

## Подорожник большой



Это многолетнее травянистое растение с коротким корневищем и розеткой прикорневых листьев. Цветки подорожника собраны в большой цилиндрический колос, длиной 2-5 см. Растет вдоль дороги насыпей, на сырых и заливных лугах, на песчаных почвах.

Семена подорожника, а главное — листья, являются испытанным и древним лекарственным средством. Семена содержат слизь, белковые и дубильные вещества, аукубан, жирное масло, ферменты, смолы.

10 г истолченных семян заливают 100 мл кипятка и получают слизь, которую используют, после настаивания и процеживания принимают при воспалениях желудка. Экстракт корней подорожника назначают внутрь при укусах пчёл и других насекомых. Листья подорожника оказывают противовоспалительное, болеутоляющее действие при заболеваниях дыхательных органов, нарушениях пищеварительных органов (поносы, катар желудка-кишечного тракта).

Препараты из подорожника имеют тонизирующее действие, возбуждают аппетит, содействуют повышению гемоглобина в крови.

Экстракт растения имеет противосклеротическое действие, уменьшает содержание холестерина в крови. Как лечебное средство подорожник был взят из народной медицины и длительное время применялся в виде настоя. Листья используют как кровоостанавливающее и ранозаживляющее средство, при ударах, порезах, нарывах, носовых кровотечениях. Кашицу из свежих листьев или сваренную кашицу из размятых листьев применяют для лечения ран, укусов ядовитых змей, и отёках, вызванных ужалением ос, пчёл.

При лечении ран советуют, прикладывая кашицу из растёртых листьев, прикрывать её свежим листком; принимать одновременно с этим внутрь отвар или сок из крапивы (или аналогичного по действию, кровоочищающего растения).



## Полынь горькая



Полынь настоящая, полынь полевая, полынь белая, емшан, вдовья трава - так еще в народе называют *полынь горькую*.

Существует очень много видов *полыни*, их насчитывается около 400 и приблизительно 170 видов распространено на Украине и в России. Большинство видов *полыни* очень отличаются как внешне, так и за своими лечебными и

другими свойствами: это и *полынь цитварная*, *лимонная*, *серебристая*, *таврическая*, *древовидная*, *горькая*, *обыкновенная*, *австрийская* и т. д.

Это очень ценное лекарственное растение. История о нем уходит далеко в прошлое. У древних славян *полынь* считалась культовым растением, обладающим способностью очистить духовный и физический мир. Йоги и буддисты применяли эфирное масло *полыни* при медитации, как одно из лучших средств, помогающих сосредоточиться. Еще и сегодня многие люди верят, что аромат (запах) *полыни* отпугивает злых духов, бережёт от сглаза и порчи.

Наибольшую популярность в народе за свои лечебные, очистительные и косметические свойства получила *полынь горькая*. Она отличается от других видов прежде всего общим серовато-серебристым цветом. Верхние поверхности листьев у *полыни горькой* имеют беловатую окраску и стебель также выглядит шелковисто-сероватым. А корзинки цветов у этого растения желтые.

Это многолетнее дикорастущее растение с характерным специфическим ароматом и очень горьким вкусом. Запах *полыни* довольно сильный и напоминает горько-терпкий вкус. Растёт она почти повсеместно, имеет прямой, до 1,5 м высоты стебель.



## Пустырник пятилопастный



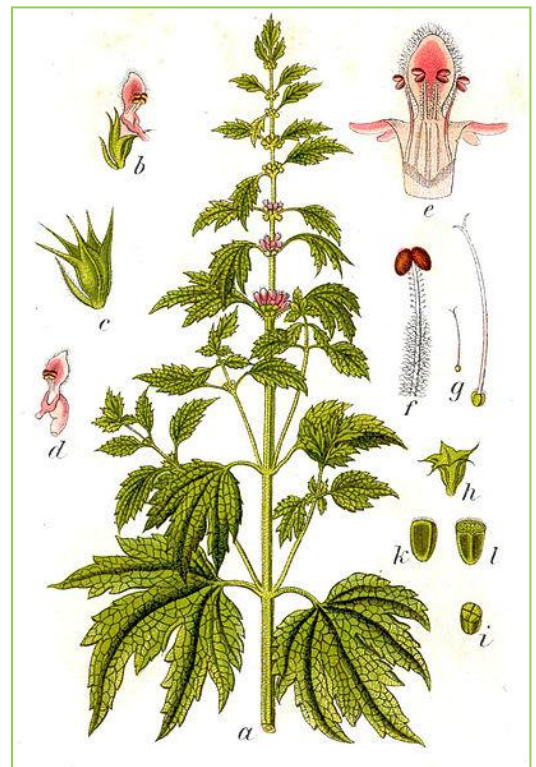
Всего насчитывается около 15-20 видов пустырников, это и *пустырник сердечный*, *японский*, *монгольский*, *разнолистный*, *персидский*, *сибирский*, *татарский*, *крапиволистный*, *мохнатый*, *шандровый* и др.

Но в лечебной практике применяются в основном 2 вида пустырников: *пустырник сердечный* и *пустырник пятилопастный* (или *мохнатый*). Используют его как эффективное средство для лечения и профилактики сердечно-сосудистых заболеваний, не вызывающее побочных эффектов.

Это многолетнее травянистое растение с характерным четырёхгранным прямостоячим стеблем. Встречается пустырник в разных местах, по балкам, на пустырях, культивируется садоводами-любителями.

С лечебной целью используют облиственные верхушки. Растение пустырник оказывает успокаивающее действие на центральную нервную и сердечнососудистую системы, по действию в некоторых случаях сильнее валерианы, имеет спазмолитические свойства, снижает артериальное давление, увеличивает силу сердечных сокращений и замедляет ритм, обладает кровоостанавливающим, мочегонным, вяжущим, противосудорожным действиями.

Пустырник — хорошее средство от головной боли. Его принимают при испуге, неврозах, бессоннице, параличах, сердцебиениях и перебоях ритма сердца, анемии. Используют настой, настойку, *сок пустырника* пятилопастного. Настой травы как противовоспалительное и бактерицидное средство применяют не только внутрь, но и наружно (для примочек, компрессов, ванночек) при ожогах, долго не заживающих ранах.



## Пырей ползучий



Другие названия: *пырей обыкновенный, пырник, ржанец, волчий зуб, огонь полей.*

Это многолетнее растение с длинными тонкими ползучими корневищами.

Это один из злейших сорняков полей и огородов, недаром его называют «огнем» полей.

С лечебной целью используются

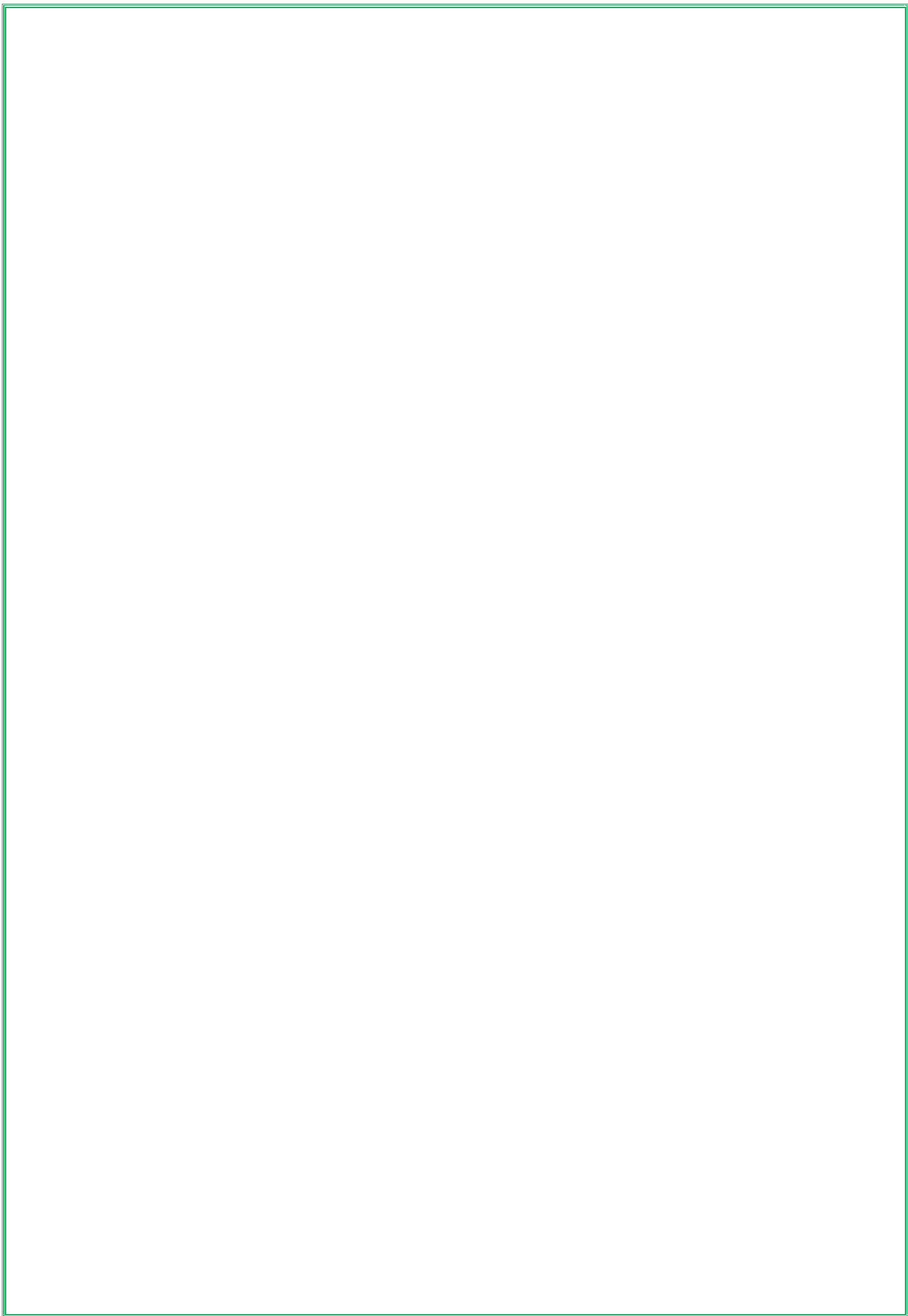
корневища, реже трава. Они содержат эфирное масло, гидрохинон, углеводы, инозит, слизь, инулин, сапонин, каротин, аскорбиновую кислоту.

Настой и отвар корневища пырея ползучего обладают мочегонным, отхаркивающим, смягчительным, противовоспалительным, обезболивающим, обволакивающим, легким слабительным, желчегонным, потогонным, кровоостанавливающим, кровоочистительным, ранозаживляющим, а также улучшающим обмен веществ свойствами. Применяется в народной медицине при простудных заболеваниях, бронхите, пневмонии, ревматизме, заболевании сердца, печени.

Препараты из корневищ пырея нормализуют обмен веществ, оказывают отхаркивающее, антисептическое, обволакивающее, кровоостанавливающее, моче- и потогонное действие. В Белоруссии корни пырея отваривают в воде или молоке и пьют при туберкулезе легких. Детям дают отвар пить и купают в нем при диатезе и экземе.

Отвар всего растения пьют при частичной потере зрения. Отвар пырея также используют для промывания гнойных ран, фурункулов.





## Тысячелистник обыкновенный (лекарственный)



Другие названия: *тысячелистник лекарственный*, *кровоавник*, *живучая трава*, *порез-трава*, *ахалей*, *солдатская трава*.

Это один из видов рода тысячелистник, семейства сложноцветных (астровых). Всего видов насчитывается около 100: тысячелистник таволговый, мускусный, благородный, войлочный и др.

С лечебной целью используется тысячелистник лекарственный меньше - тысячелистник благородный, другие виды также обладают лекарственными свойствами, но в меньшей мере.

По древнегреческой легенде это растение имеет название Ахиллея, в честь Ахилла, который, использовал его для лечения ран.

Трава тысячелистник - многолетнее травянистое растение с прямым, ребристым, неразветвленным, редковолосистым стеблем. Листья поочередно расположенные, короткочерешковые, состоящие из заостренных листочков. На верхушке стебля расположено густое щитковидное соцветие, которое состоит из мелких цветочных корзинок. Корзинки (цветки) обладают специфическим, сильно острым ароматом. Тысячелистник растение не прихотливое, растет в смешанных лесах, на полянках, по лугам и т. п.

С лечебной целью используют верхушки цветущих растений со стеблем (не длиннее 15 см) и цветки, срезанные на расстоянии 2 см от верхушки. Тысячелистник применяется в медицине как кровоостанавливающее средство, при внутренних и внешних кровотечениях, болезнях желудочно-кишечного тракта, потогонное, аппетитное, устраняющее нарушения обмена веществ средство.



## Фиалка полевая



Фиалка полевая - это однолетнее травянистое растение с ветвистым облиственным стеблем высотой 15—30 см. Цветки фиалки до 1,5 см в диаметре, в отличие от трехцветной фиалки венчик двухцветный — бело-желтый. Цветет с мая до осени. Встречается повсеместно, на полях, лесных опушках, заливных лугах, среди кустарников и т.п.

В медицине используется и трехцветная трава фиалки,

которую еще называют иван-да-марья, анютины глазки (братки).. Фиалку полевую часто используют вместе с трехцветной. По химическому составу и действию фиалка полевая близка к фиалке трехцветной, но содержит больше алкалоида виолина и меньше сапонинов. В аптечной фасовке, как правило, используют смесь этих двух видов фиалок.

Фиалка обладает широким спектром действия, такими как отхаркивающее, противовоспалительное, противоревматическое, противозолотушное, тонизирующее, мочегонное, мягчительное, потогонное, кровоочистительное и дезинфицирующее. А также фиалка нормализует обмен веществ.

Применяются в медицине при катарах дыхательных путей и детских диатезах. Входит в состав отхаркивающих и мочегонных средств.

Настой фиалки с эффективностью используют при хронических заболеваниях кожи (экземе, псориазе и дерматитах) и при почесухе, без параллельного применения наружных мазей. В народной медицине фиалка полевая применяется при коклюше, простуде, бронхиальной астме, заболеваниях и камнях в почках, гастрите, ревматизме, подагре, артрозах, различных кровотечениях, туберкулезе легких и лимфатических узлов.



## Хвощ полевой



*Хвощ полевой* растет в основном во влажных местах: по полям и лугам, по берегам рек и около канав, на песках или на возвышенностях в лесу — везде.

Это многолетнее растение с черным корневищем, от которого весной отрастают бледно-бурые или красноватые, сочные, неразветвленные стебли, на конце которых находится колосок. На том же

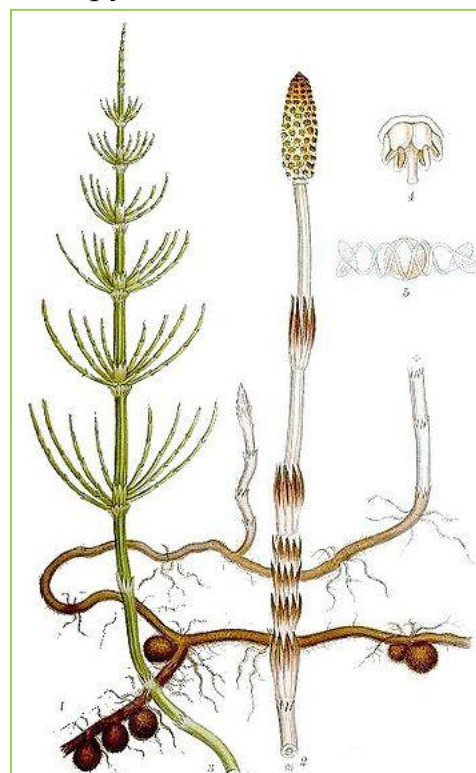
корневище летом образуются зеленые, до 60 см высоты сильноветвящиеся стебли. Эти стебли используют для медицинских целей. Еще одной отличительной особенностью растения является то, что при жевании стебля он хрустит на зубах.

Научная медицина траву хвоща полевого использует при воспалительных процессах мочевого пузыря, плевритах, при отеках, вызванных недостаточным кровоснабжением, как мочегонное и кровоостанавливающее средство. В народной медицине хвощ применяют как мочегонное, кровоостанавливающее средство, при ревматизме, атеросклерозе, сердечных недугах, подагре, болезнях печени, бронхите, туберкулезе лёгких, при наличии песка и камней в мочевыводящих путях, при желчных камнях, гипертонии, лёгочных кровотечениях. Им лечат раны, фурункулы, лишай, экземы и другие болезни кожи.

Используют хвощ также для полоскания рта и носа при заболеваниях слизистой оболочки и при носовых кровотечениях. Также применяют хвощ полевой для купания детей при простудах. В ветеринарии порошком из высушенных растений присыпают язвы.

Молодые побеги и бульбочки корневищ хвоща, которые содержат крахмал, витамин С и провитамин А, употребляют в пищу в свежем и отварном виде.

Хвощ полевой способствует выделению из организма свинца, различных токсических веществ, улучшает водносолевой обмен. Людям пожилого возраста советуют применять в профилактических целях в течение одной-двух недель лёгкие отвары хвоща.





## Хмель обыкновенный



*Хмель обыкновенный* - это многолетнее двудомное плетущее растение. Ежегодно весной из корневищ хмеля вырастают длинные, иногда до 18 м, вьющиеся, обычно шестигранные, в середине — полые стебли. Зимой отмирают. Корни иногда углубляются в почву более чем на 3 м.

Корневища представляют собой подземные измененные стебли и имеют в узлах почки. Хорошо известное растение, распространенное повсеместно, кроме Крайнего Севера и степных южных районов.

Весной заготавливают молодые побеги, а осенью, обычно в конце августа, шишки хмеля, когда они созревают. В это время они золотисто-зеленого

цвета, характерного хмелевого запаха, при сжатии пружинят и наполнены «желтым порошком» — лупулином.

Шишки хмеля употребляют *при воспалении почек*, при водянке, при раздражении мочевого пузыря и в смесях с другими лекарственными растениями.

Сами по себе применяются при катарах желудка, при болезнях желчного пузыря и печени, при нервной бессоннице, для мягчительных компрессов и припарок на чирьи, нарывы и язвы, как успокаивающие боль.

*Наружно.* Для успокоения боли при ушибах и нарывах больные места смазывают мазью, приготовленной путем растирания шишек хмеля с несоленым свиным топленным салом.

*При выпадении волос* моют голову в напаре (или в отваре) шишек хмеля. В некоторых местностях шишки хмеля дают свиньям, говорят что они от этого успокаиваются и хорошо кормятся.

Шишки хмеля сушат в тени, расстилая их тонким слоем, до состояния, когда стерженек внутри шишки при сгибании ломается. После этого складывают в коробки или мешки, крепко их спрессовывая слой за слоем.

## Чистотел



Другие названия: бородавник, чистуха, гладишник, ласточкина трава, желтомолочник, чистоплот, собачье мыло.

Растение ядовитое и требует серьезного отношения к нему. Чистотел большой - многолетнее травянистое растение семейства маковых. Встречается он почти повсеместно. Растет чистотел в тенистых местах, садах, парках, во дворах, в лесах и т.п.

Чистотел широко используют для лечения и профилактики злокачественных новообразований. Особая ценность чистотела в том, что он задерживает рост опухолей и развитие метастазов.

Древнегреческий врач Тиофос, ученик Аристотеля, очень ценил чистотел за его чудесные свойства. Он говорил, что эта трава от ста болезней и оставил рекомендации, как правильно ее применять..

Чистотел в малых дозах снижает кровяное давление, замедляет сердечную деятельность, успокаивает нервную систему, его принимают при неврозах, судорогах, параличах, эпилепсии, заболеваниях поджелудочной железы.

Чистотел принимают внутрь при бронхиальной астме, гастритах, туберкулезе легких, кашле полипах желудка и кишечника, раке желудка, при заболеваниях печени, желчных протоков и желчного пузыря, желчнокаменной болезни, гепатите, ревматических суставных болях.

Отваром растения промывают раны, язвы и другие кожные повреждения, моют голову при выпадении волос или обильной перхоти. Ванны из отвара чистотела являются общеукрепляющими, их применяют при нарушении обмена веществ, диатезе, зуде, сыпи, золотухе. При зубной боли прикладывают ватку, смоченную в настойке чистотела.



## Чертополох (татарник, будяк)



Он же и татарник колючий, и будяк, чертогон, репейник колючий, чертополох колючий и т. д. Всего насчитывается около 120 видов чертополоха: это и чертополох колючий, морской, курчавый, и др. В связи с множеством видов и схожестью, их часто путают в названиях, и слово чертополох теряет свою индивидуальность и приобретает общий смысл.

Чертополох (трава татарник) - двухлетнее колючее травянистое растение из семейства сложноцветных. Стебель прямостоячий, в верхней части ветвистый, высотой до 2-х метров. Листья колючие, зубчатые, цветки в колючих корзинках, имеют ярко фиолетовый цвет. Корзинки большей частью одиночные, или по несколько на верхушках стебля и ветвей.

Распространен в южных областях России, на Украине, в Белоруссии, Прибалтике, Татарии. Растет по пустырям, у дорог, около жилья, по степным и песчаным склонам.

В отечественной медицине татарник применяется в виде отвара для лечения гнойных ран, злокачественных опухолей и при лечении столбняка. Масло делают из молочного чертополоха (расторопши плямистой), из семян (выдавливают). Оно обладает ранозаживляющим, противоожоговым свойствами. Молочный чертополох также давно уже известен как средство для очищения печени.

*Чертополох символ Шотландии.* Это не простое растение с интересными легендами и историей. С одной стороны, это колючее травянистое растение, сорняк, с которым постоянно борются, а с другой - это высокопочитаемое растение, которое изображено на гербе Шотландии и является их символом, в честь которого назван рыцарский орден - чертополох. Девиз ордена - *никто не тронет меня безнаказанно.*

Говорят, что за его колючками скрывается ранимая душа, способна к самопожертвованию и взаимовыручке. В христианской символике его колючки символизируют муки Христа. Его использовали в культовых обрядах, как траву способную прогонять злых духов и вообще зло.



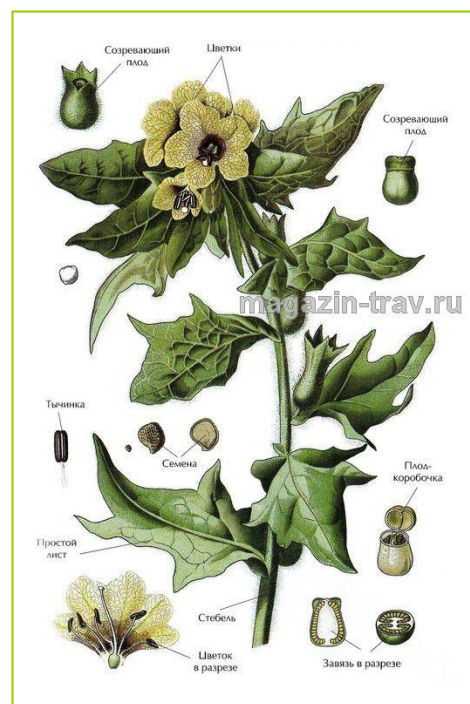
## Белена



Латинское ботаническое название рода происходит от латинизации греческого названия растения *hyoskyamos* — «свинные бобы». Растение, очень мало похожее на бобы, согласно толкованию одних авторов, названо так потому, что, если его съест свинья, оно делает её бессильной и вызывает конвульсии. По другим данным, слово «свинья», имеет здесь только пренебрежительный смысл.

Большая часть видов распространены от Канарских островов до Индии (преимущественно в странах Передней Азии), два вида распространены через всю Европу и южную Сибирь до Японии. Растёт по обочинам дорог, на пустырях, во дворах и в огородах, то есть встречается недалеко от тех мест, где живёт человек. Зарослей не образует, растёт небольшими группами.

Стебель белены толстый, с множеством волосков, высотой до 150 см. Листья удлинённые, перисто-лопастные или раздельные, реже цельные, чаще тёмно-зелёные. Цветки крупные, грязно-жёлтого цвета с фиолетовыми прожилками. Чашечка колокольчатая, при плодах увеличенная, твердеющая, с резко выдающимися жилками. Венчик воронковидный или трубчато-воронковидный, с пятилопастным, простертым отгибом, спереди с глубоким разрезом. Во время цветения от растения идет довольно неприятный запах. Даже животные, у которых гораздо чувствительнее обоняние, обходят белену стороной. Плод представляет собой коробочку или кувшинчик, открывающийся шарообразной крышечкой. Семена по внешнему виду напоминают маковые — мелкие, тёмно-коричневого цвета, появляются в конце лета. Белена — очень ядовитое растение, причём ядовиты все части растения, особенно семена. Цветы становятся токсичными в конце весны. Больше всего страдают дети, которые путают семена белены со съедобными. Симптомы отравления (спутанность сознания, жар, сердцебиение, сухость во рту, нарушение зрения и др.) проявляются уже через 15—20 минут. Белену прежде использовали в русской народной медицине для лечения зубной боли. Об этом писал, например, Г. Попов в книге «Русская народная медицина» в 1903 году.



## Вороний глаз



Воро́ний глаз четырёхли́стный, или Вороний глаз обыкновенный растёт почти по всей Европе (кроме юго-востока), в Средиземноморье и Западной Сибири, в лиственных лесах и смешанных лесах на плодородной суглинистой почве. Встречается в хвойных лесах. Предпочитает сырые, затенённые места, заросли кустарников, тенистые овраги. Распространён также в лесостепи.

Другие русские названия — воро́ньи ягоды , во́лчьи ягоды, крест-травá.

Многолетнее растение высотой 10—40 см. Корневище горизонтальное, длинное.

Стебель прямостоячий, без опушения (как и все части растения). Образует мутовку из четырёх (реже 5—6) почти сидячих листьев длиной до 10 см. Листья широкоэллиптические, с клинообразным основанием и заострённым кончиком. Цветок одиночный, находится на верхушке стебля. Цветёт вороний глаз в июле — августе. Плод — шаровидная четырёхгнездная ягода, диаметром около 1 см, блестящая, чёрная, с сизоватым налётом. Созревает в августе.

Вся надземная часть растения при первых заморозках отмирает, остаётся подземное корневище, которое следующей весной даёт новый надземный побег.

Вороний глаз четырёхли́стный содержит витамин С, флавоноиды, кумарин, органические кислоты (лимонную кислоту, яблочную кислоту), пектиновые вещества, гликозид паридин. В корневищах, листьях и плодах растения содержится ядовитый сапонин паристифин.

Растение смертельно ядовито. Особенно часто отравляются дети, которых привлекают блестящие красивые ягоды вороньего глаза. Листья действуют на ЦНС, плоды — на сердце, корневища вызывают рвоту. Симптомы отравления: боли в животе, понос, рвота, приступы головокружения, судороги, нарушение работы сердца вплоть до его остановки. Применение растения для медицинских целей запрещено.

Растение очень ядовито, но сушёные ягоды и листья применяются в народной медицине.

