.	371
Грибы дождевики	<i>Lycoperdon</i>	114
Грушанка круглолистная	<i>Pyrola rotundifolia</i> L.	114
Девясил британский	<i>Jnula britanica</i> L.	116
Девясил высокий	<i>Jnula helenium</i> L.	115
Девясил иволистный	<i>Jnula salicina</i> L.	116
Девясил японский	<i>Jnula japonica</i> Thunb.	116
Донник лекарственный	<i>Melilotus officinalis</i> L.	116
Дудник лесной	<i>Angelica silvestris</i> L.	118
Дурман обыкновенный	<i>Datura stramonium</i> L.	119
Дурнишник обыкновенный	<i>Xanthium strumarium</i> L.	120
Душистый колосок	<i>Anthoxanthum odoratum</i> L.	121
Душица обыкновенная	<i>Origanum vulgare</i> L.	122
Дыня обыкновенная	<i>Cucumis melo</i> L.	372
Дягиль лесной см. дудник лесной		118
Дягиль низбегающий	<i>Archangelica decurrens</i> Ledb.	123
Дягиль лекарственный	<i>Archangelica officinalis</i> Hoffm.	123
Ежевика	<i>Rubus caesius</i> L.	124
Ель сибирская	<i>Picea obovata</i> Ledb.	125
Желтая акация см. карагана древовидная		160
Желтушник алтайский	<i>Erysimum altaicum</i> C.A.M.	126, 127
Желтушник левкойный	<i>Erysimum cheiranthoides</i> L.	127
Желтушник прямой, Маршалла	<i>Erysimum marschalianum</i> Andr.	126, 127
Желтушник серый	<i>Erysimum canescens</i> Roth.	127
Женьшень настоящий	<i>Panax ginseng</i> C.A.M.	129
Живокость высокая	<i>Delphinium elatum</i> L.	130
Жимолость алтайская	<i>Lonicera altaica</i> Pall.	131
Жимолость съедобная	<i>Lonicera edulis</i> Turcz.	132
Заманиха высокая	<i>Echinopanax elatum</i> Nakai	132
Заячья капуста	<i>Sedum purpureum</i> L.	133
Звездчатка средняя	<i>Stellaria media</i> L.	134



Зверобой обыкновенный	<i>Hypericum perforatum</i> L.	135
Земляника лесная	<i>Fragaria vesca</i> L.	137
Зигаденус сибирский	<i>Zygadenus sibiricus</i> A. Gray.	138
Зизифора клиноподиевидная	<i>Ziziphora clinopodioides</i> Lam.	139
Зимолюбка зонтичная	<i>Chimaphila umbellata</i> Nutt.	140
Змеевик см. горец змеинный		106
Змееголовник молдавский	<i>Dracocephalum moldavica</i> L.	141
Змееголовник тимьяноцветный	<i>Dracocephalum thymiflorum</i> L.	142
Змееголовник Руйша	<i>Dracocephalum ruyschiana</i> L.	142
Змееголовник сибирский	<i>Dracocephalum nutans</i> L.	142
Золотая розга	<i>Solidago virga aurea</i> L.	143
Золотой корень	<i>Rhodiola rosea</i> L.	144
Золототысячник зонтичный	<i>Centaurium umbellatum</i> Gilib.	146
Золототысячник Мейера	<i>Centaurium meyeri</i> Grossh.	147
Зопник клубненосный	<i>Phlomis tuberosa</i> L.	147
Зубровка душистая	<i>Hierochloë odorata</i> Wahlenb.	148
Зюзник европейский	<i>Lycopus europaeus</i> L.	149
Ива белая	<i>Salix alba</i> L.	149
Ива козья	<i>Salix caprea</i> L.	150
Ива ломкая	<i>Salix fragilis</i> L.	150
Ива серая	<i>Salix cinerea</i> L.	150
Ива сибирская	<i>Salix sibirica</i> Pall.	150
Икотник серый	<i>Berteroa incana</i> DC.	151
Исландский лишайник	<i>Cetraria islandica</i> Ach.	151
Истод сибирский	<i>Polygala sibirica</i> L.	153
Истод узколистный	<i>Polygala tenuifolia</i> Willd.	153
Какалия копьевидная	<i>Cacalia hastata</i> L.	155
Калина обыкновенная	<i>Viburnum opulus</i> L.	155
Калужница болотная	<i>Caltha palustris</i> L.	157
Камнеломка болотная	<i>Saxifraga hirculus</i> L.	159
Камнеломка точечная	<i>Saxifraga punctata</i> L.	159
Кандык сибирский	<i>Erythronium sibiricum</i> Kryl.	158
Капуста огородная	<i>Brassica oleracea</i> var. <i>capita</i> L.	372
Карагана гривастая	<i>Caragana jubata</i> Pall.	159
Карагана древовидная	<i>Caragana arborescens</i> Lam.	160
Карагана карликовая	<i>Caragana pygmaea</i> L.	161
Карагана степная	<i>Caragana frutex</i> L.	161
Картофель	<i>Solanum tuberosum</i> L.	373
Касатик болотный	<i>Iris pseudacorus</i> L.	161
Касатик германский	<i>Iris germanica</i> L.	161
Касатик желтейший	<i>Iris flavissima</i> Pall.	162
Касатик сибирский	<i>Iris sibirica</i> L.	162
Касатик мечевидный	<i>Iris ensata</i> Thunb.	162
Касатик русский, узик	<i>Iris ruthenica</i> Ker-Gawl.	162

Кедр сибирский	<i>Pinus sibirica</i> Mayr.	162
Кермек Гмелина	<i>Limonium gmelinii</i> Ktze.	164
Кизильник черноплодный	<i>Cotoneaster melanocarpa</i> Lodd.	165
Кипрей узколистный	<i>Chamaenerium angustifolium</i> Scop.	165
Кислица обыкновенная	<i>Oxalis acetosella</i> L.	167
Клевер луговой	<i>Trifolium pratense</i> L.	168
Клевер белый	<i>Trifolium repenz</i> L.	169
Клевер лютиновый	<i>Trifolium lupinaster</i> L.	169
Клопогон вонючий	<i>Cimicifuga foetida</i> L.	169
Клопогон даурский	<i>Cimicifuga dahurica</i> Maxim.	169
Клубника	<i>Fragaria viridis</i> Duch.	170
Клюква	<i>Oxycoccus quadripetalus</i> Gilib.	171
Княжик сибирский	<i>Atragene sibirica</i> L.	172
Ковыль перистый	<i>Stipa pennata</i> L.	174
Козлобородник луговой	<i>Tragopogon pratense</i> L.	174
Колба (черемша)	<i>Allium victorialis</i> L.	175
Колокольчик скученный	<i>Campanula glomerata</i> L.	176
Колючник обыкновенный	<i>Carlina vulgaris</i> Ledb.	176
Конопля посевная	<i>Cannabis sativa</i> L.	374
Копеечник забытый	<i>Hedysarum neglectum</i> Ledb.	177
Копытень европейский	<i>Asarum europaeum</i> L.	177
Копытень Зибольда	<i>Asarum sieboldi</i> Mig.	179
Кориандр посевной	<i>Coriandrum sativum</i> L.	374
Коровяк — медвежье ухо	<i>Verbascum thapsus</i> L.	179
Короставник полевой	<i>Knautia arvensis</i> L.	181
Кортуза алтайская	<i>Cortusa altaica</i> A. Los.	181
Костяника каменистая	<i>Rubus saxatilis</i> L.	182
Котовник сибирский	<i>Nepeta sibirica</i> L.	182
Кохия веничная	<i>Kochia scoparia</i> Schrad.	183
Кошачья лапка	<i>Antennaria dioica</i> Gaertn.	183
Крапива двудомная	<i>Urtica dioica</i> L.	184
Крапива жгучая	<i>Urtica urens</i> L.	187
Крапива коноплевая	<i>Urtica cannabina</i> L.	187
Красный корень см. копеечник забытый		177
Красоднев желтый	<i>Hemerocallis flava</i> L.	188
Красоднев малый	<i>Hemerocallis minor</i> Mill.	188
Кресс-салат	<i>Lepidium sativum</i> L.	375
Крестовник обыкновенный	<i>Senecio vulgaris</i> L.	189
Крестовник суходольный	<i>Senecio jacobaea</i> L.	189
Кровохлебка лекарственная	<i>Sanguisorba officinalis</i> L.	190
Крушина ломкая	<i>Frangula alnus</i> Mill.	192
Крушина слабительная	<i>Rhamnus cathartica</i> L.	193
Крыжовник обыкновенный	<i>Grossularia acicularis</i> Spach.	375
Кубышка желтая	<i>Nuphar luteum</i> Sm.	195
Кувшинка белая	<i>Nymphaea alba</i> L.	197
Кувшинка малая	<i>Nymphaea tetragona</i> Georgi.	197
Кувшинка чистобелая	<i>Nymphaea candida</i> Presl.	196
Кукуруза	<i>Zea mays</i> L.	375



Кукушник длинношпорцевый	<i>Gymnadenia conopsea</i> R. Br.	197
Купальница алтайская	<i>Trollius altaicus</i> C. A. Mey.	199
Купальница сибирская	<i>Trollius asiaticus</i> L.	198
Купена лекарственная	<i>Polygonatum officinale</i> All.	199
Лабазник вязолистный	<i>Filipendula ulmaria</i>	
	Maxim.	200
Лабазник шестилепестный	<i>Filipendula hexapetala</i>	
	Cilib.	201
Ландыш Кейске	<i>Convallaria keiskei</i> Mig.	202
Ландыш майский	<i>Convallaria majalis</i> L.	201
Лапчатка гусиная	<i>Potentilla anserina</i> L.	203
Лапчатка двувильчатая	<i>Potentilla bifurca</i> L.	205
Лапчатка кустарниковая	<i>Dasiphora fruticosa</i> Rydb.	205
Лапчатка прямостоячая	<i>Potentilla erecta</i> Hampe.	206
Лапчатка рябинколистная	<i>Potentilla tanacetifolia</i>	
	Willd.	207
Лапчатка серебристая	<i>Potentilla argentea</i> L.	207
Ластовень лекарственный	<i>Antitoxicum stepposum</i>	
	Pobed.	207
Ластовень сибирский	<i>Antitoxicum sibiricum</i>	
	Pobed.	208
Левзея сафлоровидная	<i>Rhaponticum carthamoides</i> Iljin.	208
Лен посевной	<i>Linum usitatissimum</i> L.	376
Лилия кудреватая	<i>Lilium martagon</i> L.	211
Лимонник китайский	<i>Schizandra chinensis</i> Baill.	212
Линнея северная	<i>Linnaea borealis</i> L.	213
Липа амурская	<i>Tilia amurensis</i> Rupr.	214
Липа маньчжурская	<i>Tilia mandshurica</i> Rupr.	
	et Maxim.	214
Липа сердцевидная	<i>Tilia cordata</i> Mill.	214
Липа Таке	<i>Tilia taqueti</i> Schneid.	214
Лиственница даурская	<i>Larix dahurica</i> Turcz.	215
Лиственница курильская	<i>Larix kurilensis</i> Mayr.	215
Лиственница сибирская	<i>Larix sibirica</i> Ledb.	215
Лиственничная губка	<i>Fomitopsis officinalis</i>	
	Bond. et Sing.	216
Лопух большой	<i>Arctium lappa</i> L.	217
Лопух войлочный	<i>Arctium tomentosum</i> Mill.	217
Лотос орехоносный	<i>Nelumbium nuciferum</i>	
	Gartn.	219
Лох узколистный	<i>Elaeagnus angustifolia</i> L.	219
Лук репчатый	<i>Allium sepa</i> L.	377
Льнянка обыкновенная	<i>Linaria vulgaris</i> Mill.	220
Любка двулистная	<i>Platanthera bifolia</i> L.	221
Лютик едкий	<i>Ranunculus acer</i> L.	222
Лютик многоцветковый	<i>Ranunculus polyanthemus</i> L.	222
Майник двулистный	<i>Maianthemum bifolium</i> F.	
	W. Schmidt.	223
Малина обыкновенная	<i>Rubus idaeus</i> L.	223
Манжетка обыкновенная	<i>Alchemilla vulgaris</i> L.	224
Маралий корень см. левзея сафлоровидная		208

Марьян корень см. пион уклоняющийся	255
Мать-и мачеха	255
Медвежья пучка см. дягиль низбегающий	123
Медунка мягчайшая	Pulmonaria mollissima
Мелисса лекарственная	Kern. 226
Мирикария даурская	Melissa officinalis L. 378
Многоножка обыкновенная	Myricaria dahurica
Можжевельник обыкновенный	Ehrenb. 227
Можжевельник сибирский	Polypodium vulgare L. 229
Молодило см. горноколосник колючий	Juniperus communis L. 228
Молочай Палласа	Juniperus sibirica Burgsd. 228
Мордовник обыкновенный	Euphorbia pallasii Turcz. 230
Морковь посевная	Echinops ritro L. 230
Морошка приземистая	Daucus sativus Rochl. 378
Морская капуста	Rubus chamaemorus L. 231
	Laminaria 232
Мыльнянка лекарственная	Saponaria officinalis L. 234
Мытник болотный	Pedicularis palustris L. 235
Мытник хохлатый	Pedicularis comosa L. 236
Мята длиннолистная	Mentha longifolia Huds. 236
Мята полевая	Mentha arvensis L. 236
Мята перечная	Mentha piperita L. 236
Наперстянка крупноцветная	Digitalis grandiflora Mill. 237
Наперстянка пурпуровая	Digitalis purpurea L. 238
Настурция большая	Tropaeolum majus L. 379
	Ulotrix, Cladophora,
Нитчатые водоросли	Spirogira 238
Ноготки лекарственные	Calendula officinalis L. 379
Облепиха крушиновидная	Hippophae rhamnoides L. 238
Овес посевной	Avena sativa L. 381
Огонек алтайский см. купальница алтайская	199
Огурец посевной	Cucumis sativus L. 381
Огуречная трава	Borago officinalis L. 381
Одуванчик лекарственный	Taraxacum officinale Web. 240
Орех маньчжурский	Juglans manshurica Max. 241
Орляк обыкновенный	Pteridium aquilinum Kuhn. 242
Осина	Populus tremula L. 242
Осот розовый (полевой)	78
Очанка лекарственная	Euphrasia officinalis L. 243
Очиток гибридный	Sedum hybridum L. 244
Очиток едкий	Sedum acre L. 244
Очиток желтый	Sedum aizoon L. 245
Очиток пурпуровый см. заячья капуста	133
Очиток тополелистный	Sedum populifolium L. 246
Очиток Эверса	Sedum ewersii Ledb. 246
Панцерия шерстистая	Panzeria lanata Pers. 246
Паслен сладко-горький	Solanum dulcamara L. 247



Паслен черный	<i>Solanum nigrum</i> L.	248
Пастернак посевной	<i>Pastinaca sativa</i> L.	383
Пастушья сумка	<i>Capsella bursa pastoris</i> Medic.	249
Патриния сибирская	<i>Patrinia sibirica</i> Juss.	251
Патриния скабиозолистная	<i>Patrinia scabiosifolia</i> Fisch.	251
Патриния средняя	<i>Patrinia intermedia</i> Roem. et Schult.	250
Первоцвет весенний	<i>Primula veris</i> L.	252
Первоцвет крупночашечный	<i>Primula macrocalyx</i> Bge.	252
Первоцвет Палласа	<i>Primula pallasii</i> Lehm.	252
Петрушка огородная	<i>Petroselinum sativum</i> Hoffm.	383
Пижма обыкновенная	<i>Tanacetum vulgare</i> L.	253
Пион уклоняющийся	<i>Paeonia anomala</i> L.	255
Пихта сибирская	<i>Abies sibirica</i> Ledeb.	256
Плакун иволистный	<i>Lytrum salicaria</i> L.	257
Плаун булавовидный	<i>Lycopodium clavatum</i> L.	258
Подмаренник настоящий	<i>Galium verum</i> L.	259
Подмаренник северный	<i>Galium boreale</i> L.	260
Подорожник большой	<i>Plantago major</i> L.	260
Подорожник ланцетолистный	<i>Plantago lanceolata</i> L.	260, 261
Подорожник максимальный	<i>Plantago maxima</i> Juss.	260
Подорожник средний	<i>Plantago media</i> L.	260
Подорожник степной	<i>Plantago stepposa</i> Rupr.	261
Подсолнечник обыкновенный	<i>Helianthus annuus</i> L.	384
Поленика, княженика	<i>Rubus arcticus</i> L.	263
Полынь горькая	<i>Artemisia absinthium</i> L.	263
Полынь каменная	<i>Artemisia lagocephala</i> DC.	265
Полынь метельчатая	<i>Artemisia scoparia</i> Waldst. et Kit.	266
Полынь обыкновенная	<i>Artemisia vulgaris</i> L.	267
Полынь Сиверса	<i>Artemisia sieversiana</i> Willd.	267
Полынь холодная	<i>Artemisia frigida</i> Willd.	268
Полынь эстрагон	<i>Artemisia dracunculus</i> L.	268
Помидор съедобный	<i>Lycopersicum esculentum</i> Mill.	385
Поповник обыкновенный	<i>Leucanthemum vulgare</i> Lam.	269
Порезник промежуточный	<i>Libanotis intermedia</i> Rupr.	269
Порезник странный	<i>Libanotis monstrosa</i> DC.	270
Портулак огородный	<i>Portulaca oleracea</i> L.	385
Проломник северный	<i>Androsace septentrionalis</i> L.	270
Просвирник лесной	<i>Malva silvestris</i> L.	271
Просвирник низкий	<i>Malva pumilla</i> Sm.	271
Прострел раскрытый	<i>Pulsatilla patens</i> Mill.	272
Пулавка красильная	<i>Anthemis tinctoria</i> L.	273
Пустырник пятилопастный	<i>Leonurus quinquelobatus</i> Gilib.	274
Пустырник сердечный	<i>Leonurus cardiaca</i> L.	274
Пустырник сибирский	<i>Leonurus sibiricus</i> L.	274
Пустырник татарский	<i>Leonurus tataricus</i> L.	274
Пшеница мягкая	<i>Triticum aestivum</i> L.	386

Пырей ползучий	<i>Elytrigia repens</i> Nevski.	275
Рдест плавающий	<i>Potamogeton natans</i> L.	276
Ревень алтайский	<i>Rheum altaicum</i> A. Los.	277
Ревень волнистый	<i>Rheum undulatum</i> L.	277
Ревень дланевидный	<i>Rheum palmatum</i> L.	277
Ревень тангутский	<i>Rheum tanguticum</i> Maxim.	277
Редька посевная	<i>Raphanus sativus</i> L.	386
Репя огородная	<i>Brassica rapa</i> L.	387
Репешок обыкновенный	<i>Agrimonia asiatica</i> Juz.	279
Родиола розовая см. золотой корень		144
Рододендрон Адамса	<i>Rhododendron adamsii</i> Rehd.	280
Рододендрон даурский	<i>Rhododendron dahuricum</i> L.	281
Рододендрон золотистый	<i>Rhododendron aureum</i> Georgi.	282
Рододендрон Ледебура	<i>Rhododendron ledebourii</i> Pojark.	283
Рододендрон мелколистный	<i>Rhododendron parvifoli-</i> <i>um</i> Adams.	283
Рожь посевная	<i>Secale cereale</i> L.	387
Ромашка аптечная	<i>Matricaria chamomilla</i> L.	284
Росянка длиннолистная	<i>Drosera anglica</i> Huds.	286
Росянка круглолистная	<i>Drosera rotundifolia</i> L.	286
Рябина сибирская	<i>Sorbus sibirica</i> Hedl.	287
Рябина черноплодная	<i>Aronia melanocarpa</i> Elliot.	388
Ряска маленькая	<i>Lemna minor</i> L.	288
Сабельник болотный	<i>Comarum palustre</i> L.	289
Салат посевной	<i>Lactuca sativa</i> L.	388
Свекла красная	<i>Beta vulgaris</i> L.	389
Секурина полукустарниковая	<i>Securinea suffruticosa</i> Rehd.	290
Сельдерей пахучий	<i>Apium graveolens</i> L.	389
Сердечник луговой	<i>Cardamine pratensis</i> L.	290
Серпуха обыкновенная	<i>Serratula coronata</i> L.	291
Сибирская сенег см. истод си- бирский		153
Синеголовник плосколистный	<i>Eryngium planum</i> L.	292
Синий зверобой см. горечавка легочная		109
Синюха голубая	<i>Polemonium coeruleum</i> L.	293
Синяк обыкновенный	<i>Echium vulgare</i> L.	294
Сирения стручковая	<i>Syrenia siliculosa</i> Andrz.	295
Сирень обыкновенная	<i>Syringa vulgaris</i> L.	390
Скерда сибирская	<i>Crepis sibirica</i> L.	296
Смолевка поникшая	<i>Silene nutens</i> L.	297
Смородина красная	<i>Ribes hispidulum</i> A. Pojark.	297
Смородина черная	<i>Ribes nigrum</i> L.	298
Сныть обыкновенная	<i>Aegopodium podagraria</i> L.	299
Солодка гладкая		109
Солодка уральская	<i>Glycyrrhiza glabra</i> L.	300
	<i>Glycyrrhiza uralensis</i> Fisch.	300



Сосенка водяная	<i>Hippuris vulgaris</i> L.	303
Сосна обыкновенная	<i>Pinus silvestris</i> L.	304
Соссюрея двухцветная	<i>Saussurea discolor</i> DC.	306
Соссюрея иволистная	<i>Saussurea salicifolia</i> DC.	306
Соссюрея спорная	<i>Saussurea controversa</i> DC.	307
Соссюрея широколистная	<i>Saussurea latifolia</i> Ledb.	307
Сочевичник весенний	<i>Orobis vernus</i> L.	308
Спаржа обыкновенная	<i>Asparagus officinalis</i> L.	308
Спирея иволистная	<i>Spiraea salicifolia</i> L.	309
Спорынья	<i>Claviceps purpurea</i> Tul.	310
Спорыш	<i>Polygonum aviculare</i> L.	311
Стеллера карликовая	<i>Stellera chamaejasme</i> L.	313
Сусак зонтичный	<i>Butomus umbellatus</i> L.	313
Сушеница болотная	<i>Gnaphalium uliginosum</i> L.	314
Сфагнум	<i>Sphagnum</i>	316
Сферофиза солонцовая	<i>Sphaerophysa salsula</i> DC.	316
Татарник разнолистный см. бо- дяк разнолистный		79
Термопсис ланцетный	<i>Thermopsis lanceolata</i> R. Br.	317
Тмин обыкновенный	<i>Carum carvi</i> L.	318
Толокнянка	<i>Arctostaphylos uva-ursi</i> Adans.	320
Тополь черный	<i>Populus nigra</i> L.	321
Тростник обыкновенный	<i>Phragmites communis</i> Trin.	322
Тыква обыкновенная	<i>Cucurbita maxima</i> Duch.	390
Тысячелистник обыкновенный	<i>Achillea millefolium</i> L.	322
Укроп огородный	<i>Anethum graveolens</i> L.	391
Фасоль обыкновенная	<i>Phaseolus vulgaris</i> L.	392
Фиалка опушенная	<i>Viola hirta</i> L.	324
Фиалка полевая	<i>Viola arvensis</i> Murr.	325
Фиалка трехцветная	<i>Viola tricolor</i> L.	325
Хатьма обыкновенная	<i>Lavatera thuringiaca</i> L.	327
Хвощ зимующий	<i>Equisetum hiemale</i> L.	328
Хвощ полевой	<i>Equisetum arvense</i> L.	328
Хмель дикорастущий	<i>Humulus lupulus</i> L.	329
Хрен обыкновенный	<i>Armoracia rusticana</i> Lam.	331
Цетрария исландская см. ис- ландский лишайник		151
Цикорий обыкновенный	<i>Cichorium intybus</i> L.	333
Цимицифуга вонючая см. кло- погон вонючий		169
Цимицифуга даурская см. кло- погон даурский		169
Цмин песчаный	<i>Helichrysum arenarium</i> L.	334
Чабрец ползучий	<i>Thymus serpyllum</i> L.	335
Чай (чайный куст)	<i>Thea sinensis</i> L.	392
Чайный гриб	<i>Medusomyces Gieseyi</i>	394
Чемерица белая	<i>Veratrum album</i> L.	337
Чемерица Лобеля	<i>Veratrum lobelianum</i> Bernh.	337
Черёда трехраздельная	<i>Bidens tripartita</i> L.	338
Черемуха обыкновенная	<i>Padus racemosa</i> Gilib.	339
Черемша см. колба		175

Черника	<i>Vaccinium myrtillus</i> L.	340
Чернобыльник см. полынь обыкновенная		267
Чеснок посевной	<i>Allium sativum</i> L.	395
Чилим см. водяной орех		96
Чина клубневая	<i>Lathyrus tuberosus</i> L.	341
Чина луговая	<i>Lathyrus pratensis</i> L.	341
Чистец аптечный	<i>Stachys officinalis</i> Trevisan	342
Чистец байкальский	<i>Stachys baicalensis</i> Fisch	343
Чистец болотный	<i>Stachys palustris</i> L.	343
Чистец лесной	<i>Stachys sylvatica</i> L.	344
Чистотел большой	<i>Chelidonium majus</i> L.	345
Чихотная трава	<i>Parmica vulgaris</i> DC.	347
Шиповник даурский	<i>Rosa dahurica</i> Pall.	349
Шиповник иглистый	<i>Rosa acicularis</i> Lind.	349
Шиповник коричный	<i>Rosa cinnamomea</i> L.	349
Шиповник морщинистый	<i>Rosa rugosa</i> Thunb.	350
Шиповник рыхлый	<i>Rosa laxa</i> Retz.	350
Шлемник байкальский	<i>Scutellaria baicalensis</i> Georgi.	352
Щавель конский	<i>Rumex confertus</i> Willd.	353
Щитовник игольчатый	<i>Dryopteris spinulosa</i> O. Kuntze	355
Щитовник мужской	<i>Dryopteris filix mas</i> Schott.	355
Щитовник пахучий	<i>Dryopteris fragrans</i> Schott.	356
Элеутерококк колючий	<i>Eleutherococcus senticosus</i> Max.	356
Эспарцет сибирский	<i>Onobrychis sibirica</i> Turcz.	358
Эфедрa двухколосковая	<i>Ephedra distachya</i> L.	359
Эфедрa односемянная	<i>Ephedra monosperma</i> C.A.M.	360
Эфедрa средняя	<i>Ephedra intermedia</i> Schr.	360
Эфедрa хвощевая	<i>Ephedra equisetina</i> Bge.	361
Ярутка полевая	<i>Thlaspi arvense</i> L.	362
Ясменник душистый	<i>Asperula odorata</i> L.	362
Яснотка белая	<i>Lamium album</i> L.	363
Ястребинка волосистая	<i>Hieracium echinoides</i> Lumn.	364
Ястребинка зонтичная	<i>Hieracium umbellatum</i> L.	364
Ятрышник лиловый	<i>Orchis latifolia</i> L.	365
Ятрышник пятнистый	<i>Orchis maculata</i> L.	365
Ятрышник шлемовидный	<i>Orchis militaris</i> L.	365
Ячмень обыкновенный	<i>Hordeum vulgare</i> L.	396



## ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие к первому изданию . . . . .	3
Введение . . . . .	5
<i>Глава I.</i> История поиска и использования лекарственных растений . . . . .	9
<i>Глава II.</i> Химический состав лекарственных растений и способы приготовления простых лекарственных препаратов . . . . .	39
<i>Глава III.</i> Дикie лекарственные растения, применяемые в научной и народной медицине . . . . .	57
<i>Глава IV.</i> Культурные растения, используемые как лекарственные . . . . .	367
<i>Приложение 1.</i> Сбор и сушка лекарственного сырья . . . . .	398
<i>Приложение 2.</i> Состав и применение чаев и сборов из растительного сырья . . . . .	402
<i>Приложение 3.</i> Указатель лекарственных растений по их лечебному применению в научной и народной медицине . . . . .	414
Литература . . . . .	433
Алфавитный указатель названий растений . . . . .	437

Георгий Васильевич Крылов

### ТРАВЫ ЖИЗНИ И ИХ ИСКАТЕЛИ

Редактор *К. В. Волкова*

Художник *В. П. Кириллов*

Художественный редактор *А. Н. Тобух*

Технический редактор *Е. М. Гостищева*

Корректоры: *О. М. Кухно, Р. Х. Хабибрахманов, А. П. Сомова*

---

Сдано в набор 22 ноября 1971 г. Подписано к печати 3 февраля 1972 г.  
 Бумага тип. № 3. Формат 84×108<sup>1</sup>/<sub>32</sub>. 23,52 печ. л., +вкл. 2,31 печ. л., 28,95 изд. л.,  
 в т. ч. цветн. вкл. 2,61 изд. л. МН 11213. Тираж 100000 (1—30000).

---

Западно-Сибирское книжное издательство, Новосибирск, Красный проспект,  
 32. Заказ № 105.  
 Полиграфкомбинат, Новосибирск, Красный проспект, 22.  
 Цена 1 р. 45 к.