

Федеральное государственное бюджетное научное учреждение  
«Всероссийский научно-исследовательский институт лекарственных  
и ароматических растений»  
Средне-Волжский филиал Федерального государственного бюджетного  
научного учреждения  
«Всероссийский научно-исследовательский институт лекарственных  
и ароматических растений»  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Самарский государственный аграрный университет»

# Каталог

## лекарственных и ароматических растений



Кинель 2019

УДК 633.88

ББК 42.14

К29

*Рецензенты:*

д-р биол. наук, проф. кафедры биохимии, биотехнологии  
и биоинженерии, ФГАОУ ВО «Самарский национальный  
исследовательский университет имени академика С. П. Королева»,

*О. Н. Макурина;*

канд. биол. наук, доцент кафедры растениеводства и земледелия,  
ФГБОУ ВО «Самарский государственный аграрный университет»,

*Г. А. Бурлака*

*Авторский коллектив:*

В. Н. Сетин, О. И. Никифорова, С. Ю. Акутина,  
С. Н. Зудилин, Е. Х. Нечаева

**К29** Каталог лекарственных и ароматических растений / В. Н. Сетин, О. И. Никифорова, С. Ю. Акутина [и др.]. – Кинель : РИО Самарского ГАУ, 2019. – 138 с.

**ISBN 978-5-88575-588-7**

В каталоге представлены 109 видов лекарственных и ароматических растений Средне-Волжского филиала ФГБНУ ВИЛАР. Растения, описанные в издании, в большей части произрастают в Среднем Поволжье, некоторые из них не входят в список фармакопейных растений, но применяются в народной медицине. Издание содержит авторские фотографии.

Каталог лекарственных и ароматических растений Средне-Волжского филиала ФГБНУ ВИЛАР адресуется студентам, обучающимся по направлению подготовки 35.03.05 «Садоводство». Издание полезно студентам всех агрономических направлений подготовки и широкому кругу читателей.

**УДК 633.88**

**ББК 42.14**

**ISBN 978-5-88575-588-7**

© Сетин В. Н., Никифорова О. И, Акутина С. Ю.,  
Зудилин С. Н., Нечаева Е. Х. 2019

© ФГБНУ ВИЛАР, 2019

© Средне-Волжский филиал ФГБНУ ВИЛАР, 2019

© ФГБОУ ВО Самарский ГАУ, 2019

]

Е

В течение многих тысячелетий существования человечества лекарственные растения были единственным средством исцеления от самых разнообразных недугов. Первые попытки применения трав, очевидно, были связаны с использованием опыта животных. Постепенно накапливались и передавались из поколения в поколение знания о свойствах отдельных видов растений и способах лечения заболеваний. С появлением письменности эти сведения вошли в специальные книги – «травники» и «лечебники».

Первые письменные сведения об использовании лекарственных растений найдены в самых древних памятниках культуры, принадлежащих государству шумеров, располагавшемуся на территории современного Ирака около 3000 лет до н.э. Основателем медицины считается Гиппократ (460-370 гг. до н.э.), который применил и описал 236 растений. Древнеримский врач Диоскорид, ученик одного из первых ботаников древности Теофраста, в I веке н.э. описал и систематизировал все известные медикаменты растительного, животного и минерального происхождения в своем сочинении «О лекарственных средствах». Этой книгой пользовались вплоть до XVI века.

Выдающийся таджикский врач, философ и поэт Ибн Сина, известный в Европе под именем Авиценна, в своей книге «Канон врачебной науки» приводит сведения об использовании в X-XI веках уже около 900 видов растений. Это настоящая энциклопедия медицинских знаний – итог взглядов и опыта греческих, римских, индийских и среднеазиатских врачей – много веков была обязательным руководством в Европе и странах Востока.

У славянских народов медицина складывалась из опыта, который накапливали и применяли знахари, ведуны и другие народные врачеватели, и сведений, полученных после принятия христианства из греко-византийской литературы. Последняя сосредоточивалась в монастырях, вследствие чего они и стали центрами развития медицинской науки. В XI веке на Руси уже широко применялись травы для лечения болезней, о чем свидетельствует замечательный памятник русской культуры – «Изборник Великого князя Святослава Ярославича». Внучка Владимира Мономаха Евпраксия Мстиславовна написала специальное руководство о лекарственных растениях и способах приготовления из них лекарств.

Первая лекарственная аптека – Аптекарская палата – была открыта в 1581 г. при Иване Грозном, а через 7 лет был издан и первый «Травник». В XVI-XVII веках высшим государственным органом по медицинскому и аптечному делу был Аптекарский приказ, созданный для обслуживания царского двора и войска. При Петре I были учреждены частные аптеки, которые занимались заготовкой и выращиванием лекарственных трав на аптекарских огородах. В этот период в России вошли в медицину многие, теперь уже общепризнанные, лекарственные растения. Деятельность экспедиций Академии наук, основанной в 1724 г., позволила выявить много новых лекарственных растений, используемых разными народами нашей страны.

После Великой Октябрьской социалистической революции в 1921 г. СНК издал специальный декрет «О сборе и культуре лекарственных растений», который и послужил основой для коренного изменения лекарственного ресурсоведения. С 1931 г. началась организация сети специальных научных заведений и хозяйств по выращиванию лекарственных растений. В конце XIX и в XX веке были созданы синтетические препараты, которые по своему действию на организм иногда значительно превосходили естественные. Появлялись лекарственные средства, аналогов которых не было (или их еще не нашли) в живой природе. Это, а также трудности заготовки большого количества растительного сырья и далеко не всегда удачные опыты по разведению и выращиванию лекарственных растений привели к ограничению сферы применения или замене большей часть естественных лекарственных препаратов синтетическими. Кроме того, во многих известных лекарственных растениях длительное время не могли обнаружить действующие лекарственные вещества, официальная медицина отвергла даже женьшень.

В последние годы лечение с помощью лекарственных растений снова приобрело большую популярность. Это объясняется тем, что участились случаи неблагоприятного воздействия на организм синтетических препаратов – так называемые «лекарственные болезни». Кроме того, некоторые из синтетических лекарств при систематическом применении теряют свою эффективность. И, наконец, люди обращаются к фитотерапии, отчаявшись в возможности излечения имеющимися средствами. Эта особая вера в тра-

волечение, своего рода растительная психотерапия, имеет немало важное значение при исцелении различных недугов.

Широкому применению фитотерапии все еще препятствует недостаточная изученность с помощью современных биохимических методов действующих (биологически активных) веществ, содержащихся в растениях. Изучение их представляет значительно большую трудность, чем изучение действия чистых химических соединений. Некоторые биологически активные вещества растений вообще пока еще не выделены в чистом виде, а некоторые действуют только в присутствии других, еще не испытанных или даже неизвестных соединений. В большинстве растений содержится несколько биологически активных веществ, причем одни из них усиливают интересующее действие препарата, а другие ослабляют. Растительные вещества, особенно в зависимости от концентрации, действуют на человека иногда самым неожиданным образом.

В растениях, относящихся к одному и тому же биологическому виду, т.е. совершенно одинаковы по морфологическим признакам и растущих в одинаковых условиях, содержание действующих веществ часто значительно различается. Это отличие проявляется еще более ярко при использовании разновидностей одного вида, видов одного рода и растений, выросших на разных по плодородию почвах, в различных климатических условиях и т.п. На содержание биологически активных веществ большое влияние оказывает стадия развития растений, его возраст и многие другие факторы. Действующие вещества легко разрушаются при неправильной заготовке, сушке, хранении растительного сырья и неверном приготовлении лекарственных препаратов. Все это значительно затрудняет использование многих целебных растений современной медициной.

Большую опасность представляет широко распространенное самолечение травами. Очень часто люди, использующие лекарственные травы, ничего не знают об их свойствах. Такое самолечение может привести к опасным последствиям. Далеко не всегда без помощи специалиста можно определить вид нужного растения. Но и в случае, если растение определено правильно (или приобретено в аптеке), консультация врача необходима. В растениях, как правило, содержится комплекс лекарственных веществ, действующих на многие органы и функции человеческого организма.

Врач учитывает не только основное заболевание, но и сопутствующие, а также основное и побочное действия лекарственного препарата, чтобы не навредить пациенту.

Лекарственные растения могут помочь людям, которые длительное время находятся вдали от жилья, аптек и медицинских учреждений. Им очень важно знать растения, помогающие остановить кровотечение, предотвратить заражение раны, быстро залечить потертости, ожоги, спасти человека от отравления, укусов змей и других недугов. Своевременное применение лекарственных растений может прервать или замедлить течение некоторых болезней, уменьшить опасность осложнения при простудных и других заболеваниях, ослабить приступы некоторых хронических заболеваний, а следовательно, поможет сохранить здоровье, а иногда и жизнь до появления возможности обратиться к врачу. Вот что писал известный писатель, ученый и натуралист В. К. Арсеньев: «Голова так сильно кружилась, что я не мог сосредоточить свое зрение на одном предмете: я понял, что отравился. Когда рассвело, Дерсу сбегал в лес, принес какой-то травы, велел мне жевать ее и глотать сок. Наконец понемногу я стал приходить в себя, головокружение и головная боль исчезли...». Кто знает, чем бы все кончилось, не будь рядом с Арсеньевым совершенно неграмотного, но хорошо знавшего лекарственные растения Дерсу Узалы.

Роль лекарственных растений в лечении зависит от длительности болезни. На начальных стадиях заболевания растительные препараты могут оказаться ведущими средствами лечения ввиду более легкого их действия и обычно малой токсичности. В разгар заболеваний им отводится подсобная роль – мобилизация и повышение защитных сил организма, усиление эффекта основных лекарственных средств и уменьшение их побочного действия. Значительную, а иногда и основную роль, они могут играть на этапе поддерживающего лечения, особенно при хронических заболеваниях.

## **Краткая история Средне-Волжского филиала ФГБНУ ВИЛАР**

В мае 1958 года приказом Министерства здравоохранения РСФСР и директора Всесоюзного института лекарственных и ароматических растений (ВИЛАР) основан Куйбышевский опорный пункт ВИЛАР по изучению лекарственных растений и введению их в культуру в хозяйствах Среднего Поволжья. На его базе в 1966 году организована Куйбышевская зональная опытная станция ВИЛАР, в настоящее время Средне-Волжский филиал ФГБНУ ВИЛАР, расположенный в посёлке Антоновка Сергиевского района Самарской области. Это место было выбрано с учетом богатой черноземом почвы, близкого расположения железной дороги «Сургут-Куйбышев», аэропорта «Курумоч», водно-транспортной артерии реки Волга и, главное, курорта всесоюзного значения «Сергиевские Минеральные Воды».

Основными задачами филиала являются: выявление путей и методов использования растительных ресурсов данной природной зоны для производства лекарственных препаратов, разработка вопросов организации лекарственного растениеводства, агротехники, выращивания, селекция и первичное семеноводство, пополнение и сохранение генофонда лекарственных растений, защита лекарственных растений от вредителей, болезней и сорной растительности.

Филиалом достигнуты значительные успехи в деле научного обеспечения развития лекарственного растениеводства в Среднем Поволжье. Определены природные ресурсы сырья ценных лекарственных растений – борца северного, душицы обыкновенной, зверобоя продырявленного в Южно-Уральском регионе, Башкирии, Челябинской области. Проведены интродукционные исследования 26 видов лекарственных растений, комплексно изучены перспективные интродуценты и основные лекарственные культуры данной местности. Разработаны и внедрены современные технологии возделывания шиповника майского, пустырника сердечного, расторопши пятнистой, маклеи сердцевидной, эхинацеи пурпурной. Выведены новые сорта шиповника, расторопши.

На территории Средне-Волжского филиала ФГБНУ ВИЛАР находится коллекционный питомник (фармацевтический участок), на котором в открытом грунте произрастают 136 видов лекарственных и ароматических растений различной направленности по фармакологическим свойствам.

В настоящее время филиал занимается исследованием по следующим направлениям:

1. Сохранение и пополнение биокolleкций лекарственных и ароматических растений. Поддерживается коллекция лекарственных и ароматических растений открытого грунта в объеме 136 видов. Сохраняется семенной фонд.

2. Разработка научных основ интродукции дикорастущих видов лекарственных и ароматических растений: изучаются биологические особенности роста и развития; размножение семенного материала; получение экспериментальных данных по введению в культуру новых интродуцентов.

3. Мониторинг фитосанитарного состояния интродуцируемых и традиционно возделываемых лекарственных культур.

4. Создание новых высокоурожайных сортов лекарственных и ароматических культур, характеризующихся повышенным содержанием БАВ, стабильной урожайностью сырья и технологичных для возделывания.

**Алтей армянский** (*Althaea armeniaca* Ten)  
Семейство Мальвовые (*Malvaceae*)

Многолетнее растение высотой 50-200 см. Стебли цилиндрические, прямостоячие, маловетвистые, в нижней части почти голые. Нижние листья часто бывают чуть лопастные, крупнозубчатые; средние – длиной и шириной 6-12 см, пятираздельные, с широкими яйцевидными или продолговато-яйцевидными долями, у основания срезанные или весьма пологосердцевидные на черешках длиной 2-5 см. Верхние трехраздельные, иногда рассеченные почти до основания, у основания закругленные или клиновидные. Цветки в конечном, кистевидно-метельчатом, облиственном соцветии, на цветоножках длиной 0,5-5 см. Венчик розовый в полтора-два раза длиннее чашечки. Плоды в поперечнике 6-9 мм, состоят из 14-20 плодиков. Семена почковидные, длиной 2-2,5 мм и шириной 2 мм, бурые или серовато-буроватые, голые и гладкие. Цветет в июне – сентябре.



В медицине используют корни алтея армянского. Применяют в виде отвара сухого или жидкого экстракта, сиропа. Надземную часть используют для получения препарата мукалтин. Назначают как противокашлевые и отхаркивающие средства при заболеваниях органов дыхания и в качестве обволакивающих и противовоспалительных при гастритах и язвенной болезни.

**Алтей лекарственный (*Althaea officinalis* L.)**  
Семейство Мальвовые (*Malvaceae*)

Алтей лекарственный является многолетним густоопушенным растением, имеет один или несколько стеблей и крепкое разветвленное короткое корневище с довольно толстыми, длинными мясистыми корнями. Стебли в основном прямостоячие, простые, иногда разветвленные в верхней части, высотой от 50 до 150 см.



Листья очередные, в зависимости от размещения на стебле имеют различную форму листовидной пластинки. Верхние листья длинночерешковые, яйцевидные, заостренные, по краям неровнотрубчато-зубчатые, яйцевидно-продолговатые, трехлопастные с удлиненной средней лопаткой, у основания ширококлиновидные; средние листья у основания немного закругленные или почти плоские; нижние листья больше и шире остальных, трех-, пятилопастные, у основания иногда сердцевидные. Все листья алтея имеют серовато-зеленую окраску и опушены. Цветки алтея расположены на цветоножках, скученные на верхушке стебля и размещенные на общих цветоносах, выходящих из пазух верхних и средних листьев, с подчашием, характерным для растений семейства Мальвовых; чашелистики широкояйцевидные, волосистые, заостренные. Венчик бледно-розовый, не очень раскрытый, состоит из 5 лепестков. Плоды мелкие, дисковидные сборные семянки, обернутые чашечкой, опушенные короткими волосками, до 7-10 мм в диаметре. Семена темно-коричневые, гладкие, почковидные,

длиной 2-2,5 мм. Цветет растение летом с июня по август, плоды созревают с июля.

Для медицинских целей используют настои, отвары, сухие и жидкие экстракты корня, сироп алтея.

**Амми большая** (*Ammi majus L.*)  
Семейство Сельдерейные (*Apiaceae*)

Одно- или двулетнее растение высотой до 100 см и более, со стержневой корневой системой. Корни беловатые. Стебель прямой, округлый, с бороздчатой поверхностью, в верхней части ветвистый, полый внутри, малооблиственный.

Первые три листа простые, последующие – дважды и трижды рассеченные. Соцветие – сложный зонтик до 15 см в диаметре. Цветки мелкие с белыми лепестками. Плод (вислоплодник) – яйцевидная или продолговато-яйцевидная ребристая двусемянка длиной 1,5-3 мм, шириной 0,5-2 мм. Цветет в конце июня – начале июля, плоды созревают в конце июля – до середины сентября. Vegetационный период в условиях Среднего Поволжья составляет 120 дней.

В плодах амми содержатся фурукумарины (не менее 0,6 %).



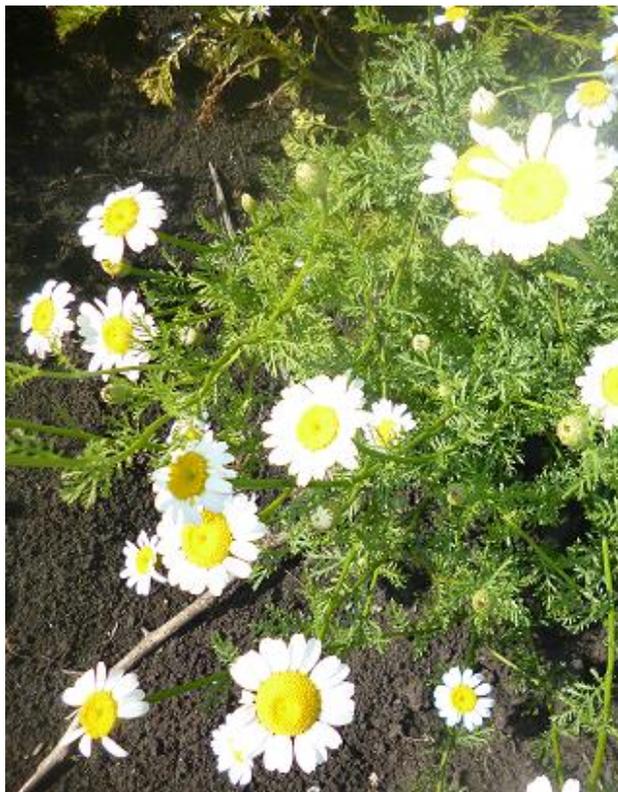
Кроме фурукумаринов в плодах амми содержатся эфирные и жирные масла, так же макро- и микроэлементы – такие, как калий, кальций, селен и бор.

Обладает умеренным бактериостатическим действием, проявляет кератолитическое, эпителизирующее и стимулирующее рост волос.

**Анациклиус лекарственный**  
или слюногон лекарственный (*Anacyclus pyrethrum*)  
Семейство Астровые (*Asteraceae*)

Однолетнее растение высотой до 40 см с прямым или приподнимающимся стеблем, маловолосистым, ветвящимся зонтикообразно у основания, почти голым. Корень запаха не имеет, вкус его жгучий, острый, вызывающий мощное слюноотечение. Листья слабоопушенные, вытянутые дважды-перисто-рассеченные, двух-трёхраздельные, линейные и линейно-шиловидные, заостренные, доли расходящиеся, длиной до 10 мм. Корзинки одиночные, диаметром около 1 см, сидящие на длинных и толстых коротковоло-

систых цветоножках, размещаются на верхушках ветвей и стебля, крупные, с белыми краевыми и желтыми срединными цветами, но от ромашки отличаются более выраженным розовым оттенком на обратной стороне лепестков. Семянки плоские, обратно яйцевидно-треугольные, до 3 мм длиной и около 2 мм шириной.



Анациклиус лекарственный оказывает болеутоляющее и слюногонное действие. Корень растения широко используется в европейской медицине. Благодаря его эффективности в купировании зубной боли, а также в содействии свободному слюнооттоку. В народной медицине настоек корней анацикляса использовали при зубной боли, как болеутоляющее, при заболеваниях языка, в качестве слюногонного средства и как наружное раздражающее средство.

**Аралия маньчжурская** или высокая  
(*Aralia mandshurica Rupr. et Maxim = Aralia Elata (Miq.) Seem*)  
Семейство Араливые (*Araliaceae*)

Дереvence высотой до 8 м и до 10 см в диаметре ствола. Корневая система поверхностная, горизонтальная, расположена, в основном, в слое почвы на глубине 10-25 см. Кора ствола серая или желтовато-серая, усаженная многочисленными крупными шипами, особенно сильно развитыми у молодых растений. Листья очередные, иногда трижды-непарноперистые, сближены на конце побега текущего года. Листочки крупные, овальные или яйцевидные, с заостренной верхушкой и округлым основанием. Аралия зацветает на 5-6 годы жизни. Цветки белые или кремовые, пятичленные, обоеполые и тычиночные образуют зонтиковидные соцветия. Плод – сине-черная, шаровидная пятигнездная костянка, 3-5 мм в диаметре, с 5-ю косточками. Косточки продолговато-удлиненные, светло-коричневые или сероватые, длиной 2,5 мм, шириной 1-2 мм.



Препараты из корней арники используются как стимулирующее и тонизирующее средство при физической и умственной усталости, сердечно-сосудистых и психологических заболеваниях функционального характера.

Настойку на этиловом спирте применяют как стимулятор ЦНС при гипотонии, астении, депрессивных состояниях, а так же при импотенции на фоне неврастении и психастении.

**Арника облиственная (*Arnica foliosa* Nut.)**  
Семейство Астровые (*Asteraceae*)

Арника – травянистое, поликарпическое растение с тонким деревянистым, разрастающимся в разные стороны корневищем, с годами образующим куртину.



Стебли до 80 см высотой, тонкие, маловетвящиеся, при цветении часто полегающие. Листья ланцетовидные, с чёткими жилками, мелкозубчатые. Соцветия – многочисленные корзинки до 3-3,5 см в диаметре, сидячие на длинных цветоножках (длиной 1-5 (6) см) на верхушках стеблей и их разветвлений. Семена мелкие продолговатые, снабжены летучкой.

Настойка (на 70% спирте) и настой по фармакологическому действию не уступают арнике горной и применяются по тем же показаниям. Она обладает противовоспалительным, желчегонным, тонизирующим, седативным и противосудорожным действием, оказывает гемостатический эффект при различных кровотечениях, усиливает сокращение матки.

**Астрагал серпоплодный** (*Astragalus falcatus* Lam.)  
Семейство Бобовые (*Fabaceae*)

Многолетнее травянистое растение. Корневая система стержневая. Главный корень толстый, до 2-2,5 см в диаметре. Стебли многочисленные, лежачие или приподнимающиеся, округло-многогранные, длиной до 40 см, толщиной до 5 мм, с развитыми или укороченными междоузлиями.



Листья на коротких черешках, очередные, непарноперистые, длиной до 20 см, шириной до 5-6 см, листочки листьев удлинено-овальные, в количестве 20-27 шт., длиной до 20 мм, шириной до 7 мм, с небольшим острием. Прилистники ланцетовидные, заостренные, длиной до 10 мм, шириной до 5 мм. Соцветия многочисленные, головчатые, густые, с 10-20 цветками. Цветки на коротких цветоножках, с прицветниками, по длине равны чашечке. Чашечка зеленая, сросшаяся, с 5 шиловидно-ланцетовидными зубцами, равными по ее длине трубке. Плоды – яйцевидные или овальные, вздутые, кожистые, двухгнездные бобы длиной 10-12 мм, шириной 5-6 мм. Семена немногочисленные, коричневые, почковидные, приплюснутые, длиной 3-4 мм, шириной 2-3 мм.

Отрастает в апреле, цветет в мае – июне. Длительность цветения 3-5 дней, созревают плоды в июле.

В лекарственных целях используется трава астрагала, которая содержит флавоноиды и тритерпеновые гликозиды, производные дазиантогенина, глициризин, полисахариды, макро- и микроэле-

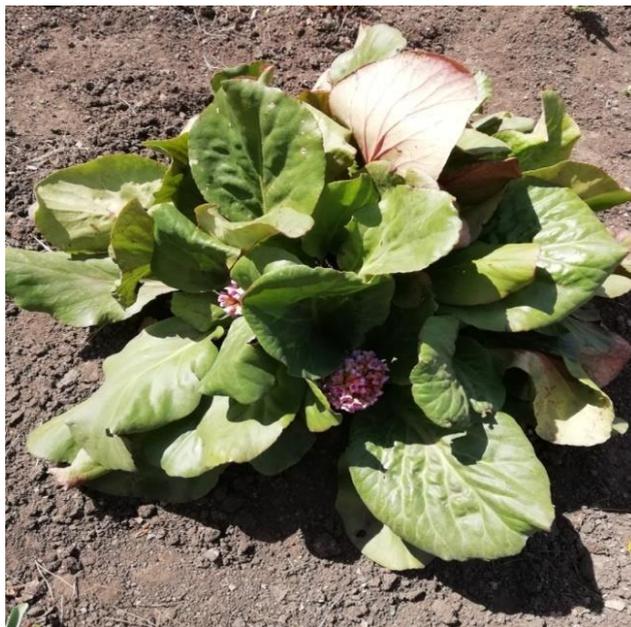
менты, органические кислоты. Настой или отвар оказывает вазодилатирующее гипотензивное, кардиотоническое и седативное действие.

### **Бадан толстолистный (*Bergenia crassifolia* L.)**

Семейство Камнеломковые (*Saxifragaceae*)

Бадан толстолистный – вечнозеленое многолетнее травянистое растение с толстым ползучим корневищем, достигающим несколько метров в длину и до 3,5 см в толщину, от которого отходит крупный вертикальный корень. Стебель (цветочная стрелка) безлистный, высотой до 50 см, несущий крупное, раскидистое, метельчатое соцветие. Листья зимующие, цельные, широкоэллиптические или почти округлые, длиной до 35 см, голые, кожистые, блестящие, собраны в прикорневую розетку. Цветки колокольчатые, с лилово-розовыми лепестками. Плоды – коробочки с мелкими многочисленными семенами. В условиях Поволжья цветение приходится на май; семена созревают в июле.

В корневищах бадана содержатся 15-25%, в листьях – 10-12% дубильных веществ. Из корневищ выделен изокумарин бергенин. Листья содержат гликозид арбутин (10-12%).



Жидкий экстракт, приготовленный из корневищ бадана, применяется при колитах и энтероколитах неинфекционной природы, для полоскания при стоматитах и гингивитах, так же для лечения эрозии шейки матки. Часто используется в гинекологической практике.

**Боярышник кроваво-красный** (*Crataegus sanguinea* Pall.)  
Семейство Розоцветные (*Rosacea*)

Высокий кустарник, реже небольшое дерево, высотой 1-4 м (до 6 м), со стволом диаметром до 10 см, покрытым темно-бурой или буро-серой корой.

Листья очередные, с прилистниками, короткочерешковые, обычно с обеих сторон волосистые, от обратнойцевидных до широкоромбических, крупнозубчатых. Соцветия – густые многоцветковые щитки с опадающими нитевидными прилистниками. Цветки некрупные, белые, с пурпурными пыльниками. Плоды шаровидные, до 1 см в диаметре, ярко-красные, очень редко оранжево-

жёлтые, с 3-4 косточками и мучнистой мякотью. Цветет в мае – июне, почти всегда обильно; плодоносит с конца августа, правда, урожай бывает не ежегодно. Размножается семенами и порослью.



Плоды боярышника содержат холин, ацетилхолин, дубильные вещества, фруктозу, фитостериноподобные вещества. Установлено наличие в боярышнике тритерпеновых кислот: олеановой, урсоловой и кретеговой. В цветах найдены кофейная и хлорогеновая кислоты, гиперозид, кверцетин, ацетилхолин и триметиламин. В коре содержится глюкозид эскулин (кретегин). В лекарственных целях препараты боярышника применяют при функциональных расстройствах сердечной деятельности, ангионеврозах, мерцательной аритмии и пароксизмальной тахикардии. Жидкий экстракт плодов боярышника входит в состав препарата кардиовалена.

**Валерьяна лекарственная**  
или аптечная, маун (*Valeriana officinalis*)  
Семейство Валериановые (*Valerianaceae*)

Многолетнее травянистое растение высотой 40-100 см (изредка до 200 см) с коротким двулетним корневищем и многочисленными шнуровидными придаточными корнями. Стебли прямостоячие, цилиндрические, крепкие, внутри полые, у основания до 2 см

в диаметре, бороздчатые, разветвленные в верхней части, снизу и по узлам опушенные.



Листья супротивные, непарноперисторассеченные, длиной 7-25 и шириной 3-10 см; нижние черешковые, верхние сидячие. Цветки обоеполые, мелкие, бледно-розовые, душистые, собраны на верхушке стебля в крупную щитовидную метелку. Плод – продолговато-яйцевидная бурая семянка с 10-12-лучевым перистым хохолком, служащим для распространения плодов ветром. Размножается семенами и вегетативно. Цветет в мае – июне, плоды созревают в июле – сентябре. В медицине используют корневище с корнями. Препараты валерианы уменьшают возбудимость центральной нервной системы, усиливают действие снотворных, обладают спазмолитическими свойствами. Их применяют при нервном возбуждении, бессоннице, неврозах сердечно-сосудистой системы, при спазмах желудочно-кишечного тракта и других заболеваниях, часто в сочетании с другими успокаивающими и сердеч-

ными средствами. Широко применяются они и в ветеринарной практике для профилактики заболеваний и лечения животных.

**Василёк синий** (*Centaurea cyanus L.*)  
Семейство Астровые (*Asteraceae*)

Однолетнее, реже двулетнее травянистое растение с тонким стержневым веретеновидным разветвленным корнем. Стебель прямостоячий, высотой 30-100 см; в средней и верхней частях ветвистый, с тонким серо-пепельным опушением.



Листья очередные, паутинисто-шерстистые, серо-зеленые. Цветки сидят в одиночных корзинках, расположенных на концах стеблей и ветвей по одной на длинных безлистных ножках. Плод – серая или желтовато-серая, слегка опушенная семянка 2,5-4,5 мм длиной, с многорядным хохолком. Цветет с июня до поздней осени; плоды созревают в августе – октябре. Размножается только семенами.

Для лекарственных целей используются только синие краевые цветки василька. Их применяют как мочегонное средство при оте-

ках почечного и сердечного происхождения в виде настоя (10:200). Цветки входят в состав мочегонных сборов.

В народной медицине отвар василька синего рекомендуют для промывания глаз и примочек при их повышенной утомляемости, при конъюнктивитах (воспалениях слизистой оболочки век) и блефаритах (воспалениях краев век). Цветки василька синего усиливают желчеотделение, применяют при нефритах, нефрозонофритах, циститах, уретритах.

**Волoduшка золотистая (*Bupleiurum auréum*)**  
Семейство Сельдерейные (*Ariaceae*)



Растения высотой 50-120 см, с ползучими малоразветвлёнными корневищами тёмно-коричневого цвета. Стебли прямые часто одиночные или в числе до трёх, в верхней части бывают малоразветвлённые, имеют фиолетовый оттенок. Нижние листья продолговатые обратнойцевидной формы или широкоэллиптические, тупые, к основанию суженные. Цветки собраны в немногочислен-

ные зонтики, осевые много крупнее боковых. Плоды продолговато-эллиптической формы, тёмно-коричневого цвета, 4-6 мм длиной, с четырьмя продольными бороздками и заметно выдающимися рёбрами более светлого оттенка.

В лекарственных целях заготавливают надземные части растения, сбор проводят во время цветения, используют для приготовления отваров. Настой из травы (листьев, цветков и стеблей) обладает желчегонным действием, применяется при холециститах, холангитах и гепатитах.

### **Галега лекарственная (*Galega officinalis*)** Семейство Бобовые (*Fabaceae*)

Красиво цветущее мощное, многостебельчатое растение, высотой около полутора метров. Куст может насчитывать до двадцати стеблей. Они прямостоячие, трубчатые, полые внутри, окрашенные в зеленый цвет.



Листья крупные, непарноперистые, черешковые, с прилистниками. Цветет галега лекарственная с начала лета и до середины

осени. Цветы светло-фиолетового или бледно-голубого оттенка, крупные, с длинными цветоножками, напоминающие по форме колокольчики. Они образуют прямостоячие соцветия – кисти длиной до двадцати сантиметров.

Корневая система растения стержневая, мощная. После цветения галега лекарственная образует плоды – стоячие бобы, имеющие от пяти до восьми почковидных, гладких семян желтовато-зеленого цвета, твердых на ощупь. Полное созревание плодов происходит в сентябре.

В лекарственных целях применяются все части растения (листья, цветки, корни), несмотря на то, что галега лекарственная (козлятник) является ядовитым растением. Важно знать и соблюдать дозировку препаратов на основе этой травы.

Через какое-то время были выявлены мочегонные, потогонные свойства травы, что позволило народным лекарям широко использовать ее в своей практике.

### **Гармала обыкновенная (*Peganum harmala* L.)** Семейство Парнолистниковые (*Zygophyllaceae*)

Многолетнее многостебельное травянистое ядовитое растение. Корневище мощное, твердое, переходящее в длинные корни, глубоко уходящие вертикально в почву.

Стебли прямостоячие, сильно ветвистые, извилистые, голые, зелёные, облиственные, высотой около 30-85 см. Листья очередные, короткочерешковые, светло-зеленые, длиной 2-5 см, глубоко 3-5-раздельные с острыми линейными долями.

Цветки белые, крупные (2-2,5 см в диаметре), на коротких цветоножках, вырастают по 1-3 на концах ветвей. Цветет с мая по июль или август. Имеет сильный характерный аромат.

Плоды – шаровидные приплюснутые трехгнездные коробочки диаметром 1-1,5 см, содержащие каждая более 50 семян. Семена многочисленные, мелкие, коричневые, трехгранные, клиновидные, длиной до 4 мм. Созревают с июля по август.



Препараты гармалы имеют антиспастическое, снотворное, противорвотное, антигельминтное, противовоспалительное, болеутоляющее, антибактериальное, антипротозойное, антиоксидантное, антимуtagenное, противораковое, мочегонное и потогонное свойства.

Настои и отвары травы гармалы применяют внутренне при простуде, сифилисе, заболеваниях желудочно-кишечного тракта; в виде полосканий – при болезнях десен; в виде ванн – при ревматизме, чесотке и других кожных заболеваниях.

Гармалин, один из алкалоидов гармалы, является стимулятором центральной нервной системы.

**Горицвет весенний** (*Adonis vernalis* L.)  
Семейство Лютиковые (*Ranunculaceae*)

Горицвет весенний – многолетнее травянистое, корневищное растение высотой 20-70 см. Корневище короткое, толстое, грушевидное, тёмное.



Листья голые, во время цветения зелёные, после отцветания – с сизым оттенком, жестковатые. Цветок крупный, в диаметре до 4-7 см, ярко-жёлтой окраски. Плоды сложные, состоят из многочисленных спирально расположенных на цветоложе односемянных орешков. Орешки (семена) почти шаровидно-обратнойцевидной формы, мелкие (3-4 мм), ячеисто-морщинистые, волосистые, с крючкообразно загнутым книзу носиком длиной около 1 мм.

Цветет в конце апреля – начале мая. Цветение длится около 1 недели. Плоды созревают через 4-6 недель после цветения. Размножается семенами.

В медицине используют надземную часть – траву горицвета весеннего. Препараты из неё обладают седативным и диуретическим действием. Получаемый из травы сухой экстракт – адонизид является частью препарата кардиовален. Из сухого экстракта изготавливаются таблетки адонисбром, адонизид. Настой травы горицвета входит в состав микстуры Бехтерева.

В народной медицине используют против водянки, при эпилепсии; неврозах сердца, вегетодистонии, инфекционных болез-

нях, протекающих с симптомами ослабления сердечной деятельности, болезни почек с признаками сердечной недостаточности.

**Гроссгеймия крупноголовая** или василек крупноголовый  
(*Grossheimia macrocephala* = *Centaurea macrocephala*)  
Семейство Астровые (*Asteraceae*)

Многолетник. Корневая шейка густо окутана темными волокнами. Стебель до 1 м высотой, простой, прямостоячий, толстый, бороздчатый, густо опушенный курчавыми волосками, густо олиственный, нижние листья продолговатые, оттянутые в короткий черешок, стеблевые постепенно уменьшенные, сидячие, низбегающие, самые верхние линейные, все листья по краю отдаленно мелкозубчатые, иногда почти цельнокрайние, с обеих сторон коротко рассеянно опушенные и густо усаженные очень мелкими сидячими железками.



Корзинки крупные; обертка яйцевидно-шаровидная, 30-56 мм в диаметре, придатки листочков перепончатые, почти округлые, неравномерно и обычно неглубоко бахромчато разорванные, очень редко глубоко дланевидно-бахромчатые, черепитчато-налегающие друг на друга и целиком скрывающие кожистую часть листочков; цветы ярко-желтые. Цветет с июля, плоды созревают в августе.

Подготовленное сырьё имеет горький вяжущий вкус, содержит целебные вещества.

Цветки василька крупноголового повышают диурез, усиливают желчеотделение и обладают противомикробными свойствами. Их применяют при отёках, связанных с заболеваниями почек, а также при заболеваниях печени, мочевыводящих и желчных путей.

**Девясил высокий** (*Inula helenium L.*)  
Семейство Астровые (*Asteraceae*)

Девясил высокий – многолетнее травянистое, поликарпическое корневищное растение высотой до 160-200 см. От вертикального, многоглавого, толстого, мясистого корневища, длиной до 20 см, отходят до 10 и более толстых, мясистых, разнонаправленных придаточных корней. Стебель прямостоячий, бороздчатый, опушённый короткими, густыми белыми волосками, в верхней части коротковетвистый. Розеточные листья – крупные, удлинённо-яйцевидные или эллиптические, черешковые. Стеблевые листья – очередные, продолговато-яйцевидные, длиной 10-30 см.



Цветки собраны в соцветия – корзинки, окраска венчика – золотисто-жёлтая. Краевые цветки язычковые, срединные – трубчатые. Цветение идет в июле – сентябре, плоды созревают не одновременно в августе – октябре.

В научной медицине используют корневища с корнями девясила высокого. Препарат из него применяют как отхаркивающее, уменьшающее секрецию бронхов средство при хронических заболеваниях дыхательных путей: трахеитах, бронхитах. Отвар корней и корневищ – эффективное средство при гастритах, гастроэнтеритах, а также при поносе неинфекционного происхождения.

Корневище с корнями девясила входит в состав сбора для приготовления микстуры по прописи М. Н. Здренко.

### **Диморфотека выемчатая**

*(Dimorphotheca sinuata=D. aurantiaca=D. calendulacea)*

Семейство Астровые (*Asteraceae*)

Диморфотека оранжевая или выемчатая – однолетнее растение, достигающее высоты 30-40 см. Куст полушаровидный, густо облиственный, с многочисленными прямостоячими побегами.



Листья удлиненные, выемчатые, неопушенные. Цветет простыми корзинками диаметром до 6 см, расположенными на верхушках сильных опушенных цветоносов. Длинные язычковые лепестки окрашены в насыщенный ярко-оранжевый оттенок с темным пятном у основания. В центре расположены короткие трубчатые цветки густого черно-коричневого цвета. Выращивание данного вида диморфотеки в культуре ведут с 1798 года.

Цветок диморфотеки — это пышное и красивое украшение каждого сада или клумбы. Он засухоустойчив и нетребователен к окружающей среде, выращивание производится как из семян, так и из рассады.

**Десмодиум канадский (*Desmodium canadense* L. DC)**  
Семейство Бобовые (*Fabaceae*)

Многолетнее травянистое поликарпическое, корневищное растение со стержневой, хорошо развитой системой. Корневище укороченное, утолщённое, деревянистое, имеющее от 4 до 12 ба-

зальных почек возобновления, из которых развиваются генеративные побеги, образующие зрелые плоды и семена.



Стебли прямые, многогранные, толщиной до 1 см, шершаво-опушённые, разветвленные, высотой до 120 см. Листья тройчато-сложные, черешковые, очередные, скученные в средней и верхней частях стебля. У основания черешки шиловидные, буроватые, с опушёнными прилистниками. Соцветие верхушечное, удлинённое, слабоветвистое, многоцветковое. Цветки голубовато-фиолетовые или пурпурные. Цветёт в июле – августе, плоды созревают в августе – сентябре. Плоды – бобы длиной до 5 см, на ножках

5-7-членные, плоские, бурые, густошершавоволосистые, поникающие. Семена желтовато-бурые, почковидные, гладкие, блестящие, длиной 3-3,3 мм, шириной 1,5-2,2 мм.

В спектре фармакологических свойств травы десмодиума канадского сочетаются противовоспалительная, ранозаживляющая, противовирусная и анальгизирующая активность. Показания к применению препаратов из десмодиума канадского: простой герпес генитальной и экстрагенитальной локализации (острые и рецидивирующие формы); экзема капоши; опоясывающий лишай; герпети-

ческий стоматит; заболевания верхних дыхательных путей вирусной этиологии; ветряная оспа.

**Диоскорея nipпонская** или диоскорея многокистевая  
(*Dioscorea nipponica* Makino=*Dioscorea polysyacbya* auct.)

Семейство Диоскорейные (*Dioscoreaceae*)

Многолетняя травянистая лиана, достигающая длины 4 м и более.

Корневище горизонтальное, расположенное неглубоко от поверхности почвы, малоразветвлённое коричневатое-бурое (на изломе белое или желтоватое), длиной до 1,5 м. Молодые участки корневища более светлые, желтоватые, мясистые, с крупными почками. Наружный слой корневища легко отделяется в виде шелушащегося тонкого, темноокрашенного пробкового слоя.

Стеблей несколько: они простые, голые, вьющиеся.

Листья длиной 6-12 см, очередные, черешковые, широкояйцевидные с сердцевидным основанием. Нижние листья семилопастные, с короткими боковыми и более крупной вытянутой заострённой средней лопастью. Верхние листья трёхпятилопастные.



Цветки однополые, двудомные, с простым венчиковидным, глубокошестираздельным желтовато-зеленоватым околоцветником. Тычиночные цветки собраны по 3-7 в полузонтики, образующие пазушные кисти. Пестичные цветки собраны в простую кисть. Плод – почти сидячая, трёхгнездная, широкоэллиптическая коробочка длиной 1,6-2,5 см, с тремя широкими крыльями на рёбрах. Семена плоские, с длинным, тонкоперепончатым, оттянутым вверх крылом.

Препараты из диоскореи назначают при атеросклерозе сосудов головного мозга; при атеросклерозе сосудов сердца и сочетании атеросклероза с гипертонической болезнью.

### **Дурман обыкновенный** или дурман вонючий

(*Datura Stramonium L.*)

Семейство Паслёновые (*Solanaceae*)

Однолетнее, неприятно пахнущее растение с прямостоячим гладким, в верхней половине ветвистым стеблем высотой 40-120 см. Ветви на внутренней стороне пушистые, отходят от стебля под острым углом. Листья черешковые, длиной 7-25 см и шириной 5-12 см, яйцевидные с заострённой верхушкой, к основанию клиновидно суженные, выемчато-зубчатые, с острыми лопастями, снизу бледные, гладкие, сверху зелёные, по жилкам коротковолосистые. Цветки длиной 7-12 см одиночные, располагаются в разветвлениях стебля и его ветвей на прямых, торчащих вверх пушистых цветоножках. Окраска венчика – белая, форма трубчато-воронковидная, с узкой трубкой и складчатым широким отгибом, надрезанным на 5 остроконечных лопастей, на верхушке резко суженных в тонкое, длинное (5-8 мм) остроконечие. Плоды – яйцевидные прямостоячие коробочки, покрытые твёрдыми шипами, внизу окруженные неоппадающими, затвердевшими основаниями чашечки. Семена длиной 3-3,5 мм, округло-почковидные, черные, матовые, на поверхности – мелкочапчатые. Цветет в апреле – сентябре, плодоносит с июля. Все части растения сильно ядовиты.



Используют листья дурмана при бронхиальной астме, бронхитах, при судорожном кашле. Дурмановое масло – жёлтого, жёлто-зелёного цвета, применяется наружно для растирания при невралгиях, ревматизме.

**Душица обыкновенна** или материнка (*Origanum vulgare L.*)

Семейство Яснотковые (*Lamiaceae*)

Многолетнее травянистое поликарпическое растение высотой 30-100 см с приятным запахом. Корневище сильно разветвлённое, бурое, иногда ползучее, покрытое мелкими придаточными корнями.



Стебли многочисленные, четырёхгранные, прямостоячие или восходящие, разветвлённые, мягкоопушённые, часто пурпурно окрашенные. Листья супротивные, черешковые продолговатые или продолговато-яйцевидные, заострённые, цельнокрайние, негустоволосистые, снизу более бледные, длина до 5 см, ширина до 3 см.

Цветки одно-двуполые, собраны в сложные щитовидно-метельчатые, раскидистые или компактные соцветия. Окраска венчика фиолетово-розовая, иногда белая; венчик двугубый, длиной

5-10 мм. Цветение – в июле – августе, созревание плодов в сентябре – октябре. Плод из 4 округлых, голых, блестящих, коричневых или бурых орешков, сидящих в остающейся чашечке. Масса 1000 семян – 0,045-0,101 г.

В медицине используют надземную цветущую часть – траву душицы. Настой её оказывает желчегонное, мочегонное, отхаркивающее и выраженное седативное действие.

Траву душицы назначают для повышения аппетита, улучшения пищеварения, особенно при секреторной недостаточности желудочно-кишечного тракта, при холециститах и дискинезии желчевыводящих путей и т.д.

**Жимолость съедобная (*Lonicera edulus* L.)**  
Семейство Жимолостные (*Caprifoliaceae*)

Жимолость съедобная – листопадный кустарник высотой до 1 м с густой шаровидной кроной. Листья продолговато-эллиптические или овально-ланцетные с заостренными верхушками. Цветки желтоватые, обоеполые, расположены попарно в пазухах нижних листьев. Опыляются насекомыми.



Корневая система поверхностная со шнуrowидными немногочисленными корнями-не более трех у культурных растений

Соплодия темно-голубые, сочные, покрыты восковым налетом, созревают в конце июня — начале июля, по вкусу похожи на голубику. Длина ягод от 12 до 33 мм, ширина – 6-14 мм. Семена мелкие, эллипсоидные, светло-коричневые, кожица нежная. Плодоношение начинается на 3-4 год после посадки. Плоды являются ценным витаминоносителем, а также способствуют выделению желудочного сока, повышают аппетит, нормализуют обмен веществ, действуют как мочегонное и общеукрепляющее средство. Из плодов жимолости готовят кисели, соки, джемы, варенье, желе. Свежие ягоды и настой из сушеных плодов используются для лечения и профилактики цинги благодаря высокому содержанию витамина С.

Настои из листьев и молодых побегов при приеме внутрь оказывают общеукрепляющее действие при лечении простудных заболеваний. Полоскание горла и ротовой полости настоем из цветков и листьев жимолости помогает справиться с инфекцией при воспалении десен и ангине. Этим же настоем промывают глаза при конъюнктивите.

**Зверобой продырявленный, пронзеннолистный**  
или обыкновенный (*Hypericum perforatum L.*)  
Семейство Зверобойные (*Hypericaceae*)

Многолетнее голое травянистое растение высотой 30-100 см. Корневище тонкое, ветвистое, дающее ежегодно несколько стеблей.



Стебель прямой, плотный, цилиндрический, с двумя продольными ребрами, в верхней части ветвистые; ветви супротивные, выходящие из пазух листьев. Листья супротивные, сидячие, полустеблеобъемлющие, овально-эллиптические, продолговато-овальные или продолговатые. Цветки золотисто-желтые с черными точками на нижней стороне лепестков, многочисленны,

собраны в щитковидные или широкометельчатые соцветия. Плод – продолговато-яйцевидная коробочка длиной 6 мм и шириной 5 мм, с железистыми продольными полосками и точечками. Семена мелкие, продолговатые, продольно- мелкоячеистые, коричневые. Размножается преимущественно семенами. Цветет с июля до августа, плодоносит в сентябре – октябре.

В медицине используют надземную часть растения как вяжущее, противовоспалительное и противомикробное средство. Кроме того, зверобой возбуждает деятельность пищеварительных (а также желчевыводящих) органов и тонизирует кровообращение. Зверобой можно рассматривать как растительный антидепрессант. Интересно, что этим целебным растением лечат и ночное недержание мочи. Из зверобоя готовят препараты: новоиманин – антибактериальное средство, которое применяют при лечении инфицированных ран, ожогов, насморка, флегмон, абсцессов.

### **Земляника лесная (*Fragaria vesca* L.)** Семейство Розовые (*Rosaceae*)

Земляника лесная имеет короткое корневище, тонкие корни, длинные ползучие побеги-усы и прямостоячий цветоносный стебель. Листья в прикорневой розетке, тройчатые, с прилистниками и длинными черешками, сверху зеленые или темно-зеленые, снизу сероватые. Корневище бурого цвета, горизонтальное или косое, толстое, короткое, от него отходят придаточные корни и розетки листьев с длинными побегами (усами). Цветки белые, до 2 см в диаметре, на длинных цветоносах. Венчик имеет 5 белых лепестков. Цветет в мае – июне. Плоды – многочисленные орешки, погруженные основаниями в разросшееся мясистое, сладкое, душистое, яйцевидное, ярко-красное цветоложе, образуя так называемую ягоду. Плоды созревают в июне – июле.



Ягоды и листья земляники являются ценными источниками витаминов. Ягоды земляники обладают общеукрепляющим, противовоспалительным, антисептическим, желчегонным, мочегонным, противогрибковым, гипогликемическим и слабительным свойствами. Улучшают процессы кроветворения и обмен веществ, способствуют выведению из организма холестерина. Листья обладают гипотензивным, кровоостанавливающим, противовоспалительным, вяжущим, антимикробным, дезодорирующим, отбеливающим, ранозаживляющим действиями.

### **Змееголовник молдавский (*Dracocephalum moldavica* L.)**

Семейство Яснотковые (*Lamiaceae*)

Змееголовник молдавский – это травянистое растение высотой 15-50 см, для которого характерно слабое опушение всех его частей. Существуют две формы этого растения – синецветковая и белоцветковая.

Змееголовник молдавский имеет тонкую корневую систему стержневого типа. В фазу цветения длина главного корня достигает 20-30 см, боковых – 10-15 см.

Стебель змееголовника прямостоячий, на сечении полый, четырёхгранный (в верхней и средней зонах) или округлый (в нижней). Листорасположение супротивное. Темно-зеленые листья, сидящие на коротких черешках. Голубоватые или сиреневые цветки (15-21 мм) на коротких цветоножках собраны в колосовидное

соцветие длиной 16-20 см. Растение цветёт в июле – августе, причем цветение начинается с нижних бутонов главного побега.



Плод – ценобий, распадается на 4 трёхгранных, продолговатых орешка длиной 2,4-3,2 мм и шириной 1,2-1,9 мм

Компоненты эфирного масла змееголовника молдавского обладают антибактериальной, антигрибковой и антиоксидантной активностью.

Экспериментально доказана антибактериальная активность в отношении 6 видов бактерий. Исходя из этого, кремы, лосьоны, капли и пр., изготовленные на основе змееголовника, могут быть с успехом использованы в медицине, например, при терапии кожных заболеваний бактериальной и грибковой этиологии.

### **Зопник клубненосный (*Phlomis tuberosa* L.)**

Семейство Яснотковые (*Lamiaceae*)

Многолетнее растение высотой 40-150 см. Корни длинные, шнуровидные, имеют клубневидные утолщения. Стебель прямостоячий, простой или ветвистый, голый, фиолетово-пурпурный. Нижние листья длинночерешковые, треугольно-сердцевидные, с глубоким сердцевидным основанием и туповатой верхушкой; средние – на более коротких черешках, яйцевидно-ланцетные с

сердцевидным основанием, городчато-пильчатые; верхние почти сидячие, ланцетные, остропильчатые. Все листья с верхней стороны темно-зеленые, голые, с нижней – светлые и опушенные.

Соцветие длинное, в густых, более или менее расставленных мутовках из 10-16 цветков. Плод – орешек с волосками на верхушке. Цветет в мае – августе. Плоды созревают в июле – августе.



Является хорошим пряно-вкусовым растением. Корневые клубни едят жареными, печёными или вареными. В прежние времена их заготавливали впрок, высушивали, а затем перемалывали на муку и крупу. Использовали для изготовления кондитерских изделий и соусов, молочной каши. Калмыки добавляли эту муку в чай.

Ценный медонос, даёт много нектара. Растение использовали в народной медицине при пневмонии, бронхите, желтухе, геморрое, как вяжущее, ранозаживляющее и тонизирующее средство.

**Зюзник европейский** (*Lycopus europaeus L.*)  
Семейство Яснотковые (*Lamiaceae*)

Зюзник – многолетнее растение высотой до 1 метра, с мощным стеблем-четырёхгранником, очень похож на крапиву. Листья цельные, продолговато ланцетные, имеющие длину от трех до восьми сантиметров, по краям – зубчики. Цветки мелкие, белые, с красными крапинками, закручены своеобразной воронкой и плотным кольцом охватывают основания листьев. Цветет зюзник в течение трех месяцев, начиная с июля. Цветки зюзника опыляются преимущественно мухами.



Растет зюзник в местах влажных, даже подтопленных и распространен повсеместно. За большую любовь к воде и за сильное внешнее сходство зюзник иногда называют «болотной крапивой». В поселке Антоновка, Сергиевского района, Самарской области можно встретить вблизи прудов, так же имеется на питомнике. Цветение приходится на июль, созревание плодов на август.

В народной медицине используются надземные части растения: стебли, листья, цветки. Применяется зюзник для лечения базедовой болезни и для уменьшения узлов щитовидной железы.

Зюзник хорош тем, что превысить дозировку практически невозможно. Это свойство очень ценно для ослабленных больных гипертиреозом.

Растение с успехом применяют для лечения неврозов и расстройств нервной системы, бессонницы, беспричинного чувства страха. Настой травы считается хорошим средством в борьбе с приступами тяжёлого сердцебиения, при нарушениях сердечного ритма (экстрасистолии), учащенном сердцебиении, гипертонической болезни.

### **Ирис сибирский** (*Iris sibirica* L.)

Семейство Ирисовые (*Iridaceae*)

Многолетнее травянистое растение высотой до 110 см. Корневище обильно ветвящееся, вверху с бурыми остатками листовых влагалищ, образующее плотную дерновину. Прикорневые листья линейные, длиной до 80 см.



Цветки бледно- или темно-фиолетовые (редко белые), расположены по 2-3, на неравных цветоножках. Цветонос вверху разветвленный, полый, с 2-3 стеблеобъемлющими листьями. Плод – продолговато-овальная коробочка длиной 3-5 см. Семена светло-серые, плоско сдавленные. Цветет в конце мая – июне. Семена созревают в сентябре. В условиях питомника филиала растение цветет раз в несколько лет. Отвар используют при болезнях сердца, а также как ранозаживляющее средство. Подземная часть применяется при водянке, сифилисе, цинге, как кровоостанавливающее, слабительное, антигельминтное средство. Отваром и настоем корневищ полощут ротовую полость при абсцессах горла, зубной боли. Подземная часть, цветки, семена применяются в тибетской медицине при пневмониях, бронхитах, гепатитах, хронических гастритах, женских болезнях.

**Иссоп лекарственный** (*Hyssopus officinalis* L.)  
Семейство Яснотковые (*Lamiaceae*)

Многолетнее поликарпическое растение, полукустарник высотой 30-60 см. Корень стержневой, деревянистый, разветвленный. Стебли многочисленные, плагитропные до почти лежачих, у основания одревесневающие, простые или ветвистые, четырехгранные, короткоопушенные или почти голые.

Листья супротивные, расположенные накрест, немного короче междоузлий или равны им, почти сидячие, ланцетные или линейно-ланцетные со слегка завернутыми на нижнюю сторону краями. Верхние листья мельче. Цветки собраны в пазухах листьев по 3-7 в виде ложных полумутовок, образующих продолговатые, колосовидные, нередко однобокие соцветия. Плод состоит из четырех неясно трёхгранных, продолговато-обратнояйцевидных орешков длиной около 2,5 мм. Орешки (семена) имеют мелкобугорчатую поверхность, темно-бурого или буровато-черного цвета. Масса 1000 семян 0,9-1,1 г. Цветет иссоп в июле – сентябре, плоды созревают с августа до конца осени.

Иссоп оказывает благотворное действие при астме и спазмах. Он успокаивает желудочные боли, эффективен против грибковых инфекций, повышает артериальное давление. При наружном применении регулирует потоотделение. Настой травы рекомендуют применять при сильной усталости, как тонизирующее средство.



В народной медицине Болгарии настой применяют при нарушениях пищеварения (диспепсиях), при запоре, ревматизме, скрофулёзе, анемии, как отхаркивающее при бронхите, против глистов и для компрессов при воспалении глаз.

**Календула лекарственная** или ноготки лекарственные  
(*Calendula officinalis* L.)  
Семейство Астровые (*Asteraceae*)

Однолетнее травянистое растение с прямостоячим, ветвистым стеблем высотой 30-60 см. Корень стержневой, ветвистый, проникающий в почву до 120 см и более. Листья крупные, очередные, удлинённо-обратнояйцевидные длиной до 15 см, шириной до 5 см, покрытые волосками. Цветки золотисто-жёлтые или оранжевые, собраны в крупные корзинки диаметром до 5-8 см. Корзинки расположены одиночно на концах стеблей и их разветвлений. Крае-

вые цветки язычковые, расположены они в один или несколько рядов (до 15 и более у махровых форм). Срединные цветки трубчатые, обоеполые.



Плоды – изогнутые зубчатые семянки. Масса 1000 семян 8-15 г. Ноготки цветут всё лето – с июля до глубокой осени. Семена созревают в конце июля – августе. В зоне Среднего Поволжья, где часты жаркие, засушливые летние периоды – цветение ноготков проходит в течении 2-3 недель, а на сырьевых участках (при условии 8-12 кратной уборки соцветий) период цветения более продолжительный (30-50 дней). Настойки, мази, эмульсии и свежий сок из цветков календулы применяют как антисептическое, противовоспалительное и ранозаживляющее средство при наружном лечении полости рта, эрозии шейки матки, трихомонадных кольпитов, мелких ран, порезов, ушибов, ожогов, фурункулезов, блефаритов и свищей. Препараты календулы назначают внутрь при лечении гастритов, язвы желудка и двенадцатиперстной кишки, при заболеваниях желчного пузыря и желчевыводящих путей.

**Кипрей узколистный** или иван-чай  
(*Chamaenerion angustifolium* (L.) Scop.)  
Семейство Кипрейные (*Onagraceae*)

Кипрей – это высокая трава с длинными листьями и крупными темно-розовыми цветами. Встречается на всех континентах в зонах умеренного климата. Кипрей предпочитает хорошо освещенные места: равнинные берега рек и ручьев, луга, гари и вырубки. Цветки кипрея состоят из четырех чашелистиков розового цвета, четырех свободных лепестков, восьми тычинок и отогнутого пестика. Все цветки собраны в заостренную кисть, раскрываются они с шести до семи часов утра. У основания его розовых лепестков легко обнаружить капли нектара. Листья ланцетовидные, очередные, очень похожи на листья ивы. Семена-малютки с белыми волосками.



В народной медицине используется как надземная часть кипрея – листья и цветки, так и подземная – корневище. Флавоноиды (кверцетин, кемферол) оказывают спазмолитическое желчегонное и мочегонное действие. Дубильные вещества (до 20 % дубильных пирогаловой группы, обладающих вяжущим противовоспалительным и кровоостанавливающим действием). Небольшое количество алкалоидов (эти вещества в больших дозах ядовиты, но в малых обладают замечательными лечебными свойствами) способны улучшать обмен веществ, кровообращение, состояние нервной системы, являются хорошими обезболивающими.

### **Козелец испанский (*Scorzonera hispanica* L.)**

Семейство Астровые (*Asteraceae*)

Многолетнее растение, имеет толстый, мясистый цилиндрический корень. Стебель растения может достигать в высоту 75 см, прямостоячий, обычно густо покрыт листьями. Ветви стебля торчащие.



Листья зеленые или серо-зеленые, в нижней части стебля яйцевидно-ланцетные или продолговато-ланцетные, заострённые, со многими жилками, шероховато-зубчатые, с длинным черешком, полустеблеобъемлющие; средние при основании стеблеобъемлющие, продолговато-ланцетные; верхние шиловидные. Соцветия представляют собой редкие крупные одиночные корзинки на концах цветоносных ветвей. Семена крупные, 15-20 мм длиной, около 1,5 мм толщиной, ребристые, сероватые. Цветёт скорцонера испанская в мае. В условиях питомника плоды созревают в июле.

Лечебные действия скорцонеры обусловлены ценными нутриентами, входящими в ее состав. Употребление скорцонеры в пищу помогает регулировать уровень сахара в крови и препятствует скачкам инсулина. Аспарагин, входящий в состав скорцонеры, делает ее ценным корнеплодом для людей с проблемами сердечно-сосудистой системы и почек. Аспарагин – это аминокислота, которая укрепляет сердечную мышцу и сосуды, очищает их от холестерина и атеросклеротических бляшек. Кроме того, аспарагин положительно сказывается на функции почек, помогая организму эффективнее очищать кровь.

**Котовник сибирский** (*Nepeta sibirica* L.)  
Семейство Яснотковые (*Lamiaceae*)

Котовник сибирский – многолетнее травянистое растение, один из самых высоких представителей котовников, достигающее до 100 см высоты. Стебель прямой, четырехгранный, ветвистый, опушенный многоклеточными железистыми волосками, выделяющими довольно приятный ароматный запах. Листья простые, без прилистников, черешковые, накрест супротивные, продолговатоланцетные. Цветки крупные, обоополье, зигоморфные (неправильные), лилово-синие или фиолетовые, собраны в тирсоидные соцветия из двойных завитков. Плод – ценобий, состоящий из 4 орешковидных плодиков – эремов. Цветет в июле. Обильное цветение растения со второго года вегетации.

Благодаря наличию в составе различных биологически активных веществ, котовник сибирский обладает многими целебными свойствами: кровоостанавливающим, жаропонижающим, противовоспалительным, успокаивающим, отхаркивающим, потогонным, болеутоляющим, общеукрепляющим и др.



Котовник сибирский стабилизирует и укрепляет работу иммунной системы, повышает тонус организма, способствует регулированию менструального цикла, а также повышению аппетита, устраняет судороги, стимулирует сокращение сердечной мышцы, благотворно влияет на пищеварение, улучшает функцию кишечника и желудка.

### **Крапива двудомная (*Urtica dioica* L.)**

Семейство Крапивные (*Urticaceae*)

Многолетнее травянистое корневищное двудомное растение. Стебли прямостоячие, тупочетырехраздельные, неветвистые, высотой до 60-170 см, густо покрытые длинными жгучими и короткими волосками. Листья тоже покрыты волосками, супротивные, яйцевидно-ланцетовидные, по краю крупнозубчатые с изогнутыми к вершине зубцами, длиной 8-17 см и шириной 2-8 см. Цветки однополые, мелкие, зеленоватые, собраны в ветвистые колосовидные повисающие соцветия, выходящие из пазух верхних листьев.

Плод – округло-эллиптический или яйцевидный желтовато-серый орешек. Цветет с мая до осени, плодоносит с июля.



В качестве лекарственного сырья используются листья крапивы, содержащие витамин С (0,1-0,2%), каротин и другие каротиноиды (до 50 мг%), витамины группы В и К, муравьиную и другие кислоты, хлорофилл (до 5%). Так же гликозид уртицин, ситостерин, минеральные соли, дубильные вещества (2%) и др.

В виде настоя применяется в качестве кровоостанавливающего средства при легочных, почечных, маточных и кишечных кровотечениях.

В народной медицине лист крапивы нашел применение при бронхиальной астме, варикозном расширении вен, а так же для укрепления и роста волос.

**Купена многоцветковая** (*Polygonatum multiflorum* (L.) All.)

Семейство Лилейные (*Liliaceae*)

Многолетнее травянистое растение высотой 15-60 см с горизонтальным корневищем толщиной до 0,5 см. От него ежегодно отрастают голые ребристые поникающие надземные стебли. Листья продолговато-эллиптические, очередные, цельнокрайние, голые, в нижней части образуют стеблеобъемлющее влагалище, располагаются в два ряда и повернуты в одну сторону. Цветки белые, поникающие, правильные, по 1-2 в пазухах листьев. Околоцветник венчикообразный, из 6 сросшихся лепестков. Плод – сине-черная ягода. Цветет в июне. Плоды созревают в сентябре.



С лечебной целью используют корневища купены. Растение ядовито! Препараты, изготовленные из различных частей купены, обладают болеутоляющим, противовоспалительным и кровоостанавливающим свойствами. Все части растения оказывают рвотное действие.

Отвары применяются наружно при подагре, ревматизме как болеутоляющее средство, так же для рассасывания синяков, при ушибах и гнойных заболеваниях кожи.

**Ландыш майский** (*Convallaria majalis* E.)

Семейство Лилейные (*Liliaceae*)

Многолетнее травянистое корневищное растение высотой 15-30 см. Корневища состоят из горизонтальной части с удлинёнными междоузлиями и вертикальной – с укороченными. От корневищ отходят тонкие мочковатые корни. Из верхушечной части корневища развивается годичный побег, на верхушке которого формируется почка возобновления будущего года, и из пазух передних кроющих чешуй развивается вегетативная часть побега текущего года, несущая 1-3 заостренных продолговато-эллиптических или ланцетовидных листа с длинными (до 10 см), замкнутыми, охватывающими друг друга влагалищами.



Соцветие – простая односторонняя кисть из 3-13 цветков. Прицветники пленчатые. Цветки сидят на поникающих цветоножках. Плод – 2-6-семенная округлая оранжевая ягода. Размножается вегетативно и семенами. Зацветает на 8-й год жизни. В Самарской области зацветает в мае, созревание плодов происходит в сентябре.

Используются надземные части ландыша майского и ландыша Кейске, которые содержат сердечные гликозиды, основные из которых конваллятоксин и конваллязид. Препараты ландыша (настойка, сухой экстракт, коргликон, конваллятокин) применяют при неврозах сердца в сочетании с препаратами валерианы и боярышника.

В народной медицине ландыш нашел применение так же при водянке и эпилепсии.

**Лапчатка белая** (*Potentilla alba L.*)

## Семейство Розоцветные (*Rosaceae*)

Многолетнее невысокое травянистое растение с длинным, на верхушке разветленным, корневищем, которое заканчивается розеткой из пальчато-рассеченных на 5 листочков листьев.



Листья опушенные с крупными прилистниками и длинными черешками. Цветки 5-ти мерные с линейно-ланцетными листочками подчашия и яйцевидными чашелистиками. Белый цвет лепестков указывает на перекрестное опыление ночными насекомыми. Цветет в апреле – июне. Плоды сухие яйцевидные, при основании волосистые, семянки. Вероятно, семена распространяются муравьями, которые заготавливают их как питание.

Водный настой всего растения в клинических условиях показал эффективность при лечении тиреотоксикоза. Были отмечены случаи уменьшения размеров щитовидной железы, что можно объяснить воздействием флавоноидов с Р-витаминной активностью.

В народной медицине отвар всего растения пьют при опущении матки. Порошком посыпают нарывы.

**Лапчатка кустарниковая** или курильский чай  
(*Pentaphylloides fruticosa* L.)  
Семейство Розоцветные (*Rosaceae*)

Курильский чай или пятилистник кустарниковый – прямостоячий, листопадный, иногда сильно простертый невысокий кустарник, достигающий 20-150 см в высоту. Голарктический вид, типичный мезофит, холодоустойчив.



Молодые ветки шелковисто-волосистые, более старые покрыты красновато-коричневой или буровато-серой отслаивающейся корой. Листья перисто-сложные. Цветки ярко-желтые, одиночные или в числе 2-7 на верхушках ветвей. Плоды – сборные семянки. На питомнике цветет с середины июня до начала октября, непрерывно, продолжительное время.

Водный экстракт курильского чая активирует и ингибирует (дозозависимо) митохондриальный АТФ-зависимый калиевый канал. Отвар и спиртовой экстракт ветвей курильского чая проявляет антибактериальную активность, особенно при дисбактериозе кишечника, водный экстракт надземной части проявляет антибактериальную и антифунгальную активность, тератогенную, полифенольный комплекс – противовирусную активность в отношении вируса Коксаки.

Кроме того, по данным современной медицины настой курильского чая кустарникового убивает ротавирус, холерный вибрион и некоторые другие виды вирусов.

**Лапчатка прямая (*Potentilla erecta* (L.) Raeusch)**  
Семейство Розоцветные (*Rosaceae*)

Многолетнее травянистое корневищное растение высотой до 35 см. Корневище почти горизонтальное, сильно и неравномерно утолщенное, деревянистое, красновато-бурое.



Стебли и розеточные листья развиваются из пазух кроющих чешуй. Стебли прямостоячие или приподнимающиеся, в верхней части ветвящиеся, коротковолосистые. Листья тройчатые, крупнозубчатые, прижатоволосистые, редко – голые, розеточные, сидят на длинных черешках, стеблевые – сидячие, с двумя крупными листообразными надрезанными прилистниками. Цветки одиночные, верхушечные или пазушные, на довольно длинных цветоножках. Плоды – многоорешки, распадающиеся на отдельные орешки. Размножается в основном семенами. Зацветает на 5-7 год жизни. Цветет с мая по сентябрь. Плоды созревают через три недели после цветения.

В медицине используют корневища лапчатки. Они содержат дубильные вещества (до 35%), гликозид торментиллин, эфир торменол, хинную и эллаговую кислоты, флобалены, воск, смолы, камедь, крахмал.

Применяется при поносе, стоматите, гингивите, ангине, а также для примочек при ожогах, мокнущих экземах. В народной медицине лапчатка прямая нашла применение как вяжущее, болеутоляющее и отхаркивающее средство.

**Ластовень лекарственный** (*Antitoxicum officinalis Pobed.*)  
Семейство Ластовневые (*Asclepiadaceae*)

Ластовень лекарственный – ядовитое многолетнее травянистое растение, высотой 40-120 см. Всё растение ядовито, но особенно ядовиты корневище и семена. Корневище ползучее, укороченное, с многочисленными придаточными корнями.

Стебель простой, полый, прямостоячий, покрытый пушистыми волосками. Листья супротивные, расположены на коротких черешках, яйцевидно-ланцетные, заостренные. Мелкие цветки собраны в ветвисто-зонтиковидные соцветия, со спайнолепестным венчиком, белые или желтовато-белые, реже зеленоватого цвета, имеют неприятный запах.

Цветоносы расположены в пазухах листьев.

Плоды – голые ланцетные листовки в виде стручков, вскрываются при созревании. Семена многочисленные, снабженные на одном конце пучком длинных волосков. Цветет с начала июля по август.



В официальной медицине ластовень лекарственный не применяется, так как растение ядовито и к лекарственным относится лишь условно. Однако, в народной медицине его широко используют. Особенно успешно при наружном применении ластовень излечивает гнойные нарывы, язвы и плохо заживающие раны.

В гомеопатии ластовень входит в состав комплексного средства «Энгистол», которое показано при вирусных заболеваниях, острых лихорадках, лимфадените, инфекционном мононуклеозе.

### **Левзея сафлоровидная**

*(Rhaponticum carthamoides Willd.=Leuzea carthamoides)*

Семейство Астровые (*Asteraceae*)

Крупный до 1,5 м и более (1,8 м) высоты многолетник с деревянистым, горизонтальным черным корневищем (10-30 мм толщины), с многочисленными тонкими упругими корнями длиной около 15 см и толщиной до 5 мм, имеет смолистый запах.



Стебель в числе нескольких, прямостоячий, неветвистый, мелкобороздчатый, паутинисто-опушенный, полый.

Листья темно-зеленые, очередные, неправильно перистые, зубчатые, глубоко перистораздельные в очертании эллиптические или продолговато-яйцевидные, заостренные. Цветки мелкие, фиолетово-лиловые или розовые, трубчатые, собраны в одиночные верхушечные, крупные, почти шаровидные соцветия – корзинки 3-8 см в диаметре. Обертка корзинки представлена черепитчато-сложенными вверху пленчатыми ланцетными листочками. Плод – четырехгранная семянка с хохолком из перистых щетинок. В Самарской области время цветения приходится на июнь – июль, плоды созревают в июле – августе.

Корневища и корни левзеи сафлоровидной содержат смолистые вещества, эфирное масло, дубильные вещества, алкалоиды, камеди, каротин, аскорбиновую кислоту.

Препараты левзеи сафлоровидной обладают тонизирующим, возбуждающим, общеукрепляющим, стимулирующим действиями в целом на организм человека.

**Лен посевной** или лен обыкновенный (*Linum usitatissimum L.*)  
Семейство Льновые (*Linaceae*)

Однолетнее травянистое растение, в зависимости от разновидности, достигающее высоты 30 см. Корневая система стержневая, более или менее ветвистая. Стебли тонкие, прямые, цилиндрические, с восковым налетом, ветвящиеся в верхней части (у долгунца) или от основания (у кудряша).



Листья длиной 2-4,5 см, многочисленные, линейные или линейно-ланцетовидные, слегка заостренные, сидячие, голые, цельнокрайние, с тремя жилками; первые 1-2 пары листьев супротивные, последующие – очередные. Цветки собраны на верхушках стеблей в рыхловатое дихазальное соцветие; прицветники ланцетовидные, цветоножки довольно длинные. Плод – шаровидная или яйцевидная к верхушке с остроконечием, слегка ребристая коробочка, длиной 6-11 мм, обычно с 10 семенами. Семена длиной 3,5-6,0 мм, сплюснуто-яйцевидные, неравнобокие, гладкие, блестящие, от темно-коричневых до светло-желтых. Оболочка семени в воде образует слизь. Масса 1000 семян 4-13 г цветет в июне – августе; семена созревают в июле – сентябре.

Семена льна – «льняное семя» – используют в медицине, в медицинской промышленности их используют для производства льняного масла, линолола и других препаратов. Водные экстракты из семян льна, приготовленные холодным способом или в виде отвара и принятые внутрь, оказывают защитное и успокаивающее действие при воспалении пищевода, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, энтеритах и колитах. Набухшие в воде семена, принятые внутрь, обладают, кроме обволакивающего, также и слабительным действием.

**Лен белый (*Linum alba*)**  
Семейство Льновые (*Linaceae*)

Ботаническое описание растения белого льна такое же, как и у обыкновенного льна. В семенах белого льна, по сравнению с коричневыми, повышено содержание фитогормонов лигнанов и антиоксидантов, что значительно повышает их пользу для женщин.



В медицине семена белого льна применяются при профилактике заболеваний сердечно-сосудистой системы, для укрепления иммунитета и нервной системы, для нормализации работы пищеварительной системы, для профилактики ряда онкологических заболеваний, для улучшения функции щитовидной железы, стабилизации гормонального фона.

**Липа сердцевидная** или обыкновенная (*Tilia cordata* Mill.)  
Семейство Липовые (*Tiliaceae*)

Крупное дерево со стройным стволом высотой до 25 м, с широкой ветвистой кроной и сердцевидными листьями с длинными черешками. Цветки желтовато-белые, ароматные, собраны по 3-15 в щитковидные соцветия, снабженные желтовато-зеленым ланцетовидным прицветным листом. В каждом цветке пять чашелистиков, пять лепестков, много тычинок, сросшихся в пять пучков, один пестик с верхней завязью. Плоды – шаровидные орешки. Цветет в конце июня – июля, плоды созревают в августе – сентябре.



В медицине применяют цветки вместе с прицветными листьями липы. Цветки (их называют «липовым цветом») употребляют как эффективное потогонное средство при простудных заболеваниях. Иногда их назначают при острых заболеваниях верхних дыхательных путей, острых бронхитах, заболеваниях почек, детских инфекциях. Цветы липы включают в состав сборов для полоскания горла. В виде припарок и примочек отвар применяют при ожогах, язвах, груднице, воспаленных геморроидальных шишках, ревматических и подагрических болях в суставах.

В народной медицине отвары и настои липы известны также как болеутоляющее и успокаивающее средство. Их употребляют при повышенной нервной возбудимости, судорогах, болях в груди, животе, а также при бессоннице. Советуют пить чай при заболеваниях почек, печени и гипертонической болезни.

**Лопух большой** или репейник (*Arctium lappa L.*)  
Семейство Астровые (*Asteraceae*)

Двулетнее или многолетнее монокарпическое растение высотой 60-150 см. Корень мясистый, толстый, веретеновидный, иногда ветвящийся, длиной до 60 см и более.



Стебель прямостоячий, мощный, продольно-бороздчатый, ветвистый. Ветви многочисленные, паутинно-опушённые. Листья черешчатые сердцевидно-яйцевидной формы. Прикорневые листья длиной до 50 см на гранистых выполненных черешках длиной до 30 см. Стеблевые листья в размерах уменьшаются по высоте стебля. На первом году вегетации растение образует розетку листьев, на втором – формирует цветоносный побег.

Семена длиной 6-6,5 мм, шириной до 2,5 мм, продольно ребристые, с тёмно-коричневым или чёрным рисунком. Масса 1000 семян 8-8,5 г. В лабораторных условиях семена быстрее прорастают на свету, чем в темноте. Нормальные всходы лопуха появляются с глубины до 3 см.

Лекарственным сырьём являются корни и листья для препарата «Лопуха сок», который рекомендован как профилактическое средство при острых и хронических воспалениях в суставах. Сок лопуха обладает ранозаживляющей, противовоспалительной и анальгетической активностью. Корень лопуха входит в сбор так называемых «кровоочистительных» средств. Он применяется в качестве мочегонного и потогонного средства при лечении болезней желудка и печени, при диабете, хронической пневмонии, атеросклерозе, хроническом панкреатите и гастрите.

### **Лофант анисовый** или многоколосник

*(Lophanthus anisatus Pursh.)*

Семейство Яснотковые (*Lamiaceae*)

Растения этого вида вырастают в высоту от 45 сантиметров до 1,5 метров. Корень стержневой, хорошо развитый, мочковатый. Прямостоящие стебли растения ребристые, ветвистые. На ветвях длинные (до 10 сантиметров) фиолетово-бурые, динночерешковые супротивные листья, сердцевидно-ланцетовидные с пильчатым краем и яркой подпалиной. Мелкие двугубые зигоморфные цветки на концах ветвей собраны в плотные колосовидные соцветия до 14 см в длину и до 3 сантиметров в диаметре. Плоды растения – бурые, продолговато-овальные гладкие орешки, полные мелких, темных семян. На территории питомника цветение наступает в июле, плоды созревают в августе – сентябре. Само по себе растение имеет ярко-выраженный запах.

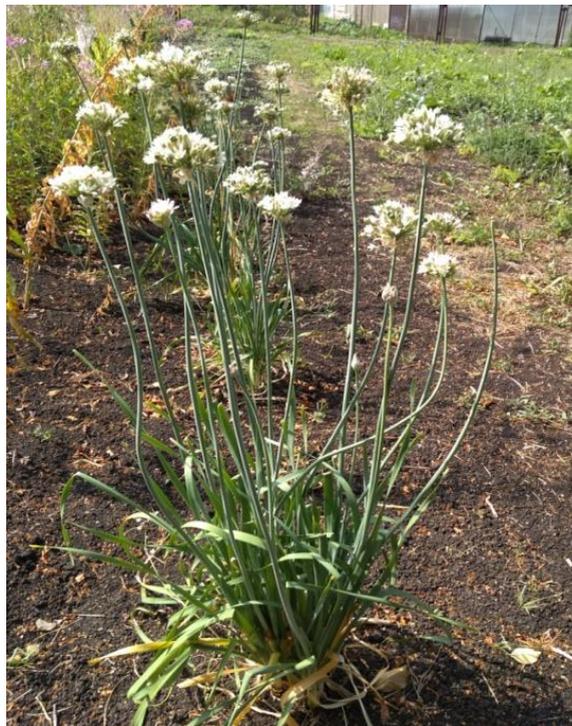


Полезные свойства лопанта анисового нашли широкое применение в народной медицине. Настойками, вытяжками и сборами с лопантом анисовым лечат заболевания дыхательных путей – бронхиты, кашель, туберкулез, воспаление легких. Также они эффективны при язвенной болезни, гастритах, других болезнях желудочно-кишечного тракта. Настойка лопанта анисового стимулирует пищеварение, улучшает работу поджелудочной железы и печени, ее применяют при стенокардии, атеросклерозе, вегетососудистой дистонии. Лопант способен снижать давление при гипертонии. Его считают эффективным средством от бессонницы. Применяют лопант и в лечении заболеваний мочеполовой системы.

**Лук победный** или черемша (*Allium victorialis* L.)  
Семейство Луковые (*Alliaceae*)

Многолетнее луковично-корневищное растение (высота 30-75 см), с резким чесночным запахом. Луковицы коническими цилиндрическими с серовато-бурыми, сетчато-волоконными оболочками, прикреплены группами к небольшому корневищу. Листья влагалищные в числе 2-3, крупные, широколанцетные, гладкие, ланцетные или эллиптические (10-20 см длины и 2-8 см ширины), постепенно сужаются в короткий черешок.

Цветки мелкие, беловато-зеленые. Околоцветник простой, венчиковидный, шестилепестный. Тычинок 6, пестик с верхней трех-гнездной завязью. Соцветие – шаровидный, многоцветковый зонтик, заключенный до цветения в чехол. Плод – коробочка. Семена мелкие, черные, шаровидные. В условиях питомника филиала зацветает в июле, созревают семена в августе – сентябре.



Лук победный обладает сильными фитонцидными свойствами, что обеспечивает антицинготное и противовирусное действие. Растение также понижает артериальное давление, усиливает перистальтику кишечника, способствует нормальному развитию кишечной флоры, увеличивает амплитуду и упорядочивает ритм сердечных сокращений. Лук победный обладает и другими полезными свойствами: противосклеротическим, бактерицидным, бактериостатическим, противогрибковым, противоглистным.

**Лук репчатый** (*Allium cepa* L.)  
Семейство Лилейные (*Liliaceae*)

Многолетнее травянистое растение с приплюснутыми шаровидными луковицами, диаметром до 15 см. Листья трубчатые, прикорневые. Мелкие беловатые цветки собраны в зонтики на концах полых цветоносных стрелок.



Плоды – коробочки, содержащие до шести чёрных трёхгранных семян. Все части растения имеют специфический острый вкус и запах. Цветет в июле – августе, плоды созревают в августе – сентябре. Луковицы имеют разнообразное пищевое и медицинское применение.

Свежий лук возбуждает аппетит, улучшает пищеварение и способствует лучшей усвояемости питательных веществ организмом. Лук является хорошим противоглистным, глистогонным средством. От кашля и для улучшения отхаркивания мокроты употребляют лук с медом, лук, жаренный на сливочном масле или отваренный в молоке.

При атеросклерозе используют свежий сок с медом (1:1), которую принимают по 1 ст. ложке 3-4 раза в день. При пониженной половой потенции тоже поможет лук.

Луковую кашицу применяют при высыпаниях на коже и для выведения угрей, веснушек, родимых пятен и бородавок. Кашицей лечат обморожения и свежие ожоги. Свежий сок употребляют при лечении язвочек на слизистой оболочке ротовой полости. В коллекционном питомнике Средне-Волжского филиала ВИЛАР также имеются разновидности лука – ветвистый лук и зимний лук.

**Любисток лекарственный** (*Levisticum officinale* W. D. J. Koch)  
Семейство Сельдерейные (*Aplacaeae*)

Многолетнее травянистое растение с толстым корневищем и крупными корнями. Стебель прямостоячий высотой до 2 м, бороздчатый, полый внутри. Листья очередные, дважды-трижды перисторассеченные; нижние очень крупные длинночерешковые; средние – более мелкие, короткочерешковые; верхние – с расширенным влагалищем, сидячие.



Цветки мелкие, беловато-желтоватые, собраны в сложные зонтики. Плоды – эллиптические желтовато-коричневые двусемянки длиной 5-7 мм. Цветет в июне – июле, плоды созревают в август – сентябре. Используются корни любистока. Настои и отвары корней возбуждают аппетит, снимают кишечные колики, оказывают ветрогонное действие. Благодаря мочегонному действию их применяют при отёках сердечного и почечного происхождения. Назначают настой и как средство, ускоряющее приход менструации при их задержке и уменьшающее их болезненность. Настой или отвар корней любистока применяют при лечении гнойничковых заболеваний кожи, незаживающих язв и ран. Одновременно принимают настой или отвар в качестве «кровоочистительного» средства.

**Маклея мелкоплодная** (*Bocconia microcarpa*)  
Семейство Маковые (*Papaveraceae*)

Маклея – многолетнее растение, характерное для тропических районов. Оно имеет крупные лопастные листья серо-зеленого цвета. Нижняя часть листа слегка опушенная.



Стебли зеленого окраса с плотным сизым налетом, прямые, мощные, высотой достигают двух метров. Большое количество мелких цветов белой или розовой окраски объединено в соцветия метелок. Плод самого растения по форме похож на коробочку.

Маклея мелкоплодная – основной составляющий компонент медицинского средства сангвиритрин. Лекарство наделено противогрибковыми свойствами. Данный эффект применяется в лечении слизистых оболочек, кожных покровов, стоматита, пародонтоза, нейродермита, экземы, ожога, язвы, дерматита, воспаления среднего уха. Растение имеет антихолестеразное действие, уменьшает активность холинэстеразы и тонизирует мускулатуру кишечника.

**Маклея сердцевидная (*Macleya cordata* (Willd.))**  
Семейство Маковые (*Papaveraceae*)

Маклея сердцевидная – многолетнее травянистое растение. Стебель мощный, неветвящийся, прямостоячий, цилиндрический, полый внутри, высотой 1,5-3,0 м.



Зеленые части растения покрыты сизым налетом. Листья сердцевидной формы, черешковые, 5-7-лопастные, очередные; нижние – крупные (до 25 см длины), верхние – значительно мельче. Соцветия – прямостоячие ажурные мелкие длиной до 40 см, расположенные на верхушках побегов. Бутоны и цветки мелкие, длиной

0,6-0,7 см. Окраска бутонов – желтовато-коричневая, цветков – серовато-желтая с кремовым или оранжевым оттенками. Цветки обоеполые, имеют 2 белых чашелистика, которые рано опадают, венчик отсутствует. Плод – плоская обратнояйцевидная коробочка длиной до 8 мм и шириной до 4 мм, с короткой плодоножкой, двухстворчатая, растрескивающаяся до основания. Семена яйцевидные, расположенные по обе стороны внутреннего шва коробочки, длиной около 1,7 мм, шириной около 0,8 мм.

Цветет в августе, плоды созревают в сентябре. Все органы маклеи содержат оранжево-желтый млечный сок.

Субстанция препарата сангвиритрин состоит из бисульфатов четвертичных бензо фенантридиновых алкалоидов, которые выделяют из травы маклеи. Этот природный комплекс алкалоидов является холинэстеразным препаратом, а также одним из эффектив-

ных антимикробных средств местного и общерезорбтивного действия для лечения инфекционных заболеваний.

Противопоказано наружное применение препарата при грибковых поражениях с явлениями экзематизации.

**Мать-и-мачеха обыкновенная** или камчужная трава

(*Tussilago farfara* L.)

Семейство Астровые (*Asteraceae*)

Многолетнее травянистое растение с длинным разветвленным ползучим корневищем. Цветоносные побеги высотой 10-25 см, опушенные, неветвистые, покрытые чешуевидными, прижатыми к стеблю, яйцевидно-ланцетовидными, острыми, обычно пурпурно-фиолетовыми листьями. Листья укороченных вегетативных побегов появляются только после цветения; они длинночерешковые, округлосердцевидные, 10-25 см в диаметре, угловатые, неравнозубчатые, кожистые, вначале с обеих сторон опушенные, позже сверху голые, а снизу мягкобеловойлочные.



Корзинки 2-2,5 см в поперечнике, одиночные, цилиндрические, до и после цветения проникающие; листочки обертки однорядные, ланцетные, заостренные; цветоложе голое, плоское. Цвет-

ки желтые; срединные – бесплодные, обоеполые. Семянки продолговатые, длиной 3,5-4 мм. Размножается семенами и вегетативно. Цветет в апреле – мае, плоды созревают в мае – июне.

Листья мать-и-мачехи содержат гликозид туссилягин, инулин, эфирное масло, дубильные, слизистые и другие вещества, а также ситостерин, галловую, яблочную, винную и аскорбиновую кислоты, сапонины. Применяют их как отхаркивающее и смягчительное средство при бронхитах и ларингитах, абсцессе легких в виде настоя (5,0-10,0 :200,0). Листья входят в состав грудных сборов. Широко применяется в народной медицине.

**Мачек желтый** (*Glaucium flavum Crantz.*)  
Семейство Маковые (*Papaveraceae Juss*)

Глауциум желтый является травянистым растением, достигающим высоты от 20 до 50 сантиметров. Он бывает как однолетним, так и двухлетним, и многолетним. Стебли растения прямые, округлые, разветвленные. Корень – стержневой. Прикорневые листья лировидно-перисторассеченные, собраны в розетку, стеблеобъемлющие – перистолопастные.



Цветки у этого вида глауциумов одиночные, 2-5 сантиметров в диаметре, верхушечные. Плоды мачка желтого от 15 до 25 сантиметров в длину. Это стручковидные линейные коробочки, семена мелкие и черные, многочисленны. Все части растения выделяют желтый млечный сок. Цветет глауциум долго – с мая по август, семена его вызревают с июня по сентябрь.

У препаратов мачка желтого лечебное действие, в первую очередь, связано с содержащимся в растении алкалоидом глауцином, характеризующимся выраженной противокашлевой активностью. Глауцин часто сравнивают с другим алкалоидом, получаемым тоже из представителя семейства маковых – мака снотворного, кодеином, который также имеет способность угнетать кашлевой рефлекс. Однако глауцин не имеет тенденции вызывать привыкание, он не угнетает дыхание и не оказывает тормозящего действия на моторику кишечника.

## **Мелисса лекарственная (*Melissa officinalis* L.)**

Семейство Яснотковые (*Lamiaceae*)

Многолетнее травянистое растение высотой до 120 см, развивает сильноветвистое корневище и прямой, разветвленный, четырехгранный стебель. Листья супротивные, округлые, яйцевидные, городчато-пильчатые по краям. Листовые пластинки длиной 6 см, шириной 3 см. С верхней стороны листья темно-зеленые, снизу – более светлые, по краям покрыты типичным для яснотковых эфирномасличными железками и мелкими волосками с одноклеточной головкой на одноклеточной ножке.



Цветки небольшие, сидячие, обоеполые, белые или розовые, собраны в ложные мутовки, расположенные в пазухах верхних листьев. Чашечка зеленая, колокольчатая, венчик двугубый. На внутренней стороне венчика имеются волоски с бородавчатой кутикулой и тупым концом. Семена яйцевидные, бурые, длиной 2 мм и диаметром 1 мм. Масса 1000 семян 0,6 г.

Цветет с июня по август; плоды созревают в сентябре. Галеновые препараты мелиссы успокаивают нервную систему, стимулируют пищеварение, возбуждают аппетит, устраняют колики, рвоту и кожные сыпи. Назначаются при мигрени, бессоннице, повышенной половой возбудимости. При задержке менструации де-

лают ножные ванны из мяты и одновременно применяют внутрь настой травы мяты по 3-4 стакана в день. Мята снижает содержание сахара в крови и поэтому полезна больным диабетом. Ванны и компрессы с мятой помогают при ревматизме, ушибах, ожогах, фурункулезе. Ментол и его эфирное масло используют в пищевой промышленности.

**Мордовник шароголовый** (*Echinops sphaerocephalus* L.)  
Семейство Астровые (*Asteraceae*)

Мордовник шароголовый – многолетнее травянистое растение, достигающее в высоту 80-100 см. Имеет толстый маловетвистый стержневой корень и беловолючный, слегка ветвящийся в верхней части, стебель. Листья мордовника очередные, длиной до 20 см, темно-зеленые, сверху паутинистые или голые, снизу продолговатые, перисто-раздельные, покрыты войлочным опушением.



Голубые или синие цветки мордовника трубчатые, достигают длины 2 см. Они объединены в соцветия-шары диаметром 3-5 см (более чем по 200 цветков в каждом), располагающиеся на концах отростков. Цветет мордовник в августе. Плоды представляют собой суженные книзу цилиндрические семянки длиной около 8 мм, имеющие хохолок из щетинок. Созревание плодов приходится на сентябрь.

Благодаря высокому содержанию эхинопсина в своем составе, мордовник оказывает тонизирующее и общеукрепляющее действие. Он возбуждает центральную нервную систему, тем самым способствуя повышению работоспособности и улучшению общего самочувствия. Кроме того, мордовник обладает противовоспалительными и кровоостанавливающими свойствами. Оказывает кардиотоническое действие. Одним из тяжелых аутоиммунных заболеваний, которое можно лечить мордовником, является рассеянный склероз. Растение нормализует мышечный тонус, частично восстанавливает утраченные двигательные функции и улучшает общее самочувствие больных рассеянным склерозом.

**Морковь дикая** (*Daucus carota L. S. Str.*)  
Семейство Сельдерейные (*Aplacaeae*)

Двулетнее, реже однолетнее растение. Корень тонкий, белый, веретеновидный, длинный. Стебель развивается на второй год жизни, высотой до 100 см, простой или в верхней части ветвистый, продольно-бороздчатый, волосистый.



Листья – треугольные, трижды перистые. Цветки белые и желтоватые. Соцветия – сложные зонтики. Плоды эллиптические, состоят из двух полуплодиков с 4 ребрышками.

Цветет в июле, плоды созревают в начале сентября.

В медицине используют зрелые плоды моркови дикой для получения препарата уролесан. Уролесан применяют при мочекаменной и желчнокаменной болезни, острых пиелонефритах и холециститах, дискинезии желчных путей.

### **Мыльнянка лекарственная (*Saponaria officinalis* L.)**

Семейство Гвоздичные (*Caryophyllaceae*)

Многолетнее травянистое растение высотой до 90 см, с горизонтальным ветвистым корневищем и многочисленными отходящими от них корнями. Стебли прямые, ветвистые лишь в верхней части.



Листья супротивные, продолговато-ланцетные или эллиптические, длиной 5-12 см и шириной 1-4 см, по краям шероховатые, с короткими черешками (верхние листья сидячие). Цветки розовые или белые, довольно крупные, приятно пахнущие, в щитковидно-метельчатом соцветии. Чашечка цилиндрическая, спайнолистная, пятичленная, длиной 1,5-2,0 см; венчик из пяти лепестков, длиной 3,5-4,0 см; тычинок десять; пестик с верхней завязью и двумя столбиками.

Плод – коробочки с многочисленными мелкими почковидными семенами. Цветет в июне – августе, плоды созревают в августе – сентябре. Лекарственное значение имеют корневища с корнями мыльнянки, имеющие товарное название «Красный мыльный корень».

Корневища и корни мыльнянки давно зарекомендовали себя как отхаркивающее средство при лечении бронхитов и других заболеваний дыхательных путей. Для разжижения и облегчения отхаркивания мокроты обычно пользуются холодным настоем или отваром из корней мыльнянки.

Настой готовят из расчета 1 чайная ложка сырья на 1 стакан холодной кипяченой воды.

Препараты из корневищ и корней (иногда из листьев) применяют как желчегонное средство, при обильном скоплении газов в желудочно-кишечном тракте, ревматизме и подагре.

### **Мята перечная** или английская, холодная

(*Mentha piperita* L.)

Семейство Яснотковые (*Lamiaceae*)

Многолетнее корневищное растение высотой 30-100 см с характерным запахом и охлаждающим ощущением при надкусывании. Корневище горизонтальное с многочисленными, расположенными близко к поверхности почвы тонкими мочковатыми корнями, отходящими от узлов. Листья супротивные, на черешках длиной 6-8 мм, удлинено-яйцевидные, заостренные, по краю остропильчатые. Цветки собраны в колосовидные соцветия. Цветки мелкие, обоеполые или только пестичные, с щитковидными реснитчатыми прицветниками. Плод – орешки темно-бурые, длиной 0,75 мм и шириной 0,5 мм, на верхушке железистые. Размножается вегетативно отрезками корневищ и молодыми побегами от перезимовавших

в почве корневищ. Семена образуются редко; всхожесть семян 10-25%; семенное потомство не воспроизводит многих признаков материнского растения.

Препараты из мяты оказывают успокаивающее, болеутоляющее, желчегонное и антисептическое действие. Они расслабляют

гладкую мускулатуру внутренних органов и усиливают секрецию пищеварительных желез.



Для приготовления отвара мяты перечной 2 столовые ложки измельченной травы заливают 1 стаканом горячей воды, кипятят на медленном огне 15 мин, охлаждают при комнатной температуре 45 мин и процеживают. Применяют по 1/3-1/2 стакана 2-3 раза в день за 15 мин до еды в теплом виде.

### **Наперстянка шерстистая (*Digitalis lanata* Ehrh.)**

Семейство Норичниковые (*Scrophulariaceae*)

Многолетнее или двулетнее травянистое растение с горизонтальным и древеснеющим корневищем (в культуре коротким) и многочисленными придаточными корнями. Стебли одиночные, прямостоячие, при основании слегка приподнимающиеся, высотой 30-80 см. Соцветие – длинная густая многосторонняя кисть. Плод – конусовидная, тупая, железисто-опушенная коробочка длиной 8-12 мм. Семена четырехграннопризматические, желтые или ко-

ричеватые, мелкие. Размножается семенами. Цветет в июне – августе, плодоносит в июле – сентябре.



Препараты наперстянки применяют при всех степенях хронической сердечной недостаточности различного происхождения: при нарушении кровообращения I и II степени, при клапанных пороках сердца, мерцательной аритмии и гипертонической болезни.

Водный настой готовят из расчета 0,5-1 г высушенных листьев наперстянки на 180 мл воды. Назначают взрослым обычно по 1 столовой ложке 3-4 раза в день. Для детей готовят настой из 0,1-0,4 г на 100 мл; дают по 1 чайной – 1 десертной ложке 3-4 раза в день.

**Овсяный корень** или козлородник (*Tragopogon porrifolius*)  
Семейство Астровые (*Asteraceae*)

Овсяный корень – это двухлетнее растение семейства Астровых. В естественной среде растет в Сибири, в Северной Африке и средиземноморских европейских странах. Листья сидячие и линейно-ланцетные.

Растение имеет светло-желтые цветки, образующие крупные корзинки, и располагающиеся на кончике стебля. Семянки имеют форму цилиндра. Период цветения – начало июня.



Это растение с мясистым длинным корневищем. Его издавна использовали в лечебных целях, а после начали выращивать в качестве овощной культуры. Корнеплоды достигают в размерах до полуметра, а по вкусу похожи на устрицы или рыбу, потому растение не редко называют «овощной устрицей».

В целебных целях используют корни, листья, стебли. Урожай собирается с октября. Корни заготавливают только из растений-однолеток. Для чего их откапывают, чистят от земли, просушивают. Для избавления от горечи корневища проваривают в соленой воде.

**Ослинник двулетний** (*Oenothera biennis* L.)  
Семейство Кипрейные (*Onagraceae*)

Ослинник двулетний – двулетнее травянистое растение, которое иногда достигает одного метра в высоту. Корень у него сочный и мясистый, до пятнадцати сантиметров в длину. Стебель растения – прямостоячий, покрытый короткими волосками, обильно усыпан листьями, он вырастает только на втором году жизни.



В первый год вырастает густая розетка прикорневых черешковых листьев, цельных, удлинненно-ланцетной формы, напомина-

ющих ослиные уши, что и послужило причиной для его названия. Стеблевые листья – мелкие, очередные, сидячие, редкозубчатые. Цветки растения собраны в кистевидные соцветия, крупные, правильной формы, четырехлепестковые, ярко-желтого цвета. Они обладают сильным душистым ароматом, открываются, как правило, вечером и цветут только одну ночь. Плоды растения – удлиненные коробочки четырехгранной формы с множеством семян. Цветет растение все лето и в первый месяц осени, плоды появляются с июля.

Растение не входит в Государственную Фармакопею РФ, официальной медициной не используется, но находит применение в гомеопатии и народной медицине.

Настои из ослинника принимают внутрь в качестве вяжущего средства при поносах. Также их принимают при кашле, коклюше, спастической астме.

**Пастернак посевной** (*Pastinaca sativa L.*)  
Семейство Сельдерейные (*Aplacaeae*)

Двухлетнее травянистое растение с мясистым, сочным корнем. Стебель прямостоячий, угловато-бороздчатый, опушенный, от 30 см до 3 м в высоту.



Листья пастернака – перисторассеченные, длинночерешковые, блестящие сверху, снизу же покрыты мягкими, густыми волосками, доли листовой пластинки имеют острые зубцы и глубокие надрезы.

Цветки обоеполые, правильные, мелкие, желтого окраса, собраны в сложные зонтики, которые имеют 8-12 лучей.

Плод пастернака – овальный двусемянный вислоплодник, который при созревании распадается на две небольшие части.

Цветение происходит на второй год в июле – августе.

Созревают плоды пастернака в начале осени. Семена пастернака плоскосжатые, округло-эллиптической формы, желто-бурого оттенка.

Лабораторные исследования овоща показали способность растения улучшать пищеварительный процесс, укреплять стенки капилляров, оказывать отхаркивающее и спазмолитическое действие. Европейскими учеными отмечены и диетические свойства растения.

Корнеплод обладает мочегонными свойствами, богат калием, что помогает выводить из организма лишнюю жидкость, избавляя от отеков.

**Пижма обыкновенная** или дикая рябинка (*Tanacetum vulgare L.*)  
Семейство Астровые (*Asteraceae*)

Многолетнее травянистое растение с горизонтальным ползучим деревянистым корневищем и тонкими мочковидными корнями. Стебли многочисленные, высотой 30-150 см, прямые, в верхней части ветвистые, бороздчатые, слегка опушенные или голые.

Листья очередные, в очертании продолговато-яйцевидные, дважды перисторассеченные.

Цветки в многочисленных полушаровидных, сверху плоских корзинках, 5-8 мм в диаметре, образующих плоское щитковидное сложное соцветие

Плоды – конусовидно суженные продолговатые семянки длиной 1,2-1,8 мм, с резко выступающими ребрышками, а наверху с короткой зубчатой коронкой. Размножается вегетативно и семенами. Цветет с июля по октябрь, семена созревают в августе – октябре.



В народной медицине пижму издавна использовали при лихорадках, как противоглистное средство, при интоксикации, вызванной туберкулезом легких, желудочно-кишечных заболеваниях, желтухе и при пониженной кислотности.

**Подорожник большой (*Plantago major* L.)**  
Семейство Подорожниковые (*Plantaginaceae*)

Многолетнее травянистое растение с вертикальным корневищем и мочковатой корневой системой.

Листья черешковые, яйцевидные или эллиптические, цельнокрайние или у основания слегка зубчатые, голые или с редкими волосками, с 3-9 продольными жилками. Плоды – яйцевидно-конические многосемянные коробочки, в 2 раза и более превышающие чашечку. Семена овальной, уплощенной или угловатой формы, бурые, длиной 1 мм. Размножается семенами. Цветет с мая – июня до осени, плоды созревают с июня. В природных местобитаниях зацветает обычно не ранее чем на 4-й год жизни; после нескольких плодоношений полностью отмирает.

Листья входят в состав сборов от кашля. Смесь сока из свежих листьев подорожника большого и сока из надземных частей подорожника блошного, консервированного спиртом и метабисульфитом натрия (0,15%), применяют главным образом в качестве горечи при гастритах и колитах. Из водного экстракта листьев получают препарат плантаглоцид в виде гранулированного порошка.



Свежие листья используют для лечения ожогов, гнойных ран и фурункулов. Их хорошо промывают, надрезают бритвой или ножом, укладывают несколькими слоями на пораженную кожу и фиксируют бинтом. Повязку меняют 3-4 раза в день, при ожогах – через 1-1,5 ч. Сухие листья предварительно распаривают в горячей воде.

### **Полынь горькая (*Artemisia absinthium L.*)** Семейство Астровые (*Asteraceae*)

Многолетнее травянистое растение со стержневым ветвистым корнем и вертикальным корневищем, серовато-серебристое от густого опушения; обладает сильным специфическим запахом. Стебли прямостоячие, маловетвистые. Листья побегов на длинных черешках с дважды или трижды перисторассеченной пластинкой

длиной 6-9 и шириной 3-7 см, короткими заостренными широко-  
йцевидными конечными дольками.

Цветки в шаровидных поникающих корзинках диаметром 2,5-3,5 мм, собранных на веточках в однобокие кисти и в свою очередь образующие неширокое метельчатое сложное соцветие. Листочки обертки черепитчатые, продолговато-овальные, снаружи волосистые, по краю широкопленчатые. Цветки многочислен-  
ные, трубчатые, желтые; краевые пестичные, с нитевидно-  
трубчатым венчиком. Плоды – продолговато-клиновидные тонко-  
бороздчатые семянки длиной около 1 мм. Размножается семенами  
и вегетативно. Цветет в июне – августе; семена созревают в авгу-  
сте – сентябре.

Трава полыни входит в состав аппетитного сбора и использу-  
ется также в ликеро-водочном производстве.



В народной медицине отвар полыни горькой употребляют при  
перемежающейся лихорадке, при скоплении газов в кишечнике.

Применяют полынь и как глистогонное средство в виде чая.

Полынь считается лучшим ранозаживляющим средством. Свежий сок ее быстро останавливает кровотечение.

**Полынь эстрагонная** (*Artemisia dracunculus L.*)

Семейство Астровые (*Asteraceae*)

Эстрагон – многолетняя трава до 1 м высоты, внешне напоминает полынь. Листья без прилистников, очередные, цельные, продолговато- или линейно-ланцетные, верхняя часть нижних иногда 2-3-надрезная, темно-зеленого цвета, обладают сильным, но приятным ароматом. Корневище деревянистое. Стебли прямостоячие, голые, желтовато-бурые. Цветки мелкие бледно-желтоватые, собраны в кистевидные соцветия. Срединные цветки – трубчатые, краевые – ложно-язычковые. Плод – продолговатая семянка, без хохолка. Цветет в августе – сентябре. Плоды созревают в сентябре.



Эстрагон обладает противовоспалительным, ранозаживляющим, мочегонным, антиспазматическим, тонизирующим, общеукрепляющим, заживляющим, ветрогонным, успокаивающим и противоглистным действиями. Он уменьшает спазмы и нормализует работу желудка, усиливает образование желудочного сока, способствует улучшению аппетита и пищеварения, способствует успешному лечению заболеваний органов дыхания (бронхит, туберкулез, пневмония), укрепляет стенки сосудов и способствует очищению крови и насыщению ее питательными веществами, полезен при нервных срывах и депрессиях, укрепляет иммунитет, положительно влияет на мужское здоровье и функции желёз внутренней секреции, в частности половых, способен придавать бодрость.

**Пустырник сердечный** (*Leonurus cardiaca* L.)  
Семейство Яснотковые (*Lamiaceae*)

Многолетнее травянистое растение с деревянистым коротким корневищем. Стебли прямостоячие, высотой 50-200 см, ветвящиеся, четырехгранные. Листья супротивные, голые, с тонкими прижатыми волосками (по жилкам с оттопыренными), крупногородчато-пильчатые по краю.



Цветки сидят в расставленных мутовках, образующих длинные колосовидные верхушечные соцветия. Плод состоит из четырех остротрехгранных, усеченных орешков. Размножается преимущественно семенами. Цветет в июне – июле, плоды созревают в июле – августе.

В русской народной медицине пустырник издавна применяли как средство против «биения сердца», «тяжести желудка» и катара легких. Пустырник широко применяется во многих странах. Так, румынские медики используют его не только как сердечное средство, но и при базедовой болезни и эпилепсии. В Англии пустырник рекомендуется при истерии, невралгии, сердечной слабости и одышке.

В народе считается, что свежее растение действует лучше, чем высушенное, и предпочитают пользоваться выжатым из пустырника соком.

**Расторопша пятнистая** (*Silybum marianum* (L.) Gaertn)

## Семейство Астровые (*Asteraceae*)

Двулетнее или однолетнее травянистое растение с мощно развитой надземной массой и стержневой корневой системой. Стебель прямой или ветвистый, высотой обычно до 1,5 м (от 0,3 до 2,7 м), цилиндрический, голый или слабопаутиноисто-опушенный, бороздчатый, покрытый мучнистым налетом.



Листья перистолопастные или перисторассеченные, кожистые, блестящие, темно-зеленые, с многочисленными крупными белыми пятнами или поперечными полосками по краю пластинки.

Корзинки верхушечные или шаровидные, диаметром от 3 до 6 см, на тонких цветоносах. Цветки многочисленные, трубчатые, обоеполые, пурпурные, розовые, фиолетовые или белые. Тычинок 5. Цветение растянутое, начинается в июле; плодоносит в августе – сентябре. Плоды – «семянки», обратнойцевидные или эллиптические, слегка сдавленные с боков, голые.

Препараты на основе флаволигнанов из плодов расторопши (силитар, силимарин, силибор, легалон, карсил и др.) применяют как гепатозащитное средство при лечении острых и хронических гепатитов, цирроза и токсико-метаболических поражениях печени у взрослых и детей. Натурсил (жирное масло плодов расторопши) используется в качестве ранозаживляющего средства.

## Резеда желтая (*Reseda lutea*)

## Семейство Резедовые (*Resedaceae*)

Листья очередные, могут быть как перисторассечёнными, так и цельными. Цветки мелкие, звёздчатые, собраны в плотные верхушечные кисти. Окраска лепестков – жёлтая, зеленоватая. Плод – коробочка. Семена мелкие, многочисленные.



Резеду культивируют для получения эфирных масел, используемых в парфюмерии. Ранее, ещё в Древнем Риме, это растение применялось как лекарственное. В наше время резеда душистая и резеда жёлтая используются в народной медицине в качестве потогонного и мочегонного средства.

## **Репешок обыкновенный** (*Agrimonia eupatoria* L.)

Семейство Розоцветные (*Rosaceae*)

Многолетнее травянистое ароматическое растение, заметно опушенное. Стебель прямостоячий, до 90 см высотой, шершавоволосистый. Цветки мелкие, золотисто-желтые, правильные, пятичленные. Соцветие длинное, верхушечное, простой колос. Плоды – мелкие, цепкие семянки. В Самарской области цветение приходится на июль, созревание плодов на август – сентябрь.



Цветки, листья и стебли репешка богаты дубильными веществами, содержат душистое эфирное масло, следы витамина К.

В научной медицине имеются указания на то, что препараты репешка способны регулировать функцию печени и обладают противовоспалительным действием.

В народной медицине многих стран репешок рекомендуется при лечении хронических заболеваний печени (камни, гепатиты, циррозы). Кроме того, он применяется при лечении подагры, ревматизма, люмбаго (прострел), при заболевании желудка, вялости кишечника, и геморрое. Употребляют внутрь водный настой травы репешка или порошок из травы репешка. Наружно употребляют водный настой репешка (20-30 г травы заливают 3 стаканами кипятка, настаивают) для полосканий при воспалительных процессах в полости рта и глотки, для орошений полости носа при насморке.

При ссадинах, ушибах, язвах и других болезнях кожи настоем репешка применяют в виде компрессов.

### **Родиола Кириллова** (*Rhodiola kirilowii* (Regel) Maxim.)

Семейство Толстянковые (*Crassulaceae*)

Корневища толстые, прямые. Каудексы диаметром 1,5-2,5 см. Листья на каудексах чешуевидные, яйцевидные, ланцетные или треугольные. Цветоносные стебли малочисленные, высотой 10-90 см, диаметром 4-6 мм, густооблиственные. Стеблевые листья оче-

редные или почти мутовчатые, сидячие, линейные или линейно-ланцетные. Цветки однополые, иногда двуполые. Цветет с весны до начала осени (апрель – сентябрь).



Нормализует деятельность центральной нервной системы при вегетососудистой дистонии, шизофрении, неврозах, неврастении, гипотонии, переутомлении. При передозировке наблюдается обратный эффект – снижение работоспособности, сонливость. Родиола обладает противотуберкулезной и противоопухолевой активностью, повышает содержание кислорода в клетках всех органов и тканей, что в целом обуславливает ее высокий лечебный эффект.

**Ромашка аптечная** или ободранная  
(*Matricaria chamomilla* var. *recutita*.)  
Семейство Астровые (*Asteraceae*)

Однолетнее травянистое голое растение с малоразветвленным стержневым корнем и сильным ароматическим запахом. Стебли высотой 10-60 см, ветвистые от основания и в соцветии, бороздчатые, полые.



Листья очередные, в очертании продолговатые, длиной 2-5 см и шириной 0,5-1,8 см, сидячие, при основании несколько расширенные, дважды перисторассеченные на узкие линейные или нитевидные доли с коротким острием на верхушке. Цветки сидят в корзинках, собранных в рыхлое щитковидно-метельчатое сложное соцветие, длина осей которого колеблется от 1,2 до 6,5 см.

Корзинки до 1,5 см в диаметре. Семянки длиной 1-2 мм и шириной 0,2-0,3 мм, с боков сжатые, без хохолка или с едва заметной зубчатой коронкой вместо него. Размножается семенами. Цветет с мая до сентября; созревание плодов начинается в июле. Применяют цветки ромашки при спазмах кишечника, в качестве потогонного средства в виде настоя. Из отвара цветков ромашки делают ванны при подагрических и ревматических болях. В быту отваром ромашки моют лицо, считая, что это придает коже мягкость и красивую матовость. Блондинки моют ромашкой волосы, чтобы придать им золотистый оттенок.

В русской народной медицине настои цветочных корзинок ромашки использовали при гастрите, колите, заболеваниях печени, почек, мочевого пузыря, при малярии, простуде, заболеваниях, сопровождающихся повышением температуры, золотухе, при заболеваниях нервной системы, бессоннице и других заболеваниях.

**Рудбекия волосистая** (*Rudbeckia hirta*)  
Семейство Астровые (*Asteraceae*)

Листья имеют овальную или яйцевидную форму, в длину они обычно достигают до 20 см. Соцветие состоит как бы из двух частей, желтых длинных лепестков и очень темной сердцевинки.



Стебель у рудбекии волосистый прямой. Плод представляет собой семянку продолговатой формы, имеющую небольшую корону.

Рудбекия эффективна как противомикробное, противогрибковое, противовирусное, антибактериальное и спазмолитическое средство.

Показаниями к лечению настоями и мазями, приготовленными на основе рудбекии, является: воспаление дыхательных путей, заболевание мочевыводящих путей, простатит, заболевания и повреждения кожи.

**Рута пахучая** (*Ruta graveolens L.*)  
Семейство Рутовые (*Rutaceae*)

Многолетнее травянистое растение или сизовато-зеленый полукустарник с сильным, своеобразным ароматным запахом. Стеб-

ли у основания слегка древеснеющие, прямостоячие, почти от основания ветвистые, голые, высотой 20-50 см. Листья очередные, без прилистников.



Цветки с линейными прицветниками, правильные, обоеполые, обычно четырехмерные (только первые, центральные цветки могут быть пятимерными), сидят в рыхлых немногочетковых щитковидных метелках. Семена имеют боковой зародыш и мясистый эндосперм. Размножается семенами. Цветет в июне – июле, плодоносит в августе – сентябре.

Из рутин с добавлением аскорбиновой кислоты изготавливают препарат аскорутин, который применяется для профилактики и лечения авитаминоза и при заболеваниях, сопровождающихся нарушением проницаемости сосудов. В гомеопатии трава руты применяется при суставном ревматизме, подагре, а также при радикулите и других невралгиях.

В народной медицине применяется широко при многих заболеваниях. Листья, собранные в период цветения, в виде настоя употребляют при спазмах желудка, при некоторых нервных забо-

леваниях, при камнях в почках, при женских болезнях и как возбуждающее аппетит. Наружно применяют при кожных болезнях, чесотке, ушибах и ранах, при гнойном воспалении глаз.

**Сафлор оранжевый** (*Carthamus tinctorius*)  
Семейство Астровые (*Asteraceae*)

Колючее однолетнее растение, похожее на более знакомый нам чертополох. Высота кустарника достигает до 1,30 метра, с толстыми стеблями и цветками желтого и оранжевого цвета. Листья сафлора по периметру усеяны колючками, надежно защищая растение от посягательств. Вверху – цветок со множеством мелких лепестков, как у астры. Эти лепестки сначала желтые, потом становятся оранжевыми, и краснеют при созревании. После их вызревания на месте цветка образуется яйцеобразная коробочка с семенами. И семена, и цветки сафлора имеют лечебные свойства.

Сафлоровое масло – один из популярных компонентов пищевой и косметической промышленности. Пищевики добавляют его в маргарин, используют в качестве пищевого красителя. Применение масла сафлора в косметологии обусловлено тем, что оно имеет высокое содержание линолевой кислоты, которая не продуцируется организмом самостоятельно. Лепестки сафлора добавляют в чай в качестве дополнительного компонента.



Сафлоровое масло обладает высокими термостойкими свойствами, поэтому его можно использовать для жарки на сковороде. Масло сафлора получают как из семян, так и из цветков. Цветочное масло сафлора, которое добывается без нагрева, особенно подходит для приготовления пищи.

**Секуринага полукустарниковая (*Securinega suffruticosa L.*)**

Семейство Молочайные (*Euphorbiaceae*)

Раскидистый, сильно ветвистый, преимущественно двудомный кустарник высотой 1,5-2 м с тонкими, прямыми, светло-желтыми или коричневато-бурыми побегами и серой корой на старых ветвях. Листья очередные, голые, слегка кожистые, эллиптические, с закругленной или заостренной верхушкой и клиновидным основанием. Цветки однополые, преимущественно пазушные, зеленовато-желтые или зеленые с пятичленным чашечковидным околоцветником. Плод – округлая трехгнездная коробочка с двумя тупотрехгранными семенами в каждом гнезде. Размножается семенами. Цветет в июне – июле, плоды созревают в сентябре.



Препарат секурина нитрат по характеру действия близок к стрихнину, но менее токсичен (в 8-10 раз). Применяют его при астенических состояниях, парезах и параличах, возникших после перенесенных инфекционных и др. заболеваний, при гипо- и астенической форме неврастении, при половом бессилии на почве функциональных нервных расстройств и др.

В народной медицине применяют настой секуригеи.

Использовать растение следует с осторожностью под наблюдением врача, так как при приеме больших доз настоя может наступить тяжелое отравление.

### **Серпуха венценосная (*Serratula coronata* L.)**

Семейство Капустные (*Brassicaceae*)

Многолетник. Имеет ветвистый, высокий стебель. Листья перисто-рассеченные, у корня – черешковые, при стебле-сидячие. Цветки серпухи красные, размещаются в крупных корзиночках шаровидного типа и собранные в щитковидную метелку. Головки обернуты остроконечными пушистыми листочками, верх цветоложа покрыт щетинками. Трубочатые цветы имеют 3-4 раздельный венчик. Пыльники стреловидные с пятью тычинками.



Плод представлен гладкими семянками с парашютами из зубчатых волосков. Пора цветения – вторая половина лета.

Препараты серпухи венценосной – настои и отвары – находят применение в народной медицине как вяжущее, желчегонное, противовоспалительное, противолихорадочное, противорвотное и седативное средство.

В народной медицине Сибири настоем травы серпухи используется как внутреннее средство при желтухе и поносах, а отвар корневищ или настоем травы употребляют для полоскания полости рта и глотки при ангинах, ларингитах, фарингитах, тонзиллитах. Настоем травы вместе с цветочными корзинками рекомендуют при анемии, лихорадке, рвоте, желтухе, грыжах, геморрое, злокачественных опухолях. Настоем травы поят больных эпилепсией, а также назначают при неврозах, параличах, психических заболеваниях.

ниях. Отвар корневищ серпухи принимают внутрь при поносах, гастралгии, гонорее.

**Синяк обыкновенный (*Echium vulgare* L.)**

Семейство Бурачниковые (*Boraginaceae*)

Синяк обыкновенный имеет мощный стержневой корень, глубоко уходящий в почву и высокие (до 1 м) прямостоячие круглые побеги, покрытые короткими щетинками и мелкими сероватыми волосками. Листья линейные, ланцетные, остроконечные с выраженной центральной жилкой. Их длина – до 13 см, средняя ширина – 1,5 см. Нижние быстро отмирающие листья сужены у основания и образуют короткий черешок, все остальные – сидячие. Растение цветет на второй год вегетации, в середине июня, выпуская длинные цветоносы с узкими метельчатыми соцветиями. В Самарской области цветение приходится на июнь, плоды созревают постепенно, начиная с июля.



Синяк обыкновенный содержит большое количество необходимых для функционирования организма человека веществ. Алкалоиды, влияющие на работу центральной и периферической нервной систем, состояние сосудов и мускулатуры. Витамины С и Е, Глюкоза. Органические кислоты: фумаровая – активный участник процесса дыхания; лимонная – благотворно влияющая на работу органов пищеварения и способствующая выведению шлаков; яблочная – стимулирующая протекание обменных процессов и кро-

воображение; коричная, янтарная и винная кислоты, являющиеся мощными антиоксидантами.

**Солодка уральская (*Glycyrrhiza uralensis* L.)**

Семейство Бобовые (*Fabaceae*)

Многолетнее травянистое растение высотой 50-150 см, с хорошо развитой корневой системой, состоящей из вертикальных и горизонтальных корневищ и отходящих от них корней, достигающих глубины 5 м. Корневище и корни снаружи коричневые, на изломе желтоватые, сладкие на вкус. Листья очередные, непарноперистые, состоят из двух-десяти пар эллиптических или продолговато-яйцевидных листочков, клейкие с обеих сторон за счет многочисленных желёзок. Цветки фиолетовые или белофиолетовые, неправильные, типичного мотылькового типа, собраны в негустые пазушные кисти. Плоды – прямые или слегка изогнутые, нераскрывающиеся, кожистые бобы длиной 2-3 см и шириной 4-6 мм с почковидными семенами. Цветет в июне – июле, плоды созревают в августе – сентябре.



Сырьем для хозяйственного и медицинского применения являются корневища и корни солодки, называемые солодковым, или

лакричным корнем. Солодку используют в фармацевтической практике в виде густого экстракта и порошка при приготовлении различных пилюль и таблеток, а сироп из него – для улучшения вкуса жидких микстур. Благодаря большому количеству слизистых веществ солодка уральская обладает обволакивающим и отхаркивающим действием, а содержащаяся в ней камедь оказывает слабительное действие. В народной медицине солодку употребляют и как мочегонное средство. Готовый препарат из солодки – грудной (лакричный) эликсир.

**Сосна обыкновенная** или лесная (*Pinus sylvestris L.*)  
Семейство Сосновые (*Pinaceae*)

Вечнозеленое хвойное дерево высотой 20-40 м с прямым стволом и конусообразной в молодом возрасте и зонтиковидной у старых деревьев рыхлой кроной. Кора светлая красно-бурая, глубоко бороздчатая, выше на ветвях желтоватая, тонко шелушащаяся.



Молодые удлиненные побеги голые, зеленоватые. Листья игловидные, длиной 5-7 см, шириной 2 мм, сизо-зеленые, жесткие, несколько изогнутые, с сильно выступающими голубоватыми устьичными линиями, располагаются по 2 на укороченных побегах, сохраняются на дереве 2-3 года. Семена удлиненно-яйцевидные, длиной 3-4 мм, черноватые или серые, с крылом, в 3 раза превышающим их в длину. Размножается семенами. Первые семена дает в возрасте 12-15 лет; обильное плодоношение наблюдается через 2-12 лет. Цветет в июне, семена созревают через 18 мес.

В лекарственных целях используют почки, хвою, эфирное масло, скипидар, смолу (канифоль) и деготь сосны обыкновенной. Почки содержат эфирное масло. Применяют их как отхаркивающее, мочегонное и дезинфицирующее средство в виде отвара внутрь по столовой ложке 3-4 раза в день и для ингаляции. Они входят в состав грудного чая, а также используются для ингаляции при воспалительных заболеваниях верхних дыхательных путей. Кроме того, их применяют для ванн.

**Спаржа лекарственная (*Asparagus officinalis* L.)**  
Семейство Спаржевые (*Asparagaceae*)

Многолетнее травянистое растение высотой 50-150 см.

Корневище толстое, горизонтальное, густо усаженное шнуровидными корнями. От корневища отходят несколько подземных мясистых вертикальных побегов, несущих спирально расположенные чешуйчатые листья.

Стебли многочисленные, сильно ветвистые, голые; ветви отходят под острым углом.

Листья редуцированы до маленьких пленчатых чешуи, имеющих при основании твердый шпорец.

Растение двудомное. Цветы многочисленные, мелкие, зеленовато-желтые, однополые, по 1-2 шт. в пазухах чешуек на длинных сочлененных у середины цветоножках.

Плод – красная шаровидная шестисемянная ягода диаметром 5-8 мм.

Семена шаровидные приплюснутые морщинистобороздчатые, черные, длиной 3-4 мм. Цветет в мае – июле, плодоносит в августе – сентябре.



Используются корни и корневища, молодые побеги.

Экспериментально установлено, что введение в вену аспарагина или экстракта спаржи снижает артериальное давление, замедляет ритм сердечных сокращений, расширяет периферические сосуды, увеличивает диурез, снимает усталость.

Экстракт спаржи вызывает более значительное и продолжительное снижение давления, чем аспарагин.

Спаржа способствует удалению из организма хлоридов, фосфатов и мочевины. Поэтому её препараты могут быть рекомендованы при болезнях почек, сердца, ревматизме, подагре.

### **Татарник колючий (*Onopordum acanthium* L.)** Семейство Астровые (*Asferaceae*)

Двулетнее сильно колючее травянистое растение высотой 80-200 см, с веретенообразным разветвленным корнем. Стебель прямой, крылатый, паутинисто-шерстистый, в верхней части ветвистый. Листья очередные, сидячие, низбегающие, серопаутинистые с обеих сторон, длиной 12-30 см. Цветы собраны в цветочные

корзинки. Плоды – обратнойцевидные, слабо четырехгранные, семянки длиной 4-6 мм, поперечно-косоморщинистые, светло-серые или серовато-коричневые с темными пятнами, несущие на верхушке розоватый или рыжеватый, легко отделяющийся от семени хохолок, который вдвое длиннее семянки и состоит из многорядных волосков, при основании спаянных в кольцо. Цветет с июня по сентябрь, плодоносит с августа.



В народной медицине применяется для лечения злокачественных опухолей и гнойных ран. Врачи некоторых стран используют его для профилактики рецидивов после оперативного удаления злокачественных опухолей, при раке кожи, язвах, волчанке и скрофулезе. Препараты татарника малотоксичны и при длительном применении не вызывают побочных явлений. В малых дозах они возбуждают центральную нервную систему, в больших – угнетают, обладают кардиотоническим действием.

**Термопсис ланцетовидный, термопсис ланцетный**  
или мышатник (*Thermopsis lanceolata* R. Br.)  
Семейство Бобовые (*Fabaceae*)

Многолетнее травянистое растение с главным корнем длиной до 2 м и мощно развитой системой корневищ и придаточных корней. Стебли прямостоячие, многочисленные, высотой до 12-40 см, ветвящиеся, бороздчатые, в нижней части иногда древеснеющие, опушенные рыжеватыми, слегка оттопыренными волосками.



Листья тройчатые, очередные, черешковые, с прилистниками; листочки продолговатые или обратноланцетовидные, узкие. Соцветие – негустая конечная кисть длиной 6-17 см из 2-6 мутовок. Семена почти округлые, гладкие, блестящие, темно-оливковые или почти черные с сизым налетом и серовато-белым рубчиком. Цветет в июне – августе; плоды созревают в августе – сентябре. Размножается вегетативно за счет интенсивно растущих корневищ, реже семенами. Растение ядовито.

Надземные органы термопсиса ланцетовидного содержат алкалоиды (до 3,6%), сапонины, дубильные вещества, смолы, слизи, эфирное масло (следы), витамин С. В семенах обнаружено 2-3% суммы алкалоидов, большую часть которых составляет цитизин, применяемый в медицине в качестве средства, возбуждающего дыхание. В целом это растение оказывает отхаркивающее и успо-

каивающее кашель, а в больших дозах рвотное действие. Траву применяют в виде настоя, порошка, таблеток, сухого экстракта.

В народной медицине отвар термописа применяют против гриппа, бронхитов, пневмонии и головных болей, а также как противоглистное средство.

**Тимьян ползучий** или чабрец, богородская трава  
(*Thymus serpyllum* L.)  
Семейство Яснотковые (*Lamiaceae*)

Полукустарник с распланными стеблями, приподнимающимися или прямостоячими ветвями высотой 2-6 (10) см, покрытыми отогнутыми вниз или отстоящими волосками. Листья жесткие, почти кожистые, короткочерешковые; пластинка их от округлой или яйцевидной до линейно-продолговатой или почти линейной формы, вместе с черешком длиной 5-15 мм усеяна железками, голая, реже негустоволосистая, по краю у основания длиннореснитчатая. Цветки в головчатых соцветиях на концах ветвей. Чашечка узкоколокольчатая, снаружи волосистая. Плод состоит из 4 темно-бурых эллипсоидальных орешков длиной 0,6-1 мм.



Трава тимьяна ползучего содержит эфирное масло (свыше 1%), основными компонентами которого являются фенолы: кристаллический тимол (до 35%) и жидкий карвакрол (до 20%). В незначительных количествах масло содержит терпинеол.

В траве найдены также тритерпеноиды (урсоловая и олеаноловая кислоты), флавоноиды, дубильные вещества, горечи, минеральные соли.

Настой и отвар травы тимьяна ползучего применяют для полоскания полости рта при воспалительных заболеваниях. Галеновые препараты назначают при ангинах, хронических тонзиллитах, стоматитах, трахеитах и бронхопневмониях, а также как дезинфицирующее средство при метеоризме и поносе. Эфирное масло применяют при радикулитах и нефритах.

**Тмин обыкновенный** (*Carum carvi L.*)  
Семейство Сельдерейные (*Apiaceae*)

Двулетнее, реже однолетнее или многолетнее травянистое растение высотой 30-80 (110) см с мясистым стержневым корнем длиной 10-20 см. В первый год образует прикорневую розетку листьев, а во второй стебель.



Стебель прямостоячий, ветвистый почти от основания. Листья очередные, черешковые, постепенно уменьшающиеся к верхушке стебля, при основании расширенные во влагалище; прикорневые длинно-черешковые, стеблевые короткочерешковые. Соцветия – сложный зонтик до 8 см в диаметре, с 8-16 примерно равными голыми лучами. Плоды – вислоплодники, продолговатые, слегка сплюснутые, длиной 3-7 мм. Цветет в мае – июле, плодоносит в июле – августе. Тмин размножается семенами. Цветение продолжается 1,5-2 месяца. Плоды начинают созревать в июле и при подсыхании осыпаются.

Применяют тмин при атонии и болях в кишечнике, метеоризме, для усиления секреторной деятельности пищеварительных желез, повышения тонуса и перистальтики. Назначают в виде настоя (10 г на стакан кипятка) по 1 столовой ложке 3-4 раза в день. Эфирное масло из семян тмина используют для ароматизации лекарственных препаратов и в парфюмерии. Плоды находят также широкое применение в ликеро-водочном, консервном, сыроваренном и хлебопекарном производствах.

Тмин довольно широко применяют и в народной медицине. Отвар тмина используют для усиления отделения молока у кормящих женщин, как отхаркивающее и бронхорасширяющее средство при острых и хронических бронхитах, пневмонии, туберкулезе и бронхиальной астме.

### **Топинамбур** (*Helianthus tuberosus L.*)

Семейство Астровые (*Asteraceae*)

Топинамбур – многолетник, высотой около 1,5 м (иногда до 3-4 м) с подземными побегами – столонами, на концах которых образуются разнообразные по форме, величине и окраске съедобные клубни (белые, желтые, фиолетовые, розовые), с выпуклыми почками (глазками). Корневая система мощная. Стебель прямостоячий, крепкий, наверху ветвящийся, опушенный короткими волосками. Листья яйцевидные, черешковые, также опушенные. Цветки собраны в корзинки диаметром 6-10 см. Срединные цветки соцветия трубчатые, желтые, обоеполые, а краевые – ложно-язычковые, золотисто-желтые. Плод – семянка. В Самарской области зацветает в конце августа. Плод созревает в сентябре – октябре.



В настоящее время полезные свойства топинамбура используются лишь в некоторых медицинских целях. Например, клубни топинамбура и продукты из него (порошок, отвары, настои, сиропы) используются в рационе питания больных сахарным диабетом 1 и 2 типа и ожирения. Особую ценность представляет сироп из топинамбура в качестве инулинсодержащего биологически активного компонента питания и замены сахара для больных сахарным диабетом.

**Тысячелистник обыкновенный** (*Achillea millefolium* L.)  
Семейство Астровые (*Asteraceae*)

Многолетнее травянистое растение с тонким ползучим корневищем, от которого отходят побеги с розетками прикорневых листьев и цветоносные неветвистые стебли. Стебли прямые, высотой 20-80 см, пушистые. Листья очередные, ланцетные, длиной 3-15 мм. Соцветия – мелкие многочисленные корзинки, собранные на верхушке стеблей в сложные щитки.

Семянки плоские, продолговатые, серебристо-серые, длиной 1,5-2 мм. Цветет с июня по октябрь, семена созревают в июле – сентябре. Размножается семенами и вегетативно.



Применяют тысячелистник в качестве кровоостанавливающего средства, главным образом при маточных кровотечениях на почве воспалительных процессов фибромиом и т.п. в виде жидкого экстракта по 40-50 капель 3 раза в день (за полчаса до еды) или настоя (15,0 : 200,0) по столовой ложке 3 раза в день. Часто назначают вместе с экстрактом из листьев крапивы.

Тысячелистник входит в состав комплексного препарата «ЛИВ 52», выпускаемого в Индии и разрешенного к применению для лечения болезней печени, при инфекционных, токсических гепатитах, а также при хроническом гепатите.

Сок тысячелистника применяли еще в XV веке как кровоостанавливающее и ранозаживляющее средство.

**Фиалка трехцветная, анютины глазки** или иван-да-марья  
(*Viola tricolor* L.)

Семейство Фиалковые (*Violaceae*)

Однолетнее или двулетнее растение высотой 10-40 см с тонким буроватым стержневым слабо ветвистым корнем. Стебли простые или ветвистые, полые внутри, прямостоячие, приподнимающиеся или почти стелющиеся. Листья очередные, простые длиной 0,5-7 см, шириной 5-20 см. Цветки одиночные, 2-3 см в диаметре, на длинных (3-13 см) цветоножках, с двумя прицветниками. Плод – продолговато-яйцевидная коробочка, растрескивающаяся на 3 створки. Семена мелкие (около 3000 на одном растении), обратнояйцевидные, гладкие, желтовато-коричневые. Размножается семенами. Цветет с апреля до поздней осени, плоды созревают начиная с июня.



Фиалка трехцветная как лечебное средство известно с глубокой древности. Отвар применялся для лечения золотухи, экземы, кожной сыпи, как отхаркивающее при кашле. Она обладает легким мочегонным и потогонным действием. Способ приготовления: 20 г травы фиалки, мелко измельченной, заливают стаканом холодной воды, доводят до кипения и кипятят под крышкой 10 мин, настаивают в течение 1 ч, процеживают, отжав осадок, и добавляют воды до первоначального объема. Применяют по столовой ложке 3-5 раз в день. Считалось, что прием отвара нужно продолжать до появления характерного («кошачьего») запаха мочи.

## **Физалис обыкновенный** (*Physalis alkekengi* L.)

Семейство Пасленовые (*Solanaceae*).

Физалис – это род крупных травянистых многолетников (гораздо реже – однолетников), имеющих одревесневающий у основания стебель. Он прямостоячий, вырастает до 1,3 м в высоту. Листья у представителей рода Физалис очередные, черешковые, бывают острой и закругленной формы. Цветки физалиса – обоеполые. Несмотря на видовую принадлежность, характерная особенность всех физалисов – плод в виде ягоды, находящийся в оболочке-чехлике, напоминающей новогодний китайский фонарик, сделанный из бумаги. Цветет физалис на питомнике с июня, а плодоносит в сентябре. Стоит отметить, что растение является ядовитым. Яд находится в чашечке с плодом. Сам по себе плод без чашечки – съедобен.



Ни один вид из рода Физалис не входит в Государственную Фармакопею РФ. Для научной медицины это растение не представляет интереса. Физалис нигде официально не применяется как лекарственное растение. Известно лишь, что он пользуется спросом в народной медицине.

Народные целители из южных уголков России, где и произрастает в диком виде физалис, используют его как мочегонное средство и как средство для эпителизации тканей. По некоторым данным, физалис обладает противовоспалительным и болеутоляющим эффектом. Вообще в народной медицине используются цветки, корни, плоды, сок, сушеные листья и кашлица из свежих листьев физалиса.

**Фенхель обыкновенный, аптечный укроп**  
или волосистый укроп (*Foeniculum vulgare* Mill.)  
Семейство Сельдерейные (*Apiaceae*)

Травянистый многолетник высотой до 2 м. В культуре – двулетник. Корень мясистый, веретенообразный, маловетвистый, округлый, тонкоребристый с сизоватым налётом; листья – яйцевидно-треугольные, очередные, темно-зеленые, нижние листья крупные, черешковые, верхние-почти сидячие, с узкопродолговатыми влагалищами, плёнчатými по краям.



Цветки мелкие, собраны в сложные зонтики, окраска лепестков желтая. Плод – легко распадающаяся, ребристая, цилиндрическая, серовато-зеленая двусемянка.

Цветет в июле – августе; плоды созревают в сентябре – октябре.

Галеновые препараты из плодов фенхеля повышают секрецию пищеварительных желёз, оказывают желчегонное, спазмолитическое и диуретическое действие, регулируют работу кишечника; обладают антибактериальными свойствами; успокаивающе действуют на центральную нервную систему.

## **Хрен обыкновенный (*Armoracia rusticana* L.)**

Семейство Капустные (*Brassicaceae*)

Многолетнее травянистое растение, достигающее во время цветения 40-120 (150) см высоты, с крупной прикорневой розеткой листьев. Имеет мощный многоглавый, толстый, мясистый, беловатый, ветвистый корень 1,2-5 см в диаметре и более 100 см в длину. Прикорневые листья длинночерешковые, очень крупные, длиной 30-60 см, продолговатые, гордчатые; нижние стеблевые листья короткочерешковые, перисто-рассеченные, верхние – сидячие, продолговатые. Все растение голое. Цветки собраны в многоцветковые кисти. Плоды – продолговато-эллиптические стручки (4-6 мм длиной), в каждом из двух гнезд которых образуется по 4 семени. Цветет в июне – июле. В Самарской области плоды созревают в августе – сентябре. Размножается вегетативно, зачастую вызревания семян не происходит.



Настойка корней хрена обыкновенного обладает многими ценными лечебными свойствами: противовоспалительными, иммуномодулирующими, противомикробными. Сок корня хрена обыкновенного проявляет антибактериальную, ферментативную, простоцидную и антифугинальную активность, и антибиотическое действие. Кроме того, препараты из корней хрена возбуждающе действуют на пищеварительные органы, усиливают секрецию желудочно-кишечного тракта, повышают аппетит.

**Цикорий обыкновенный** (*Cichorium intybus L.*)  
Семейство Астровые (*Asteraceae*)

Многолетнее травянистое растение высотой до 180 см, с мясистым, толстым (до 6 см в диаметре) веретеновидным корнем длиной до 1,5 м. Стебель ветвистый, прямостоячий, опушен жесткими волосками. Розеточные листья крупные, яйцевидной формы и темно-зеленого цвета.



Нижние листья – от перистораздельных до цельных, по краю зубчатые с крылатым черешком; верхние – стеблеобъемлющие, ланцетные, с ушками. Цветки в многочисленных сидячих корзинках в пазухах верхних и средних листьев. Обертка двухрядная, железистоопушенная, наружные листочки по краю реснитчатые. Цветоложе плоское, с щетинистыми пленками. Все цветочки язычковые, венчик голубой. Плоды 3-5-гранные или ребристые, продолговатые, светло-коричневые, коричневые, или бурые семечки длиной 0,2-0,3 мм. При повреждении всех частей растения выделяется млечный сок.

Препараты на основе цикория используются в качестве тонизирующего средства, обладают желчегонным действием. Отвары обладают гемостатическим, вяжущим действием, повышают толерантность организма к углеводам; спиртовой экстракт оказывает противовоспалительное действие.

В народной медицине настои и отвары корней цикория используются при диабете, для повышения аппетита и улучшения пищеварения, при желтухе, цинге, малярии, малокровии, циррозе печени, облысении и вульгарных угрях.

Наружно отвар корней используют для ванн, примочек, повязок. Кашица измельченных корней применяется для фурункулеза.

### **Чемерица Лобеля (Лобелева) (*Veratrum lobelianum* Bernh.)**

Семейство Лилейные (*Liliaceae*)

Мощное многолетнее травянистое растение с толстым темно-бурым вертикальным или косо растущим корневищем, несущим длинные светлые корни. Стебель прямой, толстый, округлый, высотой 70-170 см и диаметром 2-3 см, у основания одетый разрушающимися листовыми темно-бурыми влагалищами, частично распадающимися на волокна, в верхней части опушенный короткими волосками.



Листья очередные, многочисленные, складчатые, снизу покрыты короткими волосками. Соцветие метельчатое, длиной 20-60 см. Цветки на коротких цветоножках. Плод – яйцевидная трехгранная коробочка с крылатыми сплюснутыми семенами. Цветет в июне – августе; плоды созревают в августе – сентябре. Соцветие в почве формируется с осени. Массовое цветение повторяется через 2-3 года, первое наблюдается в 10-30 лет. Продолжительность жизни обычно не менее 50 лет. Размножается семенами и вегетативно.

Из корневищ и корней выделены алкалоиды проточератрин, йервин, псевдойервин, рубийервин, изорубийервин и др. В корневищах обнаружены дубильные и красящие вещества, смолы, сахара. В медицине разрешено использование корней и корневищ только чемерицы Лобеля. Лекарства, в составе которых есть чемерица, применяют осторожно, только наружно – в мазях для растирания при ревматизме. В ветеринарии настой чемерицы используют для стимуляции работы желудка у жвачных животных, а в виде мази – против чесотки, кожного овода, вшей и власоедов.

### **Черда трёхраздельная (*Bidenstripartita* L.)** Семейство Астровые (*Asteraceae*)

Однолетник высотой 30-50 см с небольшой, сильно разветвленной стержневой корневой системой. Стебель прямостоячий, голый, иногда почти от основания ветвящийся.

Листья супротивные, темно-зеленые, на коротких крылатых черешках. Листовая пластинка рассечённая с зубчатыми по краю долями. Верхние листья в основном цельнокрайние.

Корзинки одиночные или по нескольку на концах ветвей, прямостоячие. Цветки трубчатые обоеполые, грязновато желтые.

Семянки клиновидные, сильносплюснутые, по краю мелкощетиновые с двумя остями на верхушке.

Цветет с июля до сентября, плоды созревают в августе – сентябре. Семена созревают одновременно.

В медицине используют листья и молодые верхушки облиственных стеблей (траву) череды. Препараты череды используют при разных диатезах, нейродермитах и себорейных поражениях кожи головы.



При наружном применении череда подсушивает раневую поверхность и способствует более быстрому заживлению поражённых участков кожи. Внутрь принимают как потогонное средство при простудных заболеваниях и как мочегонное, противовоспалительное, витаминное, противоаллергическое средство.

**Чернокорень лекарственный (*Cynoglossum officinale*)**  
Семейство Бурачниковые (*Boraginaceae*)

В науке род получил свое название из греческого языка: *scien* (собака) и *glossi* (язык), поскольку его листья очень похожи на язык собаки. Вырастает лекарственный чернокорень в высоту до 1 м, имеет неприятный запах, является ядовитым для человека. Корневая система стержневая, обладает толстым корнем темного цвета. Цветет чернокорень лекарственный в период с конца мая по середину сентября.

Цветок, примыкающий на длинной цветоножке, мелкий, в завитках, образует метельчатое соцветие. Плодоносить начинает в июне, плоды представляют собой четыре орешка, сдавленные со всех сторон, покрыты шипами загнутой формы по всей поверхности. Размножение происходит с помощью семян.



Обладает гипотензивным и седативным действием, стимулирует перистальтику кишечника. В тибетской медицине используется как ранозаживляющее, регенирирующее средство, а также как средство для выведения паразитов. В народной медицине используется преимущественно наружно для заживления ран, быстрой регенерации кожи. С осторожностью используют как седативное средство, болеутоляющее, отхаркивающее, кровоостанавливающее, противосудорожное.

**Чистец лесной** (*Stachysylvatica*L.)  
Семейство Яснотковые (*Lamiaceae*)

Многолетнее травянистое растение с неприятным резким запахом. Стебли прямостоячие, высотой до 1,2 м. вверху клейкие из-за железистых волосков. Листья супротивные, яйцевидно-сердцевидные, заостренные, с длинными черешками. Цветки собраны в ложные мутовки, образующие на верхушке побега длинное колосовидное соцветие. Цветки неправильные, с пяти зубчатой зеленой чашечкой, двугубым пяти лопастным темно-красным венником. Плоды распадаются на четыре орешка. Цветёт в июне-августе, плоды созревают в июле – сентябре.



В медицине применяют траву. Препараты чистеца принимают при маточных кровотечениях, кровохарканье. Обладают седативным (успокаивающим), гипотензивным (понижающее артериальное давление), противосудорожным действием. Настой травы рекомендуют в начальной стадии гипертонической болезни, при повышенной нервной возбудимости, эпилепсиях. Как ранозаживляющее и «очищающее» средство используют проваренную сухую траву (припарки на язвы и раны).

**Чистотел майский (*Chelidonium majus* L.)**  
Семейство Маковые (*Papaveraceae*)

Многолетнее травянистое растение с многоглавым коротким корневищем и стержневым маловетвистым корнем, снаружи красно-бурым, внутри желтым. Стебель ветвистый, ребристый, полый, высотой 25-80 см, покрытый редкими волосками.



Листья очередные, перистые, рассечены на городчато-лопастные доли, сверху светло-зеленые. Цветки на длинных цветоножках, ярко-желтые, около 15-20 мм в диаметре, собранные на концах стебля зонтиками. Плод – стручковидная одногнездная двустворчатая коробочка. Цветет в мае – июне; плоды созревают в июле – сентябре. Размножается семенами.

Препараты чистотела (свежий сок) применяют для прижигания бородавок, при заболеваниях гортани, начальных формах красной волчанки. Настои травы или составе сборов пьют при заболеваниях печени и желчного пузыря, как болеутоляющее средство при язве желудка.

Эксперименты показали, что препараты (свежий сок, отвар травы) задерживают рост злокачественных опухолей, обладают фунгистатическим и бактериостатическим действием по отношению к туберкулезной палочке. Корни чистотела применяют в гепатопатии.

**Шалфей лекарственный** (*Salvia officinalis* L.)  
Семейство Яснотковые (*Lamiaceae*)

Многолетнее растение. Корень густоветвистый, разветвленный, одревесневший. Стебель одревесневший внизу, травянистый вверху, зимой отмирает, опушенный, четырехгранный. Листья эллиптические, зеленовато-серые, яйцевидные, сидячие или черешковые, имеют различную величину. Цветы собраны в колосовидные соцветия, которыми заканчиваются побеги. Цветы могут быть светло-сиреневые, голубые, сиренево-голубые. Трава цветет в июне – июле.



Ценится антисептическим, противовоспалительным, отхаркивающим, вяжущим, смягчительным, ранозаживляющим, спазмолитическим действием. Широко применяется не только в медицине, но также в кулинарии, косметологии, парфюмерной промышленности.

**Шалфей мутовчатый** (*Salvia verticillata* L.)

Семейство Яснотковые (*Lamiaceae*)

Полукустарник высотой до 50 см с ветвистыми четырехгранными стеблями и супротивными длинночерешковыми продолговатыми листьями. Сине-фиолетовые крупные двугубые цветки расположены мутовками в пазухах верхних редуцированных листьев и образуют рыхлое колосовидное соцветие.



Плоды – мелкие черно-бурые орешки. Корень мощный деревянистый. Растение имеет приятный, ароматный запах. Цветет с начала июля, плоды созревают в августе. В качестве сырья заготавливают лист шалфея. Листья шалфея содержат эфирное масло (до 2,5%), в состав которого входят цинеол (до 15%), бициклические терпены, сесквитерпен цедрен, а так же дубильные вещества, флавоноиды, урсоловая и олеаноловая кислоты, уваол, парадифенол, дитерпены. Отвары из листьев шалфея применяются как противовоспалительное средство для полоскания полости рта и горла при стоматитах и катарах верхних дыхательных путей. Корни шалфея содержат хиноны, обладающие антимикробной активностью.

**Шалфей мускатный** (*Salvia Sclarea*)  
Семейство Яснотковые (*Lamiaceae*)

Растение применяется в кулинарной, пищевой отрасли, из его листьев получают пряности. Лечебные качества этой травы известны также довольно давно. Шалфей мускатный – многолетний полукустарник. Растет до 120 см в высоту. Имеет прямой, покрытый светлыми волосками стебель. Лист растет длиной до 30 см, шириной – до 20 см. Внешне они продолговатые, их концы острые, а листья морщинистые.



Соцветия имеют форму метелки или колоса. Они разветвленные. Цветет растение с июня по август. Семя бурого оттенка выглядит как орешек до 3 мм в диаметре.

Растение применяется в кулинарной, пищевой отрасли, из его листьев получают пряности. Лечебные качества этой травы известны также довольно давно. В Средние века мускатный шалфей применялся как средство для оздоровления глаз. Его даже нарекли «Глаз Христа». В это же время его применяли для улучшения метаболизма и пищеварения, а также излечения женских недугов.

**Шалфей поникающий (*Salvia nutans*)**  
Семейство Яснотковые (*Lamiaceae*)

Шалфей поникающий – многолетнее травянистое растение высотой 40-100 см. Стебель безлистный, все листья прикорневые, яйцевидно-продолговатые с сердцевидным основанием. Ложные мутовки 4-6-цветковые, собраны в плотные группы на поникающих концах ветвей в виде короткого метельчатого соцветия. Цветет в первой половине лета.



Корни растения обладают антипротозойными и бактериостатическими свойствами, хиноны – антибактериальны. Эфирное масло растения пригодно для использования в парфюмерной промышленности как фиксатор. Листья ингибируют прорастание семян. Медонос. Декоративное.

**Шиповник майский, шиповник коричный**  
или роза коричная (*Rosa majalis* Herm.)  
Семейство Розоцветные (*Rosaceae*)

Кустарник высотой до 2 м и более, с тонкими ветвями, покрытыми блестящей коричнево-красной корой. Листья сложные, непарноперистые, с 5-7 парами боковых листочков. Листочки тонкие, сближенные, длиной 1,5-6 см, шириной 0,8-2,8 см, продолговато-эллиптические, яйцевидные или обратнояйцевидные, суженные к основанию, на верхушке округлые или короткозаостренные, с сильновыступающей сетью жилок.



Цветки крупные, 3-7 см в диаметре, с 5 розовыми лепестками и пятираздельной чашечкой. Тычинок и пестиков много. Цветки одиночные, реже – по 2-8, на коротких цветоножках длиной 0,5-1,7 см, с ланцетовидными прилистниками. Плоды голые, 1-1,5 см в диаметре, шаровидные или сплюснуто шаровидные, реже яйцевидные или эллиптические, гладкие, оранжевые или красные, мясистые, увенчанные остающимися чашелистиками. Цветет в мае – июне, плоды созревают в августе – сентябре.

Плоды шиповника майского применяются для изготовления экстрактов, сиропов, таблеток, конфет, так же шиповник входит в состав многих сборов и витаминных напитков. Чаще всего используются в виде настоев для домашнего лечения.

Чтобы приготовить настой, 10 г плодов нужно поместить в эмалированную посуду, залить 200 мл кипятка, закрыть крышкой и нагреть на водяной бане 15 минут, затем охладить, процедить. Принимать по полстакана 2 раза в день после еды.

### **Шлемник байкальский** (*Scutellaria baicalensis* Georgi)

Семейство Яснотковые (*Lamiaceae*)

Многолетнее травянистое растение. Корень вертикальный, длиной до 50 см. Стебли прямостоячие или приподнимающиеся, высотой 15-35 см, многочисленные, четырехгранные, простые или от основания ветвистые и слегка опушенные.

Листья супротивные, яйцевидно-ланцетные, сидячие или короткочерешковые, цельнокрайние, голые, по краю реснитчатые.

Цветки собраны в простую одностороннюю, довольно густую кисть, сидят одиночно в пазухах мелких верхних листьев; чашечка цветка волосистая, длиной около 3 мм, колокольчатая, фиолетовая, венчик синий.



Плоды – мелкие односемянные округлые черные орешки с мелкими шипиками по всей поверхности. Цветет в июле; плоды созревают в конце июля – в августе. Размножается семенами.

Настойку из корней шлемника байкальского (1:5 на 70% спирте) применяют в качестве гипотензивного седативного средства при гипертонической болезни I и II стадии и невротических состояниях, протекающих с явлениями возбудимости и головной болью, а также при бессоннице, по 20-30 капель 2-3 раза в день.

Отечественная народная медицина шлемник считает кровоостанавливающим, возбуждающим пищеварение и глистогонным средством.

**Щавель кислый (*Rumex acetosa*)**  
Семейство Гречишные (*Polygonaceae*)

Многолетнее травянистое растение. Стебель простой, ребристый, вверху зеленый, внизу красноватый. Нижние листья сидят на

длинных черешках, верхние без черешков. Корни ветвистые, мощные, на них формируются маленькие почки.



Цветки растения двудомные, однополые. Плоды трехгранные, блестящие, созревают в июне – июле, с прямостоячим стеблем, мягкими копьевидными листьями, красно-зелеными цветками и блестящими трехгранными плодами. Растет повсюду на территории России на сырых лугах, берегах водоемов.

Широко применяется в кулинарии и в народной медицине. С лечебной целью используют листья, корни и семена щавеля. Препараты из щавеля кислого используются для поднятия аппетита, увеличения кислотности желудка. Мочегонное действие, снятие воспаления с органов мочевыделительной системы, очищение крови, улучшение ее состава, быстрое заживление ран, лечение ревматического поражения суставов, оптимизация работы кишечника, помощь при отравлениях, улучшение работы легких при туберкулезе, лечение различных кожных заболеваний, уменьшение проявлений аллергии, стимуляция работы печени, желчного пузыря.

**Щавель конский** или густой (*Rumex confertus*)  
Семейство Гречишные (*Polygonaceae*)

Многолетнее травянистое растение высотой 60-120 см с прямостоячим, бороздчатым, в верхней части ветвистым стеблем.

Корневище короткое, толстое, косо направленное вниз, с крупным разветвленным стержневым корнем.



Листья очередные, нижние треугольно-яйцевидные, тупые, по краям слегка волнистые, на длинных черешках; верхние – более мелкие, основания их черешков с раструбами, охватывающими стебель. Все листья снизу, особенно по жилкам опушены короткими волосками. Цветки мелкие, невзрачные, в мутовках, образуют узкометельчатое соцветие, состоящее из сближенных цветковых мутовок. Плод – трехгранный светло-коричневый орешек длиной 6-7 мм. Размножается семенами и вегетативно. Цветет в мае – июне, плодоносит в июне – июле.

Препараты из корня щавеля назначают в отварах и порошке для лечения колитов, энтероколитов и гемоколитов, при геморрое, трещинах заднего прохода, как противоглистное, противочинготное и кровоостанавливающее средство. В медицине корень щавеля конского применяли при дизентерии, болезнях кишечника, при стоматите, для полоскания полости рта. В разных дозах отвар кон-

ского щавеля применялся как слабительное и как вяжущее средство.

**Эхинацея пурпурная** (*Echinacea purpurea* L.)  
Семейство Астровые (*Asteraceae*)

Это многолетнее травянистое растение высотой 60-180 см, корневище короткое, с множеством тонких корней. Боковые корни имеют многочисленные слабо выраженные ответвления, винтообразно закрученные и обладающие на поверхности тонко очерченной структурой. Стебель прямой, твердый, разветвленный, слабоопушенный или голый. Основание листа часто сердцевидной формы, черешок изгибающийся. Стеблевые листья сидячие, длиной 7-12 см, шириной 1,5-8 см. Оберточные листья линейно-ланцетные, узкие, голые по краям, с внешней стороны опушенные, переходящие в пленчатую чешую. Соцветия – корзинки, одиночные, на длинных неветвистых цветоносах. Плод – четырехгранная серовато-бурая семянка длиной 4-4,5 мм, шириной 1,8-2 мм, к основанию суженная.

Применение препаратов из эхинацеи вытекает из принципов иммунореабилитации. Они включают профилактику и лечение респираторных заболеваний, септических процессов, гинекологических (аднексит), кожных (экзема, псориаз) заболеваний, диабета, тиреоидитов.



Для целей иммунопрофилактики, а это та область онкологии, в которой иммуномодуляторы найдут наибольшее применение в ближайшем будущем, препараты необходимо вводить в течение длительного времени.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	3
Краткая история Средне-Волжского филиала ФГБНУ ВИЛАР.....	7
Алтей армянский ( <i>Althaea armeniaca Ten.</i> ). Семейство Мальвовые ( <i>Malvaceae</i> ).....	9
Алтей лекарственный ( <i>Althaea officinalis L.</i> ). Семейство Мальвовые ( <i>Malvaceae</i> ).....	10
Амми большая ( <i>Ammi majus L.</i> ). Семейство Сельдерейные ( <i>Ariaceae</i> ).....	11
Анациклиус лекарственный или слюногон лекарственный ( <i>Anacyclus pyrethrum</i> ). Семейство Астровых ( <i>Asteraceae</i> ).....	12
Аралия маньчжурская или высокая ( <i>Aralia mandshurica Rupr.et Maxim=Aralia Elata (Miq.) Seem.</i> ). Семейство Аралиевые ( <i>Araliaceae</i> ).....	14
Арника облиственная ( <i>Arnica foliosa Nut.</i> ). Семейство Астровые ( <i>Asteraceae</i> ).....	15
Астрагал серноплодный ( <i>Astragalus falcatus Lam.</i> ). Семейство Бобовые ( <i>Fabaceae</i> ).....	16
Бадан толстолистный ( <i>Bergenia crassifolia L.</i> ). Семейство Камнеломковые ( <i>Saxifragaceae</i> ).....	17
Боярышник кроваво-красный ( <i>Crataegus sanguinea Pall.</i> ). Семейство Розоцветные ( <i>Rosaceae</i> ).....	18
Валерьяна лекарственная или аптечная, маун ( <i>Valeriana officinalis</i> ). Семейство Валериановые ( <i>Valerianaceae</i> ).....	19
Василёк синий ( <i>Centaurea cyanus L.</i> ). Семейство Астровые ( <i>Asteraceae</i> ).....	21
Волoduшка золотистая ( <i>Vupleúrum auréum</i> ). Семейство Сельдерейные ( <i>Ariaceae</i> ).....	22
Галега лекарственная ( <i>Galega officinalis</i> ). Семейство Бобовые ( <i>Fabaceae</i> ).....	23
Гармала обыкновенная ( <i>Peganum harmala L.</i> ). Семейство Парнолистниковые ( <i>Zygophyllaceae</i> ).....	24
Горицвет весенний ( <i>Adonis vernalis L.</i> ). Семейство Лютиковые ( <i>Ranunculaceae</i> ).....	25
Гроссгеймия крупноголовая или василек крупноголовый ( <i>Grossheimia macrocephala = Centaurea macrocephala.</i> ). Семейство Астровые ( <i>Asteraceae</i> ).....	27
Девясил высокий ( <i>Inula helenium L.</i> ). Семейство Астровые ( <i>Asteraceae</i> ).....	28
Диморфотека выемчатая ( <i>Dimorphotheca sinuata=D. aurantia-ca = D. calendulacea</i> ). Семейство Астровые ( <i>Asteraceae</i> ).....	29
Десмодиум канадский ( <i>Desmodium canadense L. DC</i> ). Семейство Бобовые ( <i>Fabaceae</i> ).....	30
Диоскорея ниппонская или диоскорея многокистевая ( <i>Dioscorea nip-</i>	31

<i>ponica Makino = Dioscorea polysuacbya auct.</i> ). Семейство Диоскорейные ( <i>Dioscoreaceae</i> ).....	
Дурман обыкновенный или дурман вонючий ( <i>Datura Stramonium L.</i> ). Семейство Паслёновые ( <i>Solanaceae</i> ).....	32
Душица обыкновенна или Материнка ( <i>Origanum vulgare L.</i> ). Семейство Яснотковые ( <i>Lamiaceae</i> ).....	34
Жимолость съедобная ( <i>Lonicera edulus L.</i> ). Семейство Жимолостные ( <i>Caprifoliaceae</i> ).....	35
Зверобой продырявленный, пронзеннолистный или обыкновенный ( <i>Hypericum perforatum L.</i> ). Семейство Зверобойные ( <i>Hypericaceae</i> ).....	36
Земляника лесная ( <i>Fragaria vesca L.</i> ). Семейство Розовые ( <i>Rosaceae</i> )..	37
Змееголовник молдавский ( <i>Dracocephalum moldavica L.</i> ). Семейство Яснотковые ( <i>Lamiaceae</i> ).....	38
Зопник клубненосный ( <i>Phlomis tuberosa L.</i> ). Семейство Яснотковые ( <i>Lamiaceae</i> ).....	39
Зюзник европейский ( <i>Lycopus europaeus L.</i> ). Семейство Яснотковые ( <i>Lamiaceae</i> ).....	41
Ирис сибирский ( <i>Iris sibirica L.</i> ). Семейство Ирисовые ( <i>Iridaceae</i> ).....	42
Иссоп лекарственный ( <i>Hyssopus officinalis L.</i> ). Семейство Яснотковые ( <i>Lamiaceae</i> ).....	43
Календула лекарственная или ноготки лекарственные ( <i>Calendula officinalis L.</i> ). Семейство Астровые ( <i>Asteraceae</i> ).....	44
Кипрей узколистный или иван-чай ( <i>Chamaenerion angustifolium (L.) Scop.</i> ). Семейство Кипрейные ( <i>Onagraceae</i> ).....	46
Козелец испанский ( <i>Scorzonera hispanica L.</i> ). Семейство Астровые ( <i>Asteraceae</i> ).....	47
Котовник сибирский ( <i>Nepeta sibirica L.</i> ). Семейство Яснотковые ( <i>Lamiaceae</i> ).....	48
Крапива двудомная ( <i>Urtica dioica L.</i> ). Семейство Крапивные ( <i>Urticaceae</i> ).....	49
Купена многоцветковая ( <i>Polygonatum multiflorum (L.) All.</i> ). Семейство Лилейные ( <i>Liliaceae</i> ).....	51
Ландыш майский ( <i>Convallaria majalis E.</i> ). Семейство Лилейные ( <i>Liliaceae</i> ).....	52
..	
Лапчатка белая ( <i>Potentilla alba L.</i> ). Семейство Розоцветные ( <i>Rosaceae</i> ).....	53
Лапчатка кустарниковая или курильский чай ( <i>Pentaphylloides fruticosa L.</i> ). Семейство Розоцветные ( <i>Rosaceae</i> ).....	54
Лапчатка прямая ( <i>Potentilla erecta (L.) Raeusch.</i> ). Семейство Розоцветные ( <i>Rosaceae</i> ).....	55
Ластовень лекарственный ( <i>Antitoxicum officinalis Pobed.</i> ). Семейство Ластовневые ( <i>Asclepiadaceae</i> ).....	56
Левзея сафлоровидная ( <i>Rhaponticum carthamoides Willd. = Leuzea carthamoides</i> ). Семейство Астровые ( <i>Asteraceae</i> ).....	57

Лен посевной или лен обыкновенный ( <i>Linum usitatissimum</i> L.). Семейство Льновые ( <i>Linaceae</i> ).....	59
Лен белый ( <i>Linum alba</i> ). Семейство Льновые ( <i>Linaceae</i> ).....	60
Липа сердцевидная или обыкновенная ( <i>Tilia cordata</i> Mill.). Семейство Липовых ( <i>Tiliaceae</i> ).....	61
Лопух большой или репейник ( <i>Arctium lappa</i> L.). Семейство Астровые ( <i>Asteraceae</i> ).....	62
Лофант анисовый или многоколосник ( <i>Lophanthus anisatus</i> Pursh.). Семейство Яснотковые ( <i>Lamiaceae</i> ) .....	63
Лук победный или черемша ( <i>Allium victorialis</i> L.). Семейство Луковые ( <i>Alliaceae</i> ).....	64
Лук репчатый ( <i>Allium cépa</i> L.). Семейство Лилейные ( <i>Liliaceae</i> ).....	66
Любисток лекарственный ( <i>Levisticum officinale</i> W. D. J. Koch). Семейство Сельдерейные ( <i>Aplaceae</i> ).....	67
Макля мелкоплодная ( <i>Bocconia microcarpa</i> ). Семейство Маковые ( <i>Papaveraceae</i> ).....	68
Макля сердцевидная ( <i>Macleya cordata</i> (Willd.)). Семейство Маковые ( <i>Papaveraceae</i> ).....	69
Мать-и-мачеха обыкновенная или камчужная трава ( <i>Tussilago farfara</i> L.). Семейство Астровые ( <i>Asteraceae</i> ).....	70
Мачек желтый ( <i>Glaucium flavum</i> Crantz.). Семейство Маковые ( <i>Papaveraceae</i> Juss).....	71
Мелисса лекарственная ( <i>Melissa officinalis</i> L.). Семейство Яснотковые ( <i>Lamiaceae</i> ).....	73
Мордовник шароголовый ( <i>Echinops sphaerocephalus</i> L.). Семейство Астровые ( <i>Asteraceae</i> ) .....	74
Морковь дикая ( <i>Dáucuscaróta</i> L. S. Str.). Семейство Сельдерейные ( <i>Aplaceae</i> ).....	75
Мыльнянка лекарственная ( <i>Saponaria officinalis</i> L.). Семейство Гвоздичные ( <i>Caryophyllaceae</i> ).....	76
Мята перечная или английская, холодная ( <i>Mentha piperita</i> L.). Семейство Яснотковые ( <i>Lamiaceae</i> ) .....	77
Наперстянка шерстистая ( <i>Digitalis lanata</i> Ehrh.). Семейство Норичниковые ( <i>Scrophulariaceae</i> ) .....	78
Овсяный корень или козлобородник ( <i>Tragopogon porriflius</i> ). Семейство Астровые ( <i>Asteraceae</i> ).....	79
Ослинник двулетний ( <i>Oenothera biennis</i> L.). Семейство Кипрейные ( <i>Onagraceae</i> ).....	81
Пастернак посевной ( <i>Pastinaca sativa</i> L.). Семейство Сельдерейные ( <i>Aplaceae</i> ).....	82
Пижма обыкновенная или дикая рябинка ( <i>Tanacetum vulgare</i> L.). Семейство Астровые ( <i>Asteraceae</i> ) .....	83
Подорожник большой ( <i>Plantago major</i> L.). Семейство Подорожниковые ( <i>Plantaginaceae</i> ).....	84
Полынь горькая ( <i>Artemisia absinthium</i> L.). Семейство Астровые	85

( <i>Asteraceae</i> ).....	
Полынь эстрагонная ( <i>Artemisia dracunculus L.</i> ). Семейство Астровые	
( <i>Asteraceae</i> ).....	87
Пустырник сердечный ( <i>Leonurus cardiaca L.</i> ). Семейство Яснотковые	
( <i>Lamiaceae</i> ).....	88
Расторопша пятнистая ( <i>Silybum marianum (L.) Gaertn.</i> ). Семейство	
Астровые ( <i>Asteraceae</i> ) .....	89
Резеда желтая ( <i>Reseda lutea</i> ). Семейство Резедовые ( <i>Resedaceae</i> ).....	90
Репешок обыкновенный ( <i>Agrimonia eupatoria L.</i> ). Семейство Розо-	
цветные ( <i>Rosaceae</i> ).....	91
Родиола Кириллова ( <i>Rhodiola kirilowii (Regel) Maxim.</i> ). Семейство	
Толстянковые ( <i>Crassulaceae</i> ).....	92
Ромашка аптечная или ободранная ( <i>Matricaria chamomilla var. recuti-</i>	
<i>ta.</i> ). Семейство Астровые ( <i>Asteraceae</i> ).....	93
Рудбекия волосистая ( <i>Rudbekia hirta</i> ). Семейство Астровые ( <i>Asterace-</i>	
<i>ae</i> ).....	94
Рута пахучая ( <i>Ruta graveolens L.</i> ). Семейство Рутовые ( <i>Rutaceae</i> ).....	95
Сафлор оранжевый ( <i>Carthamus tinctorius</i> ). Семейство Астровые	
( <i>Asteraceae</i> ).....	96
Секуринага полукустарниковая ( <i>Securinega suffruticosa L.</i> ). Семейство	
Молочайные ( <i>Euphorbiaceae</i> ).....	97
Серпуха венценосная ( <i>Serratula coronata L.</i> ). Семейство Капустные	
( <i>Brassicaceae</i> ).....	98
Синяк обыкновенный ( <i>Echium vulgare L.</i> ). Семейство Бурачниковые	
( <i>Boraginaceae</i> ).....	100
Солодка уральская ( <i>Glycyrrhiza uralensis L.</i> ). Семейство Бобовые	
( <i>Fabaceae</i> ).....	101
Сосна обыкновенная или лесная ( <i>Pinus sylvestris L.</i> ). Семейство Сос-	
новые ( <i>Pinaceae</i> ).....	102
Спаржа лекарственная ( <i>Asparagus officinalis L.</i> ). Семейство Спарже-	
вые ( <i>Asparagaceae</i> ).....	103
Татарник колючий ( <i>Onopordum acanthium L.</i> ). Семейство Астровые	
( <i>Asferaceae</i> ).....	104
Термопсис ланцетовидный, термопсис ланцетный или мышатник	
( <i>Thermopsis lanceolata R. Br.</i> ). Семейство Бобовые ( <i>Fabaceae</i> ).....	105
Тимьян ползучий или чабрец, богородская трава ( <i>Thymus serpyllum</i>	
<i>L.</i> ). Семейство Яснотковые ( <i>Lamiaceae</i> ).....	107
Тмин обыкновенный ( <i>Carum carvi L.</i> ). Семейство Сельдерейные	
( <i>Apiaceae</i> ).....	108
Топинамбур ( <i>Helianthus tuberosus L.</i> ). Семейство Астровые	
( <i>Asteraceae</i> ).....	109
Тысячелистник обыкновенный ( <i>Achillea millefolium L.</i> ). Семейство	
Астровые ( <i>Asteraceae</i> ).....	110
Фиалка трехцветная, анютины глазки или иван-да-марья ( <i>Viola</i>	
<i>tricolor L.</i> ). Семейство Фиалкоф	136
.....	112

Физалис обыкновенный ( <i>Physalis alkekengi</i> L.). Семейство Пасленовые ( <i>Solanaceae</i> ).....	113
Фенхель обыкновенный, аптечный укроп или волосистый укроп ( <i>Foeniculumvulgare</i> Mill.). Семейство Сельдерейные ( <i>Apiaceae</i> ).....	114
Хрен обыкновенный ( <i>Armoracia rusticana</i> L.). Семейство Капустные ( <i>Brassicaceae</i> ).....	115
Цикорий обыкновенный ( <i>Cichorium intybus</i> L.). Семейство Астровые ( <i>Asteraceae</i> ).....	116
Чемерица Лобеля (Лобелева) ( <i>Veratrum lobelianum</i> Bernh.). Семейство Лилейные ( <i>Liliaceae</i> ).....	117
Черда трёхраздельная ( <i>Bidenstripartita</i> L.). Семейство Астровые ( <i>Asteraceae</i> ).....	118
Чернокорень лекарственный ( <i>Cynoglossum officinale</i> ). Семейство Бурачниковые ( <i>Boraginaceae</i> ).....	119
Чистец лесной ( <i>Stachyssylvatica</i> L.). Семейство Яснотковые ( <i>Lamiaceae</i> ).....	121
Чистотел майский ( <i>Chelidonium majus</i> L.). Семейство Маковые ( <i>Papaveraceae</i> ).....	122
Шалфей лекарственный ( <i>Salvia officinalis</i> L.). Семейство Яснотковые ( <i>Lamiaceae</i> ).....	123
Шалфей мутовчатый ( <i>Salvia verticillata</i> L.). Семейство Яснотковые ( <i>Lamiaceae</i> ).....	124
Шалфей мускатный ( <i>Salvia Sclarea</i> ). Семейство Яснотковые ( <i>Lamiaceae</i> ).....	125
Шалфей поникающий ( <i>Salvia nutans</i> ). Семейство Яснотковые ( <i>Lamiaceae</i> ) .....	126
Шиповник майский, шиповник коричный или роза коричная ( <i>Rosa majalis</i> Herm.). Семейство Розоцветные ( <i>Rosaceae</i> ).....	127
Шлемник байкальский ( <i>Scutellaria baicalensis</i> Georgi). Семейство Яснотковые ( <i>Lamiaceae</i> ).....	128
Щавель кислый ( <i>Rumex acetosa</i> ). Семейство Гречишные ( <i>Polygonaceae</i> ).....	129
Щавель конский или густой ( <i>Rumex confertus</i> ). Семейство Гречишные ( <i>Polygonaceae</i> ).....	130
Эхинацея пурпурная ( <i>Echinacea purpurea</i> L.). Семейство Астровые ( <i>Asteraceae</i> ).....	131

Справочное издание

**Сетин Виталий Николаевич  
Никифорова Ольга Ивановна  
Акутина Светлана Юрьевна  
Зудилин Сергей Николаевич  
Нечаева Елена Хамидулловна**

**Каталог**  
**лекарственных и ароматических растений**

Подписано в печать 24.12.2019. Формат 60×84 1/16

Усл. печ. л. 8,02, печ. л. 8,63.

Тираж 100. Заказ №446.

Отпечатано с готового оригинал-макета в редакционно-издательском  
отделе ФГБОУ ВО Самарского ГАУ  
446442, Самарская область, г. Кинель, п.г.т. Усть-Кинельский, ул. Учебная, 2  
E-mail: ssaariz@mail.ru