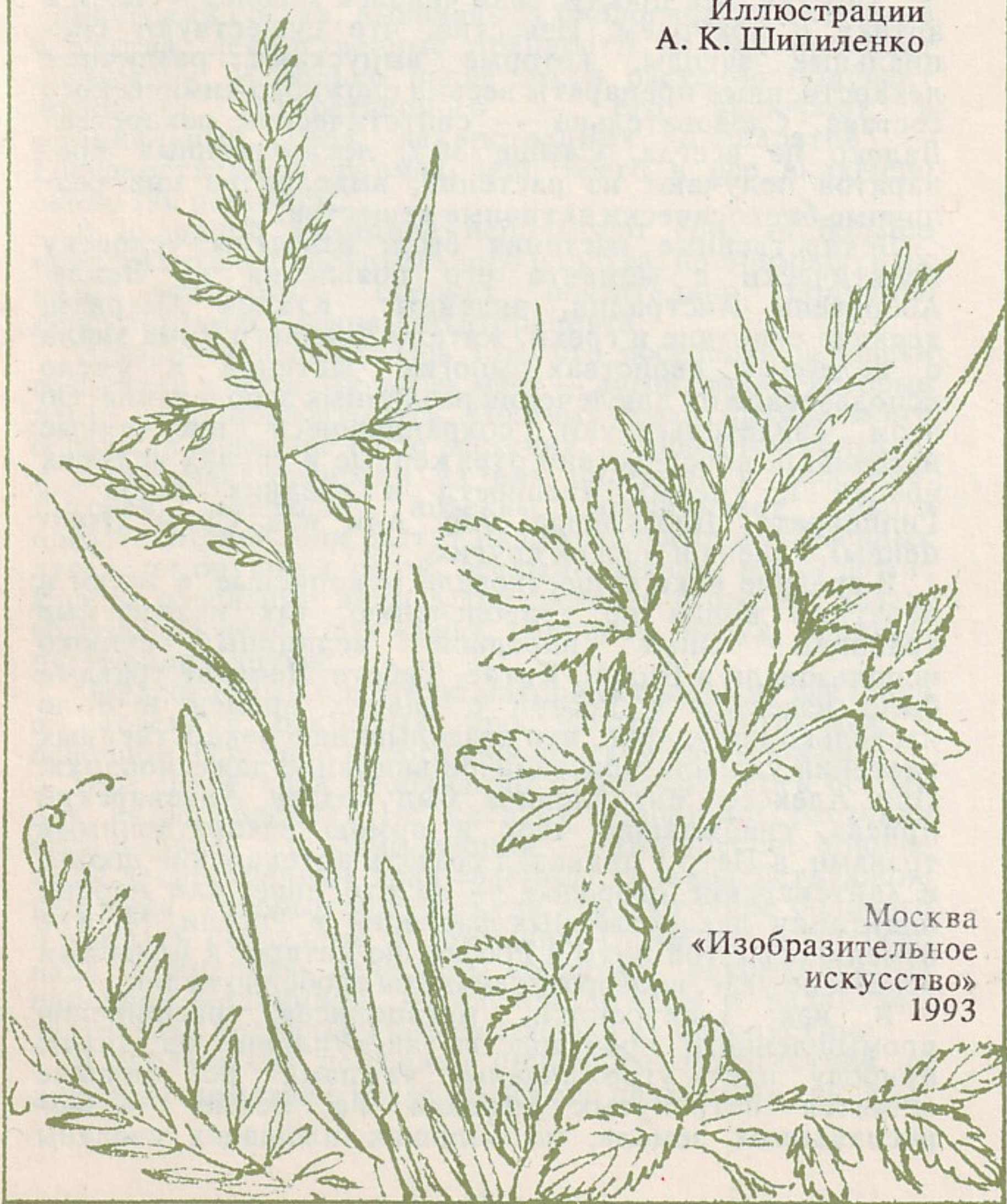


ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ ЛУГА



ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ ЛУГА

Иллюстрации
А. К. Шипиленко



Москва
«Изобразительное
искусство»
1993

Обычно мы не задумываемся, откуда берутся лекарства. Все просто: если человек заболел — идем в аптеку и покупаем. Известно, что существуют специальные заводы, которые выпускают различные лекарственные препараты весьма сложного химического состава. Следовательно — синтетические лекарства? Далеко не всегда. Свыше 30% лекарственных препаратов получают из растений, выделяя из них различные биологически активные вещества.

Лекарственные растения были известны человеку практически с момента его появления на Земле. Аборигены Австралии, индейцы Южной Америки, древние египтяне и греки, жители Древнего Рима знали о целебных свойствах многих растений и умело использовали их для лечения различных заболеваний. Об этом свидетельствуют сохранившиеся письменные источники, впоследствии отраженные в трудах великих врачей и ученых древности и средних веков — Гиппократ, Диоскорида, Абу Али ибн Сины (Авиценна), Галена и многих других.

В средние века существовали рукописные, а затем и печатные книги по траволечению, так называемые травники. Опыт народной медицины широко использовали в Индии, Китае, Тибете. Лечение травами было известно в России с давних времен и было настолько популярно, что возделыванию лекарственных растений уделяли пристальное внимание даже монархи. При Алексее Михайловиче был создан Аптекарский приказ, снабжавший двор и армию лекарственными травами, а Петр I приказал создать аптекарские школы и «аптекарские огороды» — не что иное, как первые плантации лекарственных растений в России. Много изменилось с той поры в России, но интерес к целебным травам не угас, наоборот, сейчас он особенно велик.

В век электроники, мегаполисов, расширения промышленного производства наступление на дикую природу идет угрожающими темпами. Все меньше остается нетронутых уголков на Земле — нераспаханных земель, на больших площадях сведены

леса. Золотой фонд дикорастущих лекарственных растений, увы, исчерпаем, их ресурсы постоянно сокращаются. Многие виды целебных растений занесены в Красные книги. Для того чтобы сохранить возможность получения ценных лекарств на основе растений, предпринимают различные шаги: организуют заповедники, заказники, устанавливают запреты на сбор отдельных видов, но самое главное — создают плантации лекарственных растений — их вводят в культуру. Все растения, обладающие целебными свойствами, всесторонне изучаются. Определяется их химический состав, выявляются биологически активные вещества, лекарственные препараты из них проходят испытания. И только после этого растение получает «паспорт» лекарственного — его включают в официальный свод лекарственных препаратов — Государственную фармакопею. Всего в нее включено около 190 растений.

В народной медицине используют гораздо больше представителей растительного царства, но применять их надо осторожно, следует обязательно получить консультацию у врача-фитотерапевта.

Исторически сложилось так, что поселения человека возникали вблизи открытых мест — лугов, полян, которые легче было обрабатывать. Поэтому люди прежде всего обращали внимание на те растения, которые там обитали, и постепенно отбирали из них полезные и целебные. Луговая «зеленая аптека» насчитывает много представителей, они растут на суходольных и пойменных лугах, по опушкам лесов, лесным полянам, вдоль дорог. Иногда отдельные виды встречаются в огородах, садах, вблизи человеческого жилья, например, лопух, крапива, пустырник и другие.

Предлагаемый читателю материал содержит сведения о растениях открытых пространств, обитающих в основном в средней полосе европейской части России.

При сборе трав необходимо оставлять часть особей для возобновления. Не следует собирать растения использовать для самолечения — это опасно! Многие виды лекарственных трав содержат сильнодействующие вещества, которые могут ухудшить состояние больного и вызвать серьезные осложнения. Особенно осторожно надо применять лечебные средства, рекомендуемые народной медициной, — настои, отвары и различные экстракты, поскольку передозировка их недопустима.

В заключение пожелаем приятного путешествия по лугу и знакомства с некоторыми его целебными травами.

По заболоченным лугам, около водоемов, а иногда и прямо в воде можно встретить заросли длинных (до 1 м) мечевидных листьев. Это аир болотный из семейства аронниковых, или ароидных (Araceae). Широко распространенный ныне, аир тем не менее пришелец из Индии и Китая. Во времена весьма отдаленные (XII—XIII вв.) кочевые племена завезли его в Восточную Европу. В походе всегда нужна чистая вода, и было подмечено, что там, где растет аир, она пригодна для питья. Поэтому кочевники, форсируя водные преграды, разбрасывали корневища растений, которые легко приживались на новых местах. С XVI века аир появился в Западной Европе, одичал и стал встречаться повсеместно. Аир — многолетнее растение с толстым губчатым, внутри белым, ползучим корневищем, на котором листья после отмирания оставляют характерные полулунные рубцы. Цветки зеленовато-желтые, собраны в соцветие-початок. В европейской части России аир не плодоносит, а размножается вегетативно, корневищами.

Лекарственные свойства аирного корня, главным образом его бактерицидность, известны давно. Все растение обладает специфическим приятным запахом. В научной медицине применяют спиртовые экстракты корневища для возбуждения аппетита, при желудочно-кишечных заболеваниях, а также как отхаркивающее и тонизирующее средство. Применяют аир как составную часть сбора для детских ванн при рахите и диатезе (золотухе).

Диапазон применения аирного корня в народной медицине гораздо шире — отвар корневища используют как бактерицидное средство для полоскания рта и укрепления волос; спиртовой настойкой, разбавленной водой, промывают раны. Применяют аир также при артритах, болезнях желчного пузыря, почек, печени. Порошком корневища присыпают гнойные раны и язвы. Корневище аира входит в состав различных лекарственных сборов и чаев.

Эфирное масло, получаемое из корневищ, используют в кондитерской и парфюмерной промышленности.



Бессмертник песчаный относится к семейству астровых, или сложноцветных (Asteraceae, или Compositae). Высота растения 15—30 см, иногда несколько более, оно покрыто густым шерстисто-войлочным опушением — «седоватое»; цветки — желтые, реже ярко-оранжевые, собраны в соцветия-корзинки. Цветет с конца июня до сентября. Растет на лесных полянах, лугах, по опушкам (чаще на песчаной почве), обычно куртинками, в европейской части России. Народная молва считает, что желтые соцветия растения указывают на целебные свойства бессмертника при желтухе (гепатите). Это один из случаев, когда лекарственное действие растения, приписываемое ему преданием, полностью совпало с научными данными.

Соцветия этого растения применяют с лечебными целями, в основном как желчегонное и стимулирующее работу желудка средство. Используют бессмертник также при гепатитах, гастритах и нарушении работы поджелудочной железы. Экстракты и настои бессмертника обладают тонизирующим действием, слегка повышают артериальное давление.

В народной медицине сухие соцветия цмина используют для тех же целей, иногда применяют как кровоостанавливающее при гинекологических заболеваниях, а также как мочегонное средство. Цветки цмина входят в состав многих желчегонных сборов, используемых в научной и народной медицине. Растение не токсично, препараты бессмертника не дают побочных явлений даже при длительном применении.

В быту отвар соцветий бессмертника используют как желтый краситель для тканей, а само растение применяют в композициях при составлении сухих букетов.



Валериана лекарственная — растение семейства валериановых (*Valerianaceae*) — известна многим. Это многолетнее травянистое растение с прямым полым стеблем, достигает высоты 2 м. Корневище вертикальное, короткое, с многочисленными длинными и тонкими корнями. Листья валерианы непарноперистые, раздельные, цветки мелкие, бледно-розовые, ароматные, собраны в щитковидно-метельчатые соцветия на верхушке стебля. Распространена почти по всей территории России, кроме Крайнего Севера и пустынной зоны. Растет обычно на пойменных лугах, а также по опушкам, на лесных полянах, образует много разновидностей; почти все они обладают лекарственными свойствами. Цветет валериана в мае — июле, плоды созревают в августе — сентябре.

В научной и народной медицине используют корневище растения вместе с корнями — в виде настоек, настоев, отваров, капель, таблеток. Назначают препараты при бессоннице, неврозах, сердечно-сосудистых заболеваниях, гипертонической болезни, спазмах желудка и кишечника. Валериана улучшает аппетит и обладает общеукрепляющим действием. Она входит в состав сборов и успокоительных чаев. Многие люди не переносят валериану, поэтому ее необходимо принимать под наблюдением врача и строго индивидуально, не более 1,5 месяца без перерыва, поскольку возможны различные осложнения (головные боли, беспокойство и др.).

Валериана введена в культуру, ее успешно возделывают в специальных совхозах. Медицинская промышленность выпускает брикеты из корневищ валерианы, а также упаковки с очищенными, отмытыми и высушенными корневищами, которые используют для приготовления отвара. Валериана входит как составная часть в препараты корвалол и валидол.



Природа часто подсказывает нам изысканные цветовые сочетания. Проходя мимо ржаного или пшеничного поля, можно увидеть чуть ниже начинающих желтеть колосьев яркие синие цветки. Необыкновенно красиво! Это василек синий, одно- или двулетнее растение семейства астровых, или сложноцветных (*Asteraceae*, или *Compositae*), высота его 25—60 см. Корень тонкий, стержневой, листья линейно-ланцетные, с паутинистым опушением. Цветет в июне — сентябре. Через некоторое время после зацветания цветки розовеют, а затем белеют — разлагаются антоциановые пигменты, придающие чудесную окраску цветкам растения. На хлебном поле василек нежелательный гость — сорняк. Кроме полей он растет и на суходольных лугах, почти по всей средней полосе европейской части России.

Растение известно с древности. В частности, его, согласно преданию, применял легендарный врачеватель — кентавр Хирон. Василек — не только сорное, но и лекарственное растение. Красивые цветки входят в состав мочегонных сборов, особенно при отеках почечного и сердечного происхождения, используют их как легкое желчегонное и противовоспалительное средство, а также как спазмолитическое при болезнях печени.

В народной медицине применяют отвар цветков василька (иногда в смеси с другими целебными растениями) при различных воспалительных заболеваниях глаз, зрительной утомляемости. Примочки с отваром используют при фурункулезе, экземе, трофических язвах, маточных кровотечениях. Отвары и настои применяют с осторожностью, поскольку цветки василька синего слабоядовиты. Противопоказан при беременности.

Полезные свойства растения не исчерпываются лекарственным значением. Василек синий — прекрасный медонос, его мед зеленовато-желтого цвета, с приятным миндальным запахом и горьковатым привкусом.



Н а лугах с кислой торфянистой почвой, по опушкам лесов, преимущественно сосновых, часто встречается вероника лекарственная — низкорослое растение высотой 10—35 см. Этот многолетник с ползучим, опушенным стеблем относится к семейству норичниковых (*Scrophulariaceae*). Цветки у нее светло-фиолетовые, в рыхлых кистях, цветение длительное, с июня по сентябрь. Вероника лекарственная широко распространена в европейской части России.

Прежде это растение широко применяли в научной медицине, ныне используют ограниченно, главным образом при заболеваниях верхних дыхательных путей и бронхиальной астме. Заваривают облиственные верхушки растений и пьют полученный настой.

В народной медицине веронику применяют как болеутоляющее, кровоостанавливающее, ранозаживляющее и отхаркивающее средство, при пониженном аппетите, поносах, заболеваниях печени, бессоннице, ревматизме, в климактерическом периоде. Эффективно применение вероники при различных кожных заболеваниях и фурункулезе. Ранее настоем растения использовали также при туберкулезе, сахарном диабете и некоторых злокачественных новообразованиях. В Западной Европе (во Франции) трава вероники лекарственной — незаменимый компонент лекарственной чайной смеси. Противопоказаний к применению настоев вероники нет.



Внешне это растение нисколько не напоминает змею, но его корневище, причудливо изогнутое, имеет вполне змеевидную форму. Латинский видовой эпитет «bistorta» означает «дважды скрученный». Корневище растения несколько сплющено, темно-красного цвета, а на его поверхности находятся складки, придающие ему сходство с раковыми «шейками» — отсюда происходят оба синонима основного названия. Лекарственные свойства растения известны еще со времен Гиппократов.

Горец змеиный — многолетнее травянистое растение семейства гречишных (Polygonaceae). Высота его 30—100 см. Стебель растения неветвистый, относительно прямой, оканчивается плотным колосовидным соцветием из мелких розовых цветков. Цветет с мая по июль. В европейской части России горец образует заросли на сырых пойменных лугах, по берегам водоемов, реже встречается на лесных полянах. Густые заросли раковых шеек чрезвычайно декоративны во время цветения.

В научной медицине настои и отвары корневища применяют как противовоспалительное и вяжущее средство, особенно при кишечных заболеваниях; наружно их используют для полосканий ротовой полости при различных воспалительных процессах, лечения ран, фурункулеза, при некоторых гинекологических расстройствах. Измельченные корневища горца входят в состав вяжущих желудочных чаев.

В народной медицине используют отвары горца. Их принимают внутрь в качестве сильного кровоостанавливающего средства, а также при воспалении мочевого пузыря и желчно-каменной болезни. Противопоказаний к применению горца змеиного нет.

Хороший медонос; растение используют также как дубильное и красильное.

SOHNIA LERAPCTIBITIA
MELILOTUS ORIGINALIS



В жаркий июльский полдень на некошеном лугу ветерок внезапно приносит сильный медвяный запах. Ну конечно же, это заросли донника, одного из лучших медоносов. Донник лекарственный, двулетнее растение семейства бобовых (*Fabaceae*), кустистое, с тройчатыми листьями, высотой до 1 м, с мелкими желтыми цветками в рыхлых пазушных соцветиях. Цветет в июне — сентябре. Широко распространен в средней полосе европейской части России, на Кавказе и в Сибири, на лугах, сухих пустырях, обочинах дорог и по краям полей.

В научной медицине используют облиственные верхушки растений с цветками. Стебли почти не содержат биологически активных веществ. Донник рекомендуют применять как противосудорожное и сердечно-сосудистое средство. В составе сборов его применяют для лечения ревматизма, невралгии, мигрени, рекомендуют в климактерическом периоде. Донник обладает также ветрогонным и слабительным действием, способствует ликвидации побочных последствий лучевой терапии. Используют его и в составе смягчительных сборов при простудных заболеваниях. Близкий вид — донник белый (*M. album*) обладает сходными целебными свойствами.

В народной медицине настои и отвары донника рекомендуют для лечения фурункулеза, гнойных язв, ревматизма. Припарки из травы растения использовали для отвлекающих пластырей. Донник лекарственный — ядовитое растение, применять его можно только после консультации с врачом-фитотерапевтом.

Кроме лекарственных целей донник используют в пищевой и кондитерской промышленности. Оба вида донника возделывают в культуре как кормовые растения. Мед с цветков донника душистого светло-янтарный, обладает высокими вкусовыми качествами.



Существуют растения, официально не включенные в фармакопею, однако пользующиеся устойчивой славой лекарственных с давних пор и применяемые в народной медицине. К ним относится, например, дымянка лекарственная, однолетнее, а иногда и двулетнее растение семейства маковых (Papaveraceae), включаемая некоторыми ботаниками в семейство дымянковых (Fumariaceae). Ничего общего с посевной, или садовой, руттой дымянка не имеет. Высота растения 20—30 см; все покрыто серовато-зеленым восковым налетом. Листья двоякоперистые, цветки — розово-фиолетовые, неправильной формы. Цветет с июня по октябрь. Дымянка встречается по всей европейской части России, кроме Арктики, а также на Кавказе и юге Западной Сибири, на залежных лугах, полях, огородах, иногда как сорное растение в посевах.

Народные целители применяли настои и настойки травы дымянки как мочегонное, потогонное и улучшающее перистальтику кишечника средство. В некоторых странах, например в Болгарии, народные медики используют дымянку для лечения гепатита (желтухи), а при кожной сыпи и лишаях рекомендуют наружно свежий сок растения. Трава дымянки обладает и обезболивающим действием, хороша как общеукрепляющее средство. Применяют ее также при язве желудка и метеоризме. В сборах ее используют совместно с другими лекарственными растениями при заболеваниях верхних дыхательных путей и пороках сердца. Считают, что противопоказаний к применению дымянки нет, однако самолечением заниматься не следует, необходимо посоветоваться с врачом-фитотерапевтом.



ЗВЕРОБОЙ ПРОДЫРЯВЛЕННЫЙ, ИЛИ ОБЫКНОВЕННЫЙ

HYPERICUM PERFORATUM

Немало легенд связано у разных народов с этим растением. Ему даже приписывали волшебные свойства. Исстари зверобой, относящийся к семейству клузиевых (Clusiaceae), широко применяют как лекарственное средство. Растение высотой 30—70 см; листья супротивные с просвечивающими черными точками — железками. Есть они и на цветках растения, собранных в щитковидные метелки. Из-за этих железок листья и лепестки зверобоя имеют вид продырявленных, отсюда и название вида. Цветет с июня по август. Давно заметили, что жвачные животные белые или бело-пятнистые, поедая зверобой в яркие солнечные дни, страдают от кожного зуда, а в последующем — от язв и воспалений кожи, а иногда гибнут — отсюда название «зверобой». Растение повышает чувствительность непигментированных животных к действию прямого солнечного света. Растет он по сухим лугам, вырубкам, светлым лесным полянам почти по всей территории европейской части России, на Кавказе, в Западной Сибири и горах Средней Азии. Обычен в средней полосе России. Некоторые виды зверобоя целебны.

Используют облиственные верхушки растения с соцветиями. Настои и настойки применяют широко для лечения неврозов, желудочно-кишечных заболеваний (язвенная болезнь, гастриты), при головных болях, радикулите. Зверобой обладает также болеутоляющим, вяжущим, кровоостанавливающим, противоспазматическим, противовоспалительным и мочегонным действием. Настойка зверобоя повышает секрецию желудка и улучшает аппетит.

В народной медицине его используют при трофических язвах, туберкулезе, аллергии, злокачественных новообразованиях, гипертонии, гинекологических недомоганиях, геморрое. Растение входит в состав различных лечебных чаев и сборов; из него готовят настои для полоскания, орошения и ванн. Зверобойную мазь и порошок травы используют для заживления ран и пролежней. Зверобойный чай повышает защитные функции организма.

При передозировке трава зверобоя может вызвать ощущение горечи во рту и снижение аппетита.

Используют зверобой в быту и как красильное растение, окрашивающее ткани в желтовато- и зеленовато-бурый цвет.



Золотая розга — многолетнее стройное травянистое растение семейства астровых, или сложноцветных (Asteraceae, или Compositae), с довольно высоким, иногда красноватым стеблем, 60—120 см, и желтыми цветками, собранными в длинную, до 40 см, рыхлую прямую метелку. Листья золотарника с хорошо выраженным жилкованием. Внешний вид растения как нельзя лучше отвечает названию. Цветет золотая розга с июля до поздней осени. Обычна в европейской части России, на Кавказе, в Западной Сибири и горах Средней Азии. Обитает на лугах разного типа — лесных, степных, альпийских, на тенистых лесных полянах, по склонам холмов и оврагов. Заросли образует редко.

В научной медицине используют траву (верхушки стеблей) близкого к золотой розге вида — золотарника канадского (*Solidago canadensis*), родом из Северной Америки и завезенного в Европу еще в XVII веке. Это растение встречается как одичавшее в европейской части России и на Кавказе. Препараты из золотарника канадского применяют при мочекаменной и почечно-каменной болезнях.

Целебные свойства золотой розги требуют дополнительного изучения; только после этого официальная фармакопея может пополниться еще одним подарком лугов.

На Руси издавна применяли настой золотой розги для лечения почечно-каменной болезни, при воспалении мочевого пузыря, а также как мочегонное и болеутоляющее средство. Рекомендуют настои при ревматизме, подагре, болях в желудке и расстройствах кишечника. Растение ядовито, поэтому использовать его надо осторожно, посоветовавшись с фитотерапевтом.



Кипрей узколистный — многолетнее травянистое растение семейства кипрейных (Onagraceae) с мощным ползучим корневищем; достигает высоты 2 м. Стебли растения с очередными темно-зелеными листьями, покрытыми снизу сизоватым «налетом» — опушением. Цветки розово-малиновые, собраны в длинные верхушечные кисти длиной 10—45 см; стебель и цветоносы также иногда окрашены в этот цвет. На залежных лугах и старых вырубках, по гарям в июле полыхают султаны иван-чая. Особенно обильны его заросли на песчаных и торфянистых почвах, вблизи сосновых боров, а также по светлым лесам, осушенным болотам, железнодорожным насыпям. Иван-чай распространен широко в средней полосе России.

В медицине используют верхнюю часть растения с соцветиями и листьями. Настой иван-чая обладает противовоспалительным, успокаивающим и вяжущим действием, поэтому его применяют при различных заболеваниях желудочно-кишечного тракта и неврозах.

Народные лекари рекомендуют водный настой кипрея от головной боли, при язвенной болезни, гастритах и колитах, отвары считают эффективными при золотухе, а порошком из листьев присыпают раны. В тибетской медицине кипрей используют как снотворное и при головных болях. Считают, что иван-чай в составе некоторых сборов помогает при лечении злокачественных новообразований.

В прошлом цветки и листья иван-чая употребляли после ферментации и сушки как заменитель чая (отсюда одно из народных названий); корневища, имеющие сладковатый вкус, в размолотом виде добавляли в муку. Кипрей славится также как один из лучших медоносов.



Достоинства этого типичного лугового растения многочисленны и разнообразны: хороший медонос, дает один из лучших сортов меда, прекрасное кормовое растение (введен в культуру), фиксатор азота, кроме этого, оно обладает еще и лекарственными свойствами.

Луговой клевер относится к семейству бобовых (Fabaceae), это многолетнее травянистое растение высотой 15—40 см со стержневым корнем и тройчатыми, как и у всех клеверов, листьями. Цветки лилово-красные, реже темно-пурпуровые или белые собраны в шаровидные соцветия (головки). Цветет растение в мае — сентябре. Клевер создает устойчивый луговой покров. Широко распространен в европейской части России, Сибири, на Кавказе, Дальнем Востоке (как заносное растение) и в Средней Азии по лугам, полянам, в зарослях кустарников и по опушкам лесов.

Согласно опыту народной медицины, настои и отвары верхней части растения (головчатые соцветия с верхушечными листьями) следует применять как потогонное, мочегонное, отхаркивающее (при лихорадке и простуде) и бактерицидное средство. Используют настои и отвары клевера при отеках сердечного и почечного происхождения, ревматизме, воспалении мочевого пузыря. Припарки с отваром листьев прикладывают к опухолям и ранам, а свежий сок растения используют для лечения аллергических заболеваний.

Противопоказания при использовании клевера не обнаружены, но напоминаем, что, прежде чем применять народные рецепты, необходимо проконсультироваться с врачом-фитотерапевтом.



Видовой эпитет «скипетровидный» как нельзя лучше подходит к этому представителю семейства норичниковых (Scrophulariaceae). Длинные кистевидные соцветия действительно несколько напоминают царский скипетр. Коровяк скипетровидный — двулетнее травянистое растение высотой 0,5—1,5 м, листья его продолговато-эллиптические или яйцевидно-ланцетные. На фоне темной зелени желтые соцветия коровьяка выглядят очень декоративно. Цветет растение в июне — июле. Встречается не очень часто, но зато группами, обычно на песчаных почвах, по лугам и опушкам. Распространено в европейской части России, чаще всего его можно встретить в областях к югу и юго-востоку от Москвы.

Ранее он входил в Государственную фармакопею СССР, теперь применяется только в народной медицине. Используют сухие соцветия коровьяка. Препараты коровьяка обладают мягчительным, противовоспалительным и отхаркивающим действием, снимают отеки, уменьшают боли. Настойку цветков коровьяка используют для натирания при невралгии; порошок сухих цветков — для присыпания ран и язв. Отваром цветков моют голову при перхоти и облысении. Настой цветков используют для полоскания полости рта и лечебных ванн при диатезе (золотухе). В составе сборов коровяк применяют при различных заболеваниях верхних дыхательных путей, а также эмфиземе и воспалении легких. Цветки растения входят в состав грудных чаев. Противопоказания неизвестны.



КРОВОХЛЕБКА ЛЕКАРСТВЕННАЯ, ИЛИ АПТЕЧНАЯ
SANGUISORBA OFFICINALIS

Н а лугах, чаще заливных, а также полянах и берегах водоемов можно встретить удивительное растение. Его головчатое, иногда колосовидное, плотно сбитое темно-красное соцветие напоминает запекающуюся кровь. Это кровохлебка лекарственная, многолетнее травянистое растение семейства розовых, или розоцветных (Rosaceae), высотой 30—90 см. Листья растения непарноперистые, остропильчатые, сверху темно-зеленые, а снизу — сизо-зеленые. Корневище горизонтальное, с крупными корнями. Цветет с июня до августа. Кровохлебка распространена в европейской части России (в северных областях редко), Сибири, Средней Азии и на Дальнем Востоке.

Для медицинских целей используют высушенные куски корневищ с корнями. Настои и отвары корневищ кровохлебки обладают бактерицидным, вяжущим и сильным кровоостанавливающим действием. Особенно хорошо помогают они при амёбной дизентерии. В научной медицине применяют экстракт и отвар корневищ кровохлебки при различных желудочно-кишечных заболеваниях, как кровоостанавливающее средство, при геморроидальных и маточных кровотечениях, а также при закупорке (тромбозе) кровеносных сосудов конечностей. Наружно ее применяют для лечения трофических язв, ожогов, в виде вяжущих полосканий полости рта при стоматитах, а также при некоторых гинекологических заболеваниях.

В народной медицине отвары и настои корневищ (иногда соцветий и надземной части) используют как болеутоляющее, противовоспалительное, кровоостанавливающее и вяжущее средство. Препараты кровохлебки противопоказаны при беременности.



Э то растение с давних пор известно своими целебными свойствами не только в России, но и в Западной Европе, где входило еще в средневековые травники. Лапчатка прямостоячая, или калган, многолетнее травянистое растение семейства розовых, или розоцветных (Rosaceae), высотой 15—50 см. Стебли калгана прямостоячие (отсюда видовое название), стеблевые листья сидячие, тройчатые, реже пальчатые, крупнопильчатые. Цветки ярко-желтые, но в отличие от всех иных представителей рода их венчик с четырьмя лепестками, а не с пятью. Корневище калгана толстое, короткое, деревянистое. Цветет растение с середины мая до осени. Распространено повсеместно в европейской части России (кроме южных районов) по сыроватым лугам, полянам, опушкам и вырубкам. Встречается лапчатка прямостоячая и на суходольных лугах, но там ее корневища мельче.

В научной и народной медицине используют вяжущие, противовоспалительные, бактерицидные и кровоостанавливающие свойства корневищ калгана. Из них готовят отвары и спиртовые настойки. Рекомендуют их при воспалительных заболеваниях пищеварительного тракта, сопровождающихся расстройствами кишечника, а также при кровотечениях различного происхождения. Настойки и отвары используют также наружно в виде компрессов, при мокнущих ранах, трещинах кожи, экземе, для полосканий полости рта, в виде промываний и спринцеваний при гинекологических недомоганиях. Отвар для наружного применения должен быть в 2—3 раза концентрированнее, чем для внутреннего.

Корневища лапчатки прямостоячей используют также для окраски тканей в красный и черный цвета и в дубильной промышленности. Корневища лапчатки прямостоячей входят в состав многих лекарственных сборов и вяжущих чаев.

Медицинская промышленность выпускает брикеты корневищ лапчатки прямостоячей. Побочных действий настои и отвары не вызывают, но не следует их принимать внутрь при нормальной работе кишечника — они обладают сильным закрепляющим действием.



ЛОПУХ БОЛЬШОЙ, РЕПЕЙНИК

ARCTIUM LAPPA

Лопух относится к семейству астровых, или сложноцветных (Asteraceae, или Compositae). Травянистый многолетник высотой 60—120 см, с прямостоячим стеблем, очень крупными черешковыми сердцевидными листьями. Цветки в темно-пурпурных корзиночных соцветиях, образующих щитки. Все растение сильно опушено, особенно корзиночки. Цветет в июне-июле. Так называемое рудеральное (мусорное) растение, повсеместно обитающее вблизи человеческого жилья — в огородах, на лугах, у дорог, в полях.

Лопух большой — одно из наиболее излюбленных растений, применяемых в народной медицине. Используют корни лопуха, реже его листья и плоды. Настои листьев применяют при болезнях почек и желчного пузыря, болях в суставах, расстройствах кишечника (запорах), сахарном диабете. Есть сведения, что препараты лопуха эффективны при лечении злокачественных новообразований. Свежие листья лопуха используют как жаропонижающее средство, а также при ревматизме, мастопатии и для заживления ран. Отвары лопуха и репейное масло применяют наружно для лечения кожных болезней и укрепления волос при облысении. Побочные действия при использовании лопуха неизвестны.

Растение — прекрасный медонос: с 1 га зарослей лопуха пчелы собирают до 600 кг меда.



МАТЬ-И-МАЧЕХА

TUSSILAGO FARFARA

Еще не успел стаять снег, а на обнажившихся пригорках появились золотисто-желтые цветки — зацвела мать-и-мачеха. У этого растения интересная особенность — оно цветет до появления листьев. Точнее, листики на стебле есть, но они мелкие, в виде фиолетово-пурпурных чешуек, а основные, прикорневые листья, собранные в розетку, отрастают позднее, после цветения. Нижняя сторона их мягкая, с беловойлочным опушением, — «мать», верхняя, голая, холодная, — «мачеха», отсюда название растения. Это растение семейства астровых, или сложноцветных (Asteraceae, или Compositae), высотой 15—25 см, распространено широко, почти по всей территории России, на лугах, глинистых склонах, холмах. Трудноискоренимый сорняк; размножается не только семенами, но и вегетативно, даже небольшими участками корневищ.

Для медицинских целей собирают листья и цветки растения. Мать-и-мачеха входит в фармакопеи многих стран. Листья растения обладают мягчительным, отхаркивающим, противовоспалительным, потогонным, ранозаживляющим, желчегонным и легким противоспазматическим действием.

В народной медицине настой листьев применяют для лечения заболеваний дыхательных путей, они входят также в состав грудных сборов и потогонных чаев. Размятые свежие листья прикладывают к нарывам и фурункулам, а высушенные и растертые в порошок — для присыпания ран и язв. Настоем листьев и цветков полощут горло при ангине. Листья с цветками в виде отвара используют при воспалении слизистой оболочки желудка. Отваром мать-и-мачехи вместе с листьями крапивы двудомной моют голову при выпадении волос и перхоти.

Мать-и-мачеха — один из самых ранних медоносов.



Нет спору — красив одуванчик на газонах, но это с точки зрения городского жителя. Тем же, кто живет в деревне, он известен как один из наиболее трудноискоренимых сорняков. Одуванчик — многолетнее травянистое растение семейства астровых, или сложноцветных (*Asteraceae*, или *Compositae*), высотой 10—50 см. Листья растения ланцетные, по краю крупнозубчатые, образуют прикорневую розетку. Цветки язычковые, ярко-желтые, собраны в корзинки. Цветочная стрелка голая, полая внутри. Корни мощные, стержневые, длиной до 15—20 см, уходящие вертикально вниз, с ответвлениями. Все вегетативные части растения содержат горький млечный сок. Цветет одуванчик в мае — июле. Самое обыкновенное растение, распространенное повсеместно, обычно в местах с нарушенной естественной растительностью, на слабозадерненных почвах, часто вблизи жилья.

В медицине используют корни одуванчика и надземную часть (листья). Корни собирают осенью, листья — летом. Одуванчик улучшает аппетит, нормализует деятельность пищеварительного тракта. Особенно часто растение используют как слабительное. Настои корней и травы обладают мочегонным, желчегонным и противовоспалительным действием; их применяют при желтухе (гепатите), воспалении желчного пузыря и желчно-каменной болезни.

Согласно рецептам народной медицины, настой растения пьют при неврозах, атеросклерозе, малокровии, он оказывает тонизирующее и успокаивающее действие. Целебные свойства одуванчика помогают при подагре, ревматизме, геморрое, фурункулезе. Молодые листья одуванчика используют для приготовления витаминного салата. Сок растения применяли ранее для избавления от веснушек и бородавок.

Одуванчик — один из ранних медоносов, его мед золотисто-желтого цвета, густой, ароматный, но не очень приятный на вкус.



Листья этого растения чрезвычайно схожи с рябиновыми, за что пижма и получила свое второе название. Пижма обыкновенная — многолетнее травянистое растение семейства астровых, или сложноцветных (Asteraceae, или Compositae), высотой 50—120 см. Цветки растения желтые, трубчатые, собраны в корзинки, а те, в свою очередь, в густые щитковидные соцветия. Цветет пижма в июле — сентябре. Распространена в средней полосе европейской части России, в Западной Сибири и Казахстане. Больших зарослей не образует, но встречается повсеместно в достаточном количестве. Растение лесной и лесостепной зоны. Обычна на суходольных лугах, часто образует заросли в местах с нарушенной естественной растительностью.

В научной медицине используют цветочные корзинки, собранные в начале цветения. Препараты из цветков пижмы используют как желчегонное (применяют при гепатите и холецистите) и противоспазматическое средство. Настой соцветий усиливает амплитуду сердечных сокращений, замедляет ритм сердца.

В народной медицине настой соцветий пижмы применяют для лечения неврозов, эпилепсии, заболеваний дыхательных путей, туберкулеза, головной боли. Применяют ее и как желчегонное средство.

Препараты пижмы не следует применять во время беременности, поскольку растение слабоядовито. Пижма обладает антигельминтным (противоглистным) и инсектицидными свойствами, ее используют против моли, клопов, блох и мух.



П одорожник большой — многолетнее травянистое растение семейства подорожниковых (*Plantaginaceae*) высотой 10—30 см, иногда несколько более. Корни многочисленные, шнуровидные, мочковатые. Листья яйцевидные, цельнокрайные, образуют розетку; на длинном цветоносе расположены мелкие невзрачные цветки, собранные в колосовидное соцветие. Цветет со второй половины июня до сентября. Один экземпляр подорожника дает несколько тысяч семян, которые во влажной атмосфере, особенно осенью, разносятся на обуви и колесах транспорта далеко за пределы обитания. Подорожник неприхотлив и поселяется повсеместно — на лугах, полях, вблизи жилья, вдоль дорог (отсюда название).

Препараты из листьев подорожника обладают многосторонним целебным действием. В научной медицине их применяют как противовоспалительное, снотворное, обезболивающее, ранозаживляющее, бактерицидное и противоаллергическое средство. Отвар из листьев применяют при бронхитах, туберкулезе и других заболеваниях дыхательных органов, заболеваниях желудочно-кишечного тракта, в том числе при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, при воспалении почек. Спиртовой экстракт листьев растений понижает артериальное давление. Отхаркивающее действие подорожника используют в грудных сборах.

В народной медицине настой листьев рекомендован при сенной лихорадке (аллергии), горячке, поносе, геморрое, при воспалении мочевого пузыря, раке желудка и легких. Свежие листья прикладывают к фурункулам, ранам и порезам. Мазь с порошком сушеного подорожника — эффективное средство для лечения гнойничковых заболеваний кожи. Нельзя употреблять препараты подорожника при гастритах и язвенной болезни желудка с повышенной кислотностью.



Полынь обыкновенная относится к семейству астровых, или сложноцветных (Asteraceae, или Compositae). Многолетнее травянистое растение высотой 0,5—1,5 м с многоглавым корневищем и ветвистыми корнями. Стебель прямой, более или менее опушенный; листья дваждыперисторассеченные, опушены только с нижней стороны («седые»), а сверху — голые, темно-зеленые. Цветки мелкие, красноватые, собраны в маленькие корзинки, образующие метельчатые соцветия. Цветет полынь с июня по сентябрь. Как и лопух, полынь обыкновенная — наиболее обычное рудеральное растение, обитающее на всей территории России от западных границ до верховьев Енисея. Растет вдоль дорог, по опушкам лесов, на нарушенных лугах, выпасах, полях, часто заселяет брошенные человеком земли.

В медицине используют облиственные верхушки растения, собранные во время цветения, и корни, заготовленные осенью.

Полынь улучшает аппетит и пищеварение; обладает тонизирующим, успокаивающим, кроветворным, антигельминтным, ранозаживляющим, желчегонным и мягким слабительным действием. Ее используют при истощении, бессоннице, различных неврозах, простудных заболеваниях, малярии, гриппе и эпилепсии. Препараты из полыни нормализуют менструальный цикл и помогают при различных гинекологических недомоганиях. В смеси с травой чабреца (тимьяна) полынь используют для лечения алкоголизма. Трава полыни входит в состав курения от астмы.

В народной медицине полынь применяют, кроме того, как ветрогонное средство, а также в виде компрессов и примочек при ушибах. Она входит в состав различных аппетитных чаев и лекарственных сборов. Все препараты полыни противопоказаны будущим матерям.



ПЫРЕЙ ПОЛЗУЧИЙ
ELYTRIGIA REPENS

Э тот трудноискоренимый сорняк более всего знаком садоводам и огородникам. Избавиться от него чрезвычайно сложно — даже из маленьких кусочков корневища отрастают новые особи растения. Пырей — многолетнее травянистое растение семейства злаковых, или мятликовых (Poaceae), со стеблем-соломиной высотой 50—125 см и тонким шнуровидным горизонтальным корневищем. Листья пырея линейные, голые; цветки мелкие, зеленые, в многоцветковых колосках, расположенных двумя рядами на оси колоса. Цветет в июне-июле. Широко распространен на лугах, вдоль дорог, около кустарников, а также на полях, в садах и огородах.

Используют траву и корневища растения. Корневища пырея в научной медицине применяют как мочегонное, потогонное и отхаркивающее средство, обладают они и легким слабительным действием.

Сок свежих листьев пырея в народной медицине используют для лечения простуды, бронхита, воспаления легких, моче- и желчно-каменной болезни, остеохондроза, фурункулеза. Целебные ванны с настоем травы пырея полезны при диатезе (золотухе), геморрое и рахите.

Растение хорошо известно кошкам и собакам — именно эту травку прикусывают они при своих недомоганиях. Корневищами пырея любят лакомиться медведи, их сладковатый вкус привлекает косолапых.

Пырей — ценное кормовое растение, все сельскохозяйственные животные охотно поедают молодые побеги до колошения.



Некоторые лекарственные растения не могут похвастаться броской внешностью. К их числу относится и сушеница топяная, представитель семейства астровых, или сложноцветных (Asteraceae, или Compositae). Это невысокое, от 10 до 30 см, растение с удлинёнными, линейно-ланцетовидными листьями. Цветки ее мелкие, желтовато-коричневые, в яйцевидных корзинках, собранных группами. Все растение покрыто густым беловойлочным опушением. Сушеница топяная растет в лесной и лесостепной зонах по всей европейской части России, в Сибири, на Кавказе и Дальнем Востоке, по сырым и залежным лугам, заболоченным берегам рек, встречается на болотах, ее можно увидеть на огородах с избыточно увлажненной почвой и картофельных полях.

Для лекарственных целей собирают надземную часть растения. Сушеница хорошо заживляет раны, помогает больным гипертонией I и II степеней, обладает желчегонным и противоязвенным действием. Настои травы используют при сахарном диабете. Есть сведения, что растение полезно при туберкулезе. Наружно препараты сушеницы топяной используют при эрозии шейки матки.

В народной медицине сушеницу чаще применяют наружно для заживления ран, язв, порезов и ожогов, в виде компрессов, примочек, ванн и орошений. Не рекомендуют препараты сушеницы при слишком высоком артериальном давлении и закупорке вен (тромбофлебите).



Тимьян ползучий — многолетний полукустарничек семейства губоцветных (Labiatae), высотой до 15 см. Стебель растения стелющийся, местами укореняющийся, деревянистый, с восходящими веточками. Листья мелкие, овальные или ланцетовидные, на коротких черешках, с железками, наполненными эфирным маслом. Цветки розово-фиолетовые, в ложных мутовках, образуют прерывистое головчатое соцветие. Цветет в зависимости от обитания с конца мая до конца лета. Широко распространен по открытым песчаным местам, на остепненных лугах, полянах сухих сосновых лесов в европейской части России, Сибири; изолированные участки произрастания тимьяна есть на Кавказе и Дальнем Востоке. Растение очень душистое, ранее его использовали как составную часть курений при богослужениях.

В медицине используют облиственные веточки. Настои, отвары и экстракт чабреца назначают при острых и хронических заболеваниях дыхательных путей, бронхиальной астме и туберкулезе. Тимьян ползучий — великолепное бактерицидное средство, кроме этого, он обладает еще и противосудорожным, успокоительным, болеутоляющим, ранозаживляющим и антигельминтным действием.

В народе чабрец применяют при невралгии, различных неврозах, как мочегонное и противогипертоническое средство, а наружно используют для ванн, компрессов и примочек при болях в суставах, мышцах и невралгии. Нельзя применять препараты тимьяна людям, страдающим болезнями почек и печени, язвой желудка. Противопоказан он и будущим матерям.

Тимьян используют в парфюмерии и при консервировании.

Растение — один из лучших медоносов. Пчелы собирают с чабреца необыкновенно душистый мед.



ТЫСЯЧЕЛИСТНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

ACHILLEA MILLEFOLIUM

Э то растение мы знаем с детства. Тысячелистник почему-то всегда привлекает внимание детей: хотят сорвать его, да не тут-то было — стебель слишком прочный. После этих попыток руки пахнут довольно приятно.

Тысячелистник — многолетнее травянистое растение семейства астровых, или сложноцветных (Asteraceae, или Compositae). Корневище ползучее, шнуровидное. Стебель высотой 20—60 см, опушенный. Листья двоякоперисторассеченные. Цветки белые (иногда розовые), ароматные, в мелких корзинках, собранных в щитковидные соцветия. Цветет растение с июня по сентябрь. Растет по всей территории России, кроме Крайнего Севера, северо-восточных и пустынных районов, на лугах различных типов, а также по окраинам полей, обочинам дорог.

В научной медицине лекарственное значение имеют цветки, стебли и листья растения. Настои тысячелистника обладают общеукрепляющим, противоспазматическим, противовоспалительным, болеутоляющим и кровоостанавливающим действием. Помогают они при желудочно-кишечных заболеваниях, особенно при язвенной болезни, способствуют улучшению обмена веществ. Действующие вещества тысячелистника нормализуют и увеличивают свертываемость крови, обладают противоаллергическими свойствами. Входят во многие сборы и аппетитные чаи.

В народной медицине тысячелистник чаще применяют для заживления ран и при кровотечениях, а также при ревматизме, истощении и туберкулезе.

Будущим матерям тысячелистник противопоказан. Растение используют в пищевой промышленности.



Анютины глазки знает каждый — нежная, неодинаковая окраска лепестков у цветков этого растения еще в начале прошлого века привлекала внимание любителей-селекционеров. Так дикорастущая фиалка трехцветная стала родоначальницей великого множества форм и расцветок садовых анютиных глазок. Фиалка трехцветная — одно- или двулетнее растение семейства фиалковых (*Violaceae*), высотой 10—30 см. Стебель у нее ветвящийся, внутри полый. Листья простые, очередные, по краю городчатые. Нижние листья на длинных черешках, округло-сердцевидные. Цветки одиночные, неправильные; лепестки разноцветные, верхние — фиолетовые разных оттенков, нижние — желтые или белые, с темными черточками. Цветет растение с конца апреля до осени. Распространено по лугам, полям, огородам (как сорное) по всей европейской части России и кое-где за ее пределами, как правило, в лесной зоне.

Собирают надземную часть растения летом. Настои фиалки обладают отхаркивающим и мочегонным действием, брикеты из травы растения можно купить в специализированных аптеках.

В народной медицине анютины глазки применяют шире — как успокоительное, мочегонное, потогонное и противовоспалительное средство, а также при различных кожных заболеваниях (сыпи, экземы). Примочки и ванны с травой фиалки рекомендуют детям при диатезе. Отвары травы применяют также как кровоочистительное средство.

Не следует применять растение при желтухе (гепатите) и болезнях почек.



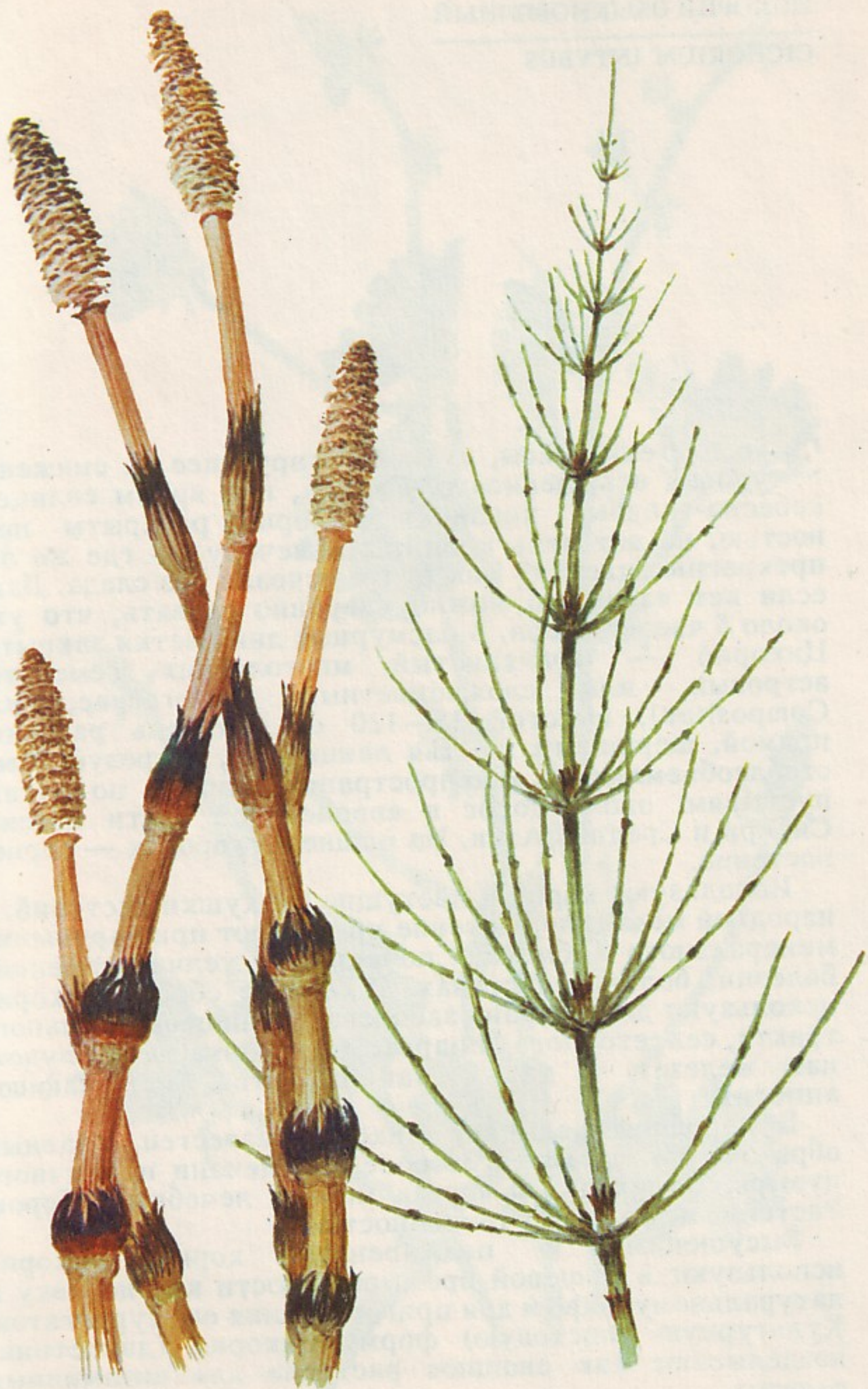
ХВОЩ ПОЛЕВОЙ, ИЛИ ОБЫКНОВЕННЫЙ

EGUISETUM ARVENSE

Сразу после стаивания снега на пойменных лугах, пашнях, пустырях, на огородах можно увидеть странное растение — членистые стебельки, на вершине которых находится овальная шишечка — спороносный колосок. Это спороносные побеги хвоща полевого, растения из семейства хвощовых (Equisetaceae). После спороношения стебельки отмирают и на смену им вырастают вегетативные побеги зеленого цвета, также членистые, но напоминающие миниатюрную елочку. Высота растения 15—40 см. Встречается по всей территории России, кроме пустынной зоны, на лугах, в лесах различного типа, как сорняк встречается на полях и огородах. Трудноискоренимый сорняк.

С лечебными целями в научной медицине применяют надземную часть растения. Действие настоев хвоща разнообразно. Их применяют как мочегонное, противовоспалительное, кровоостанавливающее, общеукрепляющее, ранозаживляющее и вяжущее средство. Помогают они и при сердечной недостаточности, улучшают водно-солевой обмен. В составе различных сборов хвощ применяют для лечения гипертонической болезни, подагры, заживления ран. Эффективен хвощ также при отеках различного происхождения и экссудативных (мокрых) плевритах.

В народной медицине область применения хвоща такая же, кроме того, считают, что трава хвоща помогает при лечении злокачественных новообразований, а также при внутренних и наружных кровотечениях, желчно- и почечно-каменной болезни. При тяжелых поражениях почек настоем хвоща следует применять с осторожностью, так как он раздражает почечную ткань.



ЦИКОРИЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ

CICHORIUM INTYBUS

Э то растение-часы, чутко реагирующее на снижение уровня освещенности. С утра, под ярким солнцем, небесно-голубые корзинки цикория раскрыты полностью, но вот день клонится к вечеру, — где же эти прекрасные цветки? Как будто исчезли без следа. Даже если нет часов, то можно уверенно сказать, что уже около 5 часов вечера. В пасмурные дни цветки закрыты. Цикорий — травянистый многолетник семейства астровых, или сложноцветных (Asteraceae, или Compositae), высотой 15—120 см. Стебель растения прямой, шершавый; листья ланцетные, острозубчатые, стеблеобъемлющие. Распространен широко по лугам, пустырям, около дорог в европейской части России, Сибири и Средней Азии. На пашне и огородах — сорное растение.

Используют корни и цветущие верхушки растений. В народной медицине растение применяют при нарушении минерального обмена, почечно-и желчно-каменной болезни, болях в суставах. В составе сборов цикорий используют для лечения заболеваний пищеварительного тракта, секреторного аппарата (селезенка, поджелудочная железа), а также как средство, улучшающее аппетит.

В народной медицине цикорий известен, главным образом, как средство от болезней печени и желчного пузыря. Он входит в состав многих лечебных сборов. Растение не обладает токсичностью.

Высушенные и поджаренные корни цикория используют в пищевой промышленности как добавку к натуральному кофе и для приготовления его суррогатов. Культурную (листовую) форму цикория (двулетник) возделывают как овощное растение для витаминных салатов.



Череда — однолетнее травянистое растение семейства Астровых, или сложноцветных (Astraceae, или Compositae), высотой 15—60, редко до 100 см. Стебель прямой, супротивно ветвящийся. Листья супротивные, трехраздельные. Цветки желтые, в плоских корзинках, расположенных одиночно. Цветет с июня по сентябрь. Широко распространена по всей европейской части России, а также в Закавказье, Сибири, Средней Азии и на юге Дальнего Востока, по сырым местам (в том числе и пойменным лугам). Распространяется, цепляясь семенами (плодиками) за шерсть животных, одежду людей. На огородах — злостный сорняк.

Название «золотушная трава» говорит само за себя, очерчивая основную область применения. Используют листья и молодые цветущие верхушки растений. Кроме противозолотушного действия череда обладает легким успокоительным, мочегонным, потогонным и желчегонным свойствами. Она улучшает аппетит и пищеварение. Настои травы применяют при простуде, болезнях печени и желчевыводящих путей, ревматизме, подагре.

В народной медицине издавна известно антиаллергическое действие череды; помогает она и при других кожных заболеваниях, например при различных экземах. Наружно, в виде ванн, траву череды применяют при рахите, мокнущем (экссудативном) диатезе; она способствует также заживлению ссадин, царапин и ран. Есть сведения о том, что мазь, приготовленная из густого экстракта череды, эффективна при псориазе.

Противопоказаний к ее применению нет. Брикетты травы череды часто продают в специализированных аптеках.



ЩАВЕЛЬ КОНСКИЙ
RUMEX CONFERTUS

К онский щавель — не слишком привлекательное растение. Высота этого представителя семейства гречишных (*Polygonaceae*) 90—150 см. Стебель его прямой, грубый, вверху несколько ветвистый; листья треугольно-яйцевидные, снизу опушены короткими волосками, «лопушистые». Цветки зеленоватые, мелкие, образуют густое метельчатое соцветие. На вкус листья не кислые.

Цветет конский щавель в мае-июне. Растет по заливным и пойменным лугам, берегам рек и озер, иногда около дорог и на сорных местах. Широко распространен в средней полосе европейской части России.

В научной медицине применяют корни и облиственные верхушки цветущих растений. Используют растение в виде порошка или экстракта, главным образом для лечения желудочно-кишечных расстройств (колитов и энтероколитов). Щавель помогает при поносах различного происхождения, обладает противовоспалительным и вяжущим действием. Отвары корней применяют при различных кишечных инфекциях, особенно в тех случаях, когда другие препараты неэффективны. Перспективен щавель и как противоопухолевое средство.

В народной медицине его применяют как кровоостанавливающее средство при геморрое и маточных кровотечениях. Наружно используют примочки с настоем и экстрактом щавеля, особенно при кожных заболеваниях, сопровождающихся зудом.

Щавель противопоказан при беременности и заболеваниях почек.

Корни используют в дубильной промышленности и как краситель.



СОДЕРЖАНИЕ

Аир болотный	4
Бессмертник песчаный	6
Валериана лекарственная	8
Василек синий	10
Вероника лекарственная	12
Горец змеиный	14
Донник лекарственный	16
Дымянка лекарственная	18
Зверобой продырявленный	20
Золотая розга	22
Кипрей узколистный	24
Клевер луговой	26
Коровяк скипетровидный	28
Кровохлебка лекарственная	30
Лапчатка прямостоячая	32
Лопух большой	34
Мать-и-мачеха	36
Одуванчик лекарственный	38
Пижма обыкновенная	40
Подорожник большой	42
Полынь обыкновенная	44
Пырей ползучий	46
Сушеница топяная	48
Тимьян ползучий	50
Тысячелистник обыкновенный	52
Фиалка трехцветная	54
Хвощ полевой	56
Цикорий обыкновенный	58
Черёда трехраздельная	60
Щавель конский	62

