

№	Название и сем-во	Корень, стебель	Лист	Соцветье	Плод	Применение
1	Абрикос обыкновенный <i>Armeniaca vulgaris</i> Lan. сем. Rosaceae	Абрикос обыкновенный - большое дерево высотой 8 - 15 м с серовато-бурой корой.	В пазухах листа почки сидят группами.	Цветки розовые или белые, почти сидячие. Начинает плодоносить с трех-пяти лет.	Плод - округлая костянка от бледно-желтого до оранжевого цвета. Мякоть сочная, сладкая, ароматная.	В медицине используют плоды в свежем и сушеном видах. Высокое содержание калия и железа делает сухие абрикосы необходимыми в пищевом рационе беременных и больных анемией. Содержащиеся в мякоти абрикоса соли калия позволяют применять плоды для диетического питания больных, в первую очередь с сердечно-сосудистыми заболеваниями. Плоды абрикоса применяют для усиления пищеварения, разжижения мокроты при сухом кашле, как нежное слабительное, жаждоутоляющее и жаропонижающее средство, а также при длительном употреблении мочегонных средств. Особенно необходимы они детям, так как стимулируют рост и укрепляют здоровье.
2	Аир обыкновенный <i>Acorus calamus</i> L. сем. Araceae	Многолетнее травянистое растение до 80–100 см высотой, с ползучим цилиндрическим кор-	Листья аира обыкновенного линейно-мечевидные, очередные, двурядные, собраны пучками на концах	Цветоносный стебель растения (трава аир) прямостоячий, неветвистый, слегка	Плод аира — красная ягода.	Корневища аира обыкновенного содержат эфирное масло, горький гликозид акарин, дубильные

		<p>невищем и многочисленными шнуровидными корнями. Корневище аира желтовато-зеленое, почти бурое, внутри белое, с розовым оттенком.</p>	<p>разветвлений корневища.</p>	<p>желобчатый, с острым ребром. Соцветие аира обыкновенного — початок цилиндрической формы, длиной 4–12 см. Цветки аира мелкие, зеленовато-желтоватые, обоеполые. К початку прилегает длинный кроющий лист.</p>		<p>вещества, смолы, аскорбиновую кислоту. Широкое применение аира болотного в современной медицине обусловлено его лечебными свойствами. Аир (корневища аира) используют в составе настоек для возбуждения аппетита и улучшения пищеварения, реже — в качестве желудочного средства. Правильно приготовленная настойка аира обладает целым рядом лечебных свойств.</p>
3	<p>Алтей лекарственный <i>Althaea officinalis</i> L. сем. Malvaceae</p>	<p>Растение высотой 50-130 см. Корневище короткое, толстое, переходит в толстый (до 2 см в диаметре) корень. Стебли прямостоячие, серо-зелёного цвета. Многолетник. Цветёт в июне - сентябре. Гигрофит.</p>	<p>Листья очередные, выемчато-зубчатые или глубоко 5-лопастные, с широкотреугольными лопастями. Средние листья яйцевидно-треугольные, неравномерно зубчатые или слегка лопастные, с неглубокими выемками. Растение мягко-серовойлочное.</p>	<p>Цветоножки и цветоносы короче листьев. Цветки собраны в пазухах листьев. Венчик около 2 см в диаметре с бледно-розовыми лепестками.</p>	<p>Плод сборный многосемянка, распадается на отдельные плодики, по всей спинке опушенные, почти без поперечных морщинок.</p>	<p>Лекарственным сырьём служат корни и корневища. Содержит большое количество слизи и крахмала, сахара, ферменты и др. Обладает противовоспалительным, отхаркивающим и болеутоляющим действием. Алтей используют при воспалении лёгких, при заболеваниях верхних дыха-</p>

						тельных путей, гастритах, энтероколитах, язве желудка и кишечника, при ангине, гриппе, желтухе и др. заболеваниях. В детской терапии препараты алтея используют при лечении коклюша.
4	Барбарис обыкновенный <i>Berberis vulgaris</i> L. сем. Berberidaceae	Листопадный кустарник высотой 1,5-2,5 м. Ветви прямостоячие, желтоватые, позже буроватосерые, с 3-5-раздельными колючками до 2 см длиной.	В пазухах колючек развиваются укороченные ветви, несущие густые пучки листьев. Листья обратно-яйцевидные с клиновидно заостренным основанием, остро зубчато-пильчатые по краю. Длина листьев до 4 см, ширина до 2 см. Листья на одном побеге различаются по размеру.	Цветки желтые, собраны по 8-25 штук в длинные (до 5 см) свисающие кисти . Тычинок 6. Пестик 1.	Плоды - красные продолговато-эллиптические ягоды длиной до 1,2 см. Семена с твердой коричневой кожурой.	Лекарственным сырьём служат листья, корни и ягоды . Корни содержат алкалоиды, дубильные вещества, витамины, эфирное масло. Барбарис обладает противовоспалительным, мочегонным, желчегонным, противомикробным, вяжущим, кровоостанавливающим действием. Препараты барбариса применяют при хронических заболеваниях печени, желчного пузыря, язве желудка, воспалении верхних дыхательных путей, туберкулезе. Отвар корней, настой и настойку листьев

						применяют внутрь и наружно в виде полосканий и примочек.
5	Белладонна красавка <i>Atropa belladonna</i> L. сем. <i>Solanaceae</i>	Многолетнее растение с очень длинным главным корнем , от которого ежегодно отрастают многочисленные прямые, тупогранные, сильно разветвленные побеги, достигающие 1,5 м в высоту.	Листья располагаются в верхней части побега парами (один крупный и один мелкий) супротивно.	Между листьями на длинных цветоножках сидят одиночные поникшие цветки , снаружи коричневато-фиолетовые, а внутри - грязно-желтого цвета с пурпурно-красными жилками.	Спелые плоды - глянцеви- черные сочные ягоды величиной с вишню. Цветет с июня по август.	Препараты красавки (экстракты или настойка) служат для лечения желудочно-кишечных заболеваний, связанных с судорожными болями. Эти препараты врачи назначают также при бронхиальной астме и различных невралгиях; при лечении глазных болезней употребляют чистый атропин. Используемые части: листья, иногда вся трава, корень.
6	Боярышник кроваво-красный <i>Crataegus sanguinea</i> сем. <i>Rosaceae</i>	Кустарник или дерево высотой до 5 м.	Листья обратно-яйцевидные, пушистые, короткочерешковые с клиновидным основанием и крупнозубчатым краем.	Небольшие белые пахучие цветки собраны в густые щитковидные соцветия .	Плод - ложное яблоко , мясистое, оранжево-желтого или красного цвета. Цветет боярышник в мае—июне, плоды созревают в сентябре.	Используемые части растения - цветки и плоды . Применяется как седативное, понижающее возбудимость нервной системы и улучшающее сон средство. Снижает уровень холестерина в крови, поэтому назначается при атероскле-

						розе. Боярышник понижает артериальное давление и улучшает коронарное кровообращение, используется при гипертонической болезни, стенокардии, миокардитах, сердечнососудистой недостаточности I—II степени, в климактерическом периоде. Цветки и плоды растения понижают проницаемость сосудов и капилляров. Цветки действуют сильнее плодов. Плоды в свежем виде можно употреблять в пищу. Боярышник оказывает также слабое мочегонное действие.
7	Бузина черная Sambucus nigra L. сем. Caprifoliaceae	Высокий раскидистый кустарник или дерево высотой до 10 м со светло-бурой продольно-морщинистой корой. Побеги имеют широкую, мягкую, эластичную, как пробка,	Сложные непарноперистые листья длиной до 35 см расположены на побегах супротивно, имеют по 5–7 листочков. Листочки яйцевидно-эллиптические длиной 4–12 см, на верхушке резко сужен-	Цветки душистые, светло-жёлтые, мелкие (до 0,8 см), собраны в крупные щитковидные соцветия диаметром до 15–20 см.	Плоды – костянки , блестящие, чёрно-лиловые, мелкие (диаметром 5–8 мм).	Плоды содержат винную, яблочную, уксусную и валериановые кислоты, сахар, дубильные вещества и эфирные масла. Цветки бузины используются научной и народной медициной

		сердцевину. Ветви усыпаны коричневыми чечевичками.	ные, сверху тёмно-зелёные, снизу светлее, по краю пильчатые. При растирании имеют неприятный запах.			в качестве потогонного средства, мочегонное, вяжущее, противовоспалительное, отхаркивающее средство. Анастезир. раст.
8	Валериана лекарственная <i>Valeriana officinalis</i> L. сем. Valerianaceae	Травянистое растение, до 2 см высотой, корневище короткое , длиной 2–4 см и толщиной до 2 см, вертикальное, внутри полое, с многочисленными придаточными корнями бурой или светло-кремовой окраски, с сильным своеобразным запахом	Стеблевые листья супротивные, нижние – длинночерешковые, верхние сидячие, непарноперисторассеченные, с 6–11 парами листочков различной формы.	Цветы мелкие, душистые, белые, розовые или лиловые, собраны в крупные щитковидные метёлки на верхушке стебля.	Плоды – мелкие (до 3 мм) плоские семянки с хохолком . Созревают в июне–сентябре.	Используют двулетние корневища и корни . Употребляют как успокаивающее средство при нервном возбуждении, бессоннице, мигрени, истерии, неврозах сердца, стенокардии, сердцебиении, нарушениях секреции желудка и печени.
9	Девясил высокий <i>Inula helenium</i> L. сем. Asteraceae	Корневище толстое, короткое, мясистое с толстыми корнями . Стебли прямостоячие, мощные, до 175 см высотой.	Листья крупные, вверху зелёные, снизу серые, опушённые, бархатистые . Нижние – крупные черешковые, верхние мельче, сидячие.	Цветки золотисто-жёлтые, собраны в корзинки; краевые цветки в корзинках - язычковые; средние - трубчатые , с пятью зубчиками.	Плод - четырёхгранная бурая семянка с хохолком .	Используется корневище с корнями , которые снаружи серовато-бурые, внутри - желтовато-белые. Применяют в основном как отхаркивающее средство при бронхитах, воспалении лёгких, а также как антисептическое и желчегонное сред-

						ство. Обладает противоглистным и антимикробным действием. Используют при сахарном диабете, ревматизме.
10	<p>Душица обыкновенная <i>Origanum vulgare</i> L. сем. Lamiaceae</p>	<p>Травянистое растение с ветвистым коротким ползучим корневищем. Имеет сильный приятный запах. Стебель высотой 30–90 см, прямой, четырёхгранный, опушённый, часто при основании разветвлённый. Многолетник.</p>	<p>Листья супротивные, продолговато-яйцевидные, черешковые, длиной 2–4 см, снизу светло-зелёные.</p>	<p>Цветки бледно-пурпурные, сидящие в пазухах прицветников, собраны небольшими колосками, образующими на верхушке стебля раскидистую щитковидную метёлку (дыханий).</p>	<p>Плод ценобий</p>	<p>Траву заготавливают в начале цветения, срезая верхнюю часть. Спиртовая настойка душицы успокаивает зубную боль. Масло душицы эффективно при гриппе. Настой душицы успокаивающе действует на центральную нервную систему, обладает отхаркивающим действием, улучшает пищеварение, способствует увеличению секреции желудочного сока. В народной медицине трава душицы применяется при ревматизме, параличах, судорогах, эпилепсии, как потогонное и мочегонное средство, а также при простуде и др.</p>

						Наружно её препараты используют для обмываний при кожной сыпи, фурункулах, гнойниках, при головной боли, как средство для ращения волос.
11	Зверобой продырявленный Hypericum perforatum L. сем. Hypericaceae	Травянистое многолетнее растение 30–100 см высотой, стебель двугранный, ветвистый.	Листья супротивные сидячие , овальные, тупые, с многочисленными просвечивающимися точечными желёзками, что и дало название - "продырявленный".	Цветки золотисто-желтые с 5-ю чашелистиками и 5-ю лепестками, соцветие широкомертельчатое, почти щитковидное .	Плод – продолговатойцевидная 3-гнездная коробочка длиной 5–6 мм, раскрывается только в сухую погоду.	Траву заготавливают в период цветения до появления плодов, обрезая цветущие верхушки длиной 25–30 см вместе с листьями. Применяется в основном как вяжущее, кровоостанавливающее, противовоспалительное средство при кашле, болезнях печени, желудочно-кишечного тракта, острых и хронических колитах. Стимулирует регенерацию тканей. Отвар используют как противовоспалительное и тонизирующее средство при болезнях сердца и лёгких.
12	Земляника лесная Fragaria vesca L. сем. Rosaceae	Многолетнее растение , высотой до 30 см, с коротким гори-	Листья прикорневые, тройчатые , на длинных черешках, как и	Цветки белые, обоеполые, с двойной чашеч-	Плод - фрага , состоящий из разросшегося цвето-	Используются листья и плоды . Настой плодов и листьев зем-

		зонтальным или ко- сым корневищем, густо покрытым остатками отмерших листьев.	все растение, покрыты густыми шелковистыми волосками. Из пазух прикорневых листьев вырастают надземные вегетативные побеги (усы) и генеративные цветочные стебли. Ве- гетативные побеги (усы) длинные (до 70 см), ползучие. Цвето- носные стебли прямо- стоячие, безлистные	кой, собраны на верхушке стебля в немногоцветковое щитковидное со- цветие.	ложка конической формы и много- численных семя- нок (настоящих плодов) на ней.	ляники используется в качестве мочегонного средства, при лечении подагры, почечных и печеночных камней, при цинге и других авитаминозах, а также при маточных крово- течениях.
13	Календула лекарственная <i>Calendula officinalis</i> L. сем. Asteraceae (Compositae)	Однолетнее травя- нистое растение вы- сотой 40-60 см. Сте- бель ветвистый, мяг- коопушенный, реб- ристый.	Листья очередные, оде- вающие стебель, ниж- ние — широколапчатые, верхние — про- долговатые.	Цветет все лето, начиная с июня. Цветки золотисто- желтые или оран- жевые, на вер- хушке стеблей собраны в кор- зинчатые соце- тия диаметром 4-5 см. Запах аромат- ный.	Плод – согнутая семянка . Созре- вать начинает в июле	Лекарственным сырь- ем служат соцветия . Цветочные корзинки содержат каротинои- ды, смолы, слизи, ор- ганические кислоты и горькие вещества. Растение применяют как противовоспали- тельное, ранозажив- ляющее, бактерицид- ное, спазмолитиче- ское, желчегонное, дерматоническое, бо- леутоляющее и про- тивооздушное средство. Оно помогает при по- резах, ушибах, ожо- гах, себорее, фурун- кулезе, эрозии шейки

						<p>матки и кольпитах. Положительное действие препаратов календулы отмечено при гастритах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, колитах, энтероколитах, заболеваниях печени и желчного пузыря.</p>
14	<p>Калина обыкновенная <i>Viburnum opulus</i> L. сем. Caprifoliaceae</p>	<p>Многолетний разветвленный кустарник высотой до 3- 4 м. Кора морщинистая, буроватая.</p>	<p>Листья расположены напротив, три- и пятилопастные, длиной 5—8 см, крупнозубчатые, на верхушке заострены, сверху почти голые, с внутренней стороны — опущенные.</p>	<p>Цветки белые, собраны в щитовидное соцветие.</p>	<p>Плод — сочная съедобная овальная ярко-красная костянка.</p>	<p>В лечебных целях используют кору молодых стволов и ветвей. Содержащиеся в лекарственных формах коры калины валериановая и изовалериановая кислоты оказывают спазмолитическое действие, уменьшают возбудимость ЦНС, усиливают продолжительность действия снотворных средств. Галеновые формы коры калины применяют при лечении различных заболеваний прежде всего благодаря содержанию в растении гликозида</p>

						<p>вибурнина и дубильных веществ, оказывающих вяжущее, кровоостанавливающее, противовоспалительное действие, повышающих тонус маточной мускулатуры.</p>
15	<p>Капуста огородная Brassica oleracea L. сем. Brassicaceae</p>	<p>Двухлетнее овощное медоносное растение</p>	<p>Развивает в первый год большую массу мясистых листьев, а на второй год — цветоносный стебель с многочисленными желтыми цветками.</p>	<p>Многоцветковая кисть</p>	<p>Крупные стручки</p>	<p>Растение содержит клетчатку, сахара, фосфор, соли калия, различные ферменты, фитонциды и витамины А, В1, В2, В6, С, Р, К, U Используемая часть. Кочаны капусты, листья и капустный сок. В ее свежем соке содержится противоязвенный фактор (витамин U), который способствует более быстрому рубцеванию язвы желудка и двенадцатиперстной кишки, снимает боль, улучшает общее самочувствие. Сок капусты повышает секрецию желудка и полезен при гастритах с пониженной кислотностью. Он улучшает</p>

						<p>работу кишечника, препятствует развитию брожения, ускоряет перистальтику, смягчает спастические боли. Его рекомендуют принимать при спастическом и язвенном колитах, холецистопатиях, хроническом запоре. Капуста снижает уровень холестерина, нормализует обмен веществ, в частности жировой. Она является незаменимым диетическим продуктом при атеросклерозе, ожирении. Содержащиеся в капусте фитонциды оказывают губительное действие на ряд болезнетворных микроорганизмов.</p>
16	<p>Клещевина обыкновенная <i>Ricinus communis</i> L. сем. Euphorbiaceae</p>	<p>В условиях культуры в России и других странах умеренного климата - крупное, однолетнее травянистое растение высотой до 2 м (иногда 3 м).</p>	<p>Листья очередные, с черешками длиной 20-60 см; пластинка голая, щитовидная, шириной 30-80 см, 5-11-пальчатораздельная, доли листа продолговатые, зубчатые.</p>	<p>Соцветия - кисти концевые и в пазухах листьев. Цветки однополые, однодомные, собранные в группы, расположенные на оси</p>	<p>Плоды - шаровидные или удлиненные коробочки, голые или с шипами, 3-семенные, 3-створчатые, раскрывающиеся и</p>	<p>Лекарственное сырье - семена овальной формы. Из них получают касторовое масло. Фармакологические свойства. При приеме внутрь расщепляется липазой в</p>

		Стебель коленчатый, ветвистый, вместе с ветвями зеленый или окрашенный в другие цвета.		соцветия, тычиночные цветки в нижней части, пестичные - в верхней части соцветия.	нерастрескивающиеся.	тонком кишечнике с образованием рицинолевой кислоты, которая вызывает раздражение рецепторов кишечника (на всем его протяжении) и рефлекторное усиление перистальтики. Слабительный эффект наступает обычно через 5-6 ч. При приеме касторового масла наблюдается также рефлекторное сокращение мускулатуры матки. Наружно касторовое масло применяют в составе мазей, бальзамов для лечения ожогов, ран, язв, для смягчения кожи, удаления перхоти и т. п.
17	Крапива двудомная <i>Urtica dioica</i> L. сем. Urticaceae	Травянистое жгучее растение с длинным ползучим корневищем. Стебель прямостоячий, высотой 90–120 см.	Листья крупные (до 17 см), супротивные , черешковые, яйцевидно-ланцетовидные, крупнозубчатые. Стебель и листья покрыты жгучими волосками.	Цветы однополые, мелкие, зеленые, собраны в колосовидные повисающие соцветия.	Плод – орешек желтовато-серого цвета.	Зелёные листья являются богатыми носителями витамина С, провитамина А, витаминов К и В2, содержат дубильные вещества. Применяют в виде настоя и жидкого

						экстракта в качестве кровоостанавливающего средства при различных кровотечениях (маточных, легочных, почечных, кишечных в том числе геморроидальных), как витаминосодержащее средство при гиповитаминозах.
18	Кровохлебка лекарственная <i>Sanguisorba officinalis</i> L. сем. Rosaceae	Растение высотой 40-100 см с горизонтальным, толстым, деревянистым корневищем. Стебель прямостоячий угловатый, в верхней части ветвится.	Листья редкие, сизовато-зелёные, перистосложные, листочки (7-13) продолговатые, остропильчатые, на коротких черешках.	Соцветие головчатое , эллиптическое, 2-3 см длиной, на длинной ножке. Цветки тёмно-красные, обоеполые. Тычинок 4-12, пестик 1. Завязь заключена в замкнутое, при плодах твердеющее цветоложе.	Плод – односемянный орешек	Лекарственным сырьём служат корневища и корни, иногда трава . Обладает вяжущим, противовоспалительным, кровоостанавливающим, болеутоляющим и бактерицидным действием. Способствует сужению сосудов.
19	Крушина слабительная <i>Rhamnus cathartica</i> сем. Rhamnaceae	Кустарник примерно 3 м высоты, с оттопыренными ветвями. Кора молодых побегов серебристо-серого цвета, позже	Супротивные листья с черешками, яйцевидные, глянцевитые, с углублёнными жилками, по краю городчато-пильчатые.	В пазухах листьев располагаются собранные в зонтики четырёхчленные неприемные зеленова-	Из цветков развиваются округлые плоды- костянки размером с горошину — сначала зелёные, потом	В медицине используют плоды крушины - в качестве слабительного средства при запорах.

		становится бурочёрной. Растение легко отличить по прямым колючкам, в которые превращаются верхушки ветвей.		то-жёлтые цветки.	чернеющие.	
20	Кукуруза обыкновенная <i>Zea mays</i> L. сем. Росеae	Однолетний широко известный кормовой и хлебный злак. Стебли высокие, 1,5—3 (6) м высотой, прямые, внутри заполнены пористой массой.	Листья широкие, линейные, сидячие, очередные, по краям волнистые. При основании листьев — длинный (до 5 мм) пленчатый язычок.	Цветки однополые, собраны в мужские (верхушечные раскидистые метелки) и женские (початки) соцветия. Початки образованы пестичными цветками, сидящими рядами на толстой оси. Расположены они в узлах нижних и срединных листьев. Рыльца цветков длинные, нитевидные, свешиваются вниз. Цветет растение кукуруза в августе 2—3 недели.	Плод — зерновка.	Лекарственную ценность имеют высушенные столбики кукурузы, а также кукурузные рыльца женских цветков растения. Препараты кукурузы (маиса) обладают, желчеотделяющим, мочегонным и кровоостанавливающим действием.

21	Ландыш майский <i>Convallaria majalis</i> L. сем. Convallariaceae	Травянистое растение высотой 15–30 см, с тонким, ползучим, горизонтальным корневищем. Многолетник.	Надземная часть растения представлена двумя прикорневыми продолговато-эллиптическими ярко-зелёными листьями длиной 10–20 см, шириной 4–8 см. Между ними расположена цветочная стрелка.	Цветочная стрелка несет рыхлую одностороннюю кисть из 6–20 душистых белых цветков.	Плод – шаровидная ягода красно-оранжевого цвета. Семена светло-жёлтые, длиной 3–4 мм.	Используют надземную часть . Ландыш служит сырьем для препаратов, регулирующих сердечную деятельность. Препараты ландыша применяют при острой и хронической недостаточности кровообращения, сердечной недостаточности, действуют как успокаивающие при неврозах сердца и как мочегонные средства.
22	Липа сердцевидная <i>Tilia cordata</i> Mill. сем. Tiliaceae	Кора молодых деревьев гладкая, тёмно-серая с красноватым оттенком. К 30-40 годам становится бурой, глубокобороздчатой.	Сердцевидные листья очередные, сверху тёмно-зелёные, снизу сизые, матовые, с рыжеватыми бородками волосков в углах жилок.	Цветки мелкие желтовато-белые, душистые, собраны в щиток .	Плоды – орешки , с 4–5 неясными гранями, яйцевидно-шаровидные, пушисто-войлочные, с довольно тонким, хрупким околоплодником.	Настой цветков липы – эффективное потогонное средство при простудных заболеваниях. Липу используют также при бессоннице и гипертонической болезни. Настоем полощут горло при воспалительных заболеваниях.
23	Лопух большой <i>Arctium lappa</i> L. сем. Asteraceae.	Крупное многолетнее или двулетнее травянистое расте-	Листья очень крупные, черешчатые, сердцевидные или ши-	Корзинки 3-3,5 см в диаметре, собраны в щитко-	Плоды — семянки 6—6,5 мм длиной и 2,5—	Корни и листья лопуха применяют как мочегонное и пото-

		<p>ние, высотой 60—120 см (иногда до трёх метров). Всё растение сильно опушено, особенно корзинки. Корень толстый стержневой веретеновидный, длиной до 60 см. Стебель прямостоячий, мощный продольно бороздчатый, нередко красновато окрашенный; ветви многочисленные, прямостоящие оттопыренные, покрытые сосочковидными волосками с примесью желёзок, паутинисто опушённые.</p>	<p>рокосердцевидно-яйцевидные, расставленно выемчато-зубчатые или цельнокрайние, с верхней стороны зелёные почти голые, с редкими короткими волосками, снизу серовато-войлочнупушённые, с рассеянными желтоватыми желёзками. Прикорневые листья до 50 см длиной, на гранистых выполненных черешках, свыше 30 см длиной; стеблевые листья довольно быстро уменьшающиеся, самые верхние при основании слабо сердцевидные.</p>	<p>видное соцветие. Листочки обёртки шиловидные, на конце загнутые крючком, зелёные, голые.</p>	<p>2,75 мм шириной, узко-обратнояйцевидные, с узкой площадкой прикрепления.</p>	<p>гонное средство. В виде отваров, настоев, мазей он употребляется при лечении кожных заболеваний, при ревматизме и подагре.</p>
24	<p>Малина обыкновенная <i>Rubus idaeus</i> L. сем. Rosaceae</p>	<p>Ветвистый колючий полукустарник с многолетним корневищем и прямостоячими побегами до 2 м высоты. Побеги первого года зелёные, пушистые, в нижней части покрыты тонкими ко-</p>	<p>Листья очередные, нижние - непарноперистые, с 5-7 листочками на черешках, верхние - тройчатые с широкими приросшими к черешку прилистниками.</p>	<p>Цветки белые, мелкие, невзрачные, с опушенной зеленовато-серой чашечкой, доли которой при плодах отогнуты вниз, собраны в мелкие, метельчато-</p>	<p>Плод - сборная костянка (многокостянка), малиново-красного цвета (у культивируемых сортов бывает желтого цвета).</p>	<p>В качестве лекарственного сырья в основном используют плоды и листья малины. Плоды малины обладают потогонным свойством. Благодаря наличию слабых органических кислот плоды способствуют</p>

		ричеватыми шипами. На второй год жизни они древеснеют, теряют шипы, плодоносят и после плодоношения засыхают, а из корневища образуются новые годичные побеги.		щитковидные соцветия, выходящие из пазух листьев. Венчик из 5 лепестков.		сдвигу pH в щелочную среду, выведению из организма солей мочевой кислоты, стимулируют мочеотделение, улучшают пищеварение. Салициловая кислота, содержащаяся в плодах, оказывает антисептическое, жаропонижающее, потогонное и противовоспалительное действие. Для листьев и цветков малины кроме того характерны кровоостанавливающие и антитоксические свойства
25	Мать-и мачеха Tussilago farfara L. сем. Asteraceae	Растение высотой 10-20 см. Корневище ветвистое, ползучее. Многолетник, цветёт в апреле, до появления листьев.	Листья округло-сердцевидные, снизу беловолочные, сверху голые, собраны в прикорневые розетки. Верхняя сторона листа жёсткая, холодная, нижняя - мягкая, тёплая. Появляются после цветения.	Цветоносный побег с чешуевидными яйцевидно-ланцетными листьями, заканчивается одной сравнительно крупной корзинкой (2-2,5 см в диаметре), после созревания плодов поникающей. Краевые цветки ярко - или золоти-	Плоды - цилиндрические семянки с волосистым хохолком.	Лекарственным сырьём служат соцветия и листья . За счет высокого содержания слизи, дубильных веществ и каротиноидов растение обладает противовоспалительным действием, способствует разжижению и улучшает отхаркивание мокроты. В медицинской практике препараты мать-

				сто-жёлтые.		и-мачехи применяют в сочетании с другими противовоспалительными и противокашлевыми растениями для лечения заболеваний рта, горла, гортани и бронхов.
26	Мелисса лекарственная <i>Melissa officinalis</i> L. сем. Lamiaceae	Многолетнее травянистое растение высотой до 50-120 см. Корневище сильноветвящееся, с подземными побегами. Стебель прямостоячий, четырёхгранный , мягкоопушенный. Нижние боковые побеги ползучие.	Листья супротивные , черешковые, яйцевидные, с городчато-зубчатыми краями, снизу железисто-волосистые, длиной 6-8 см.	Цветы мелкие, белые, желтоватые или розоватые, зигоморфные, собраны по 3-10 шт. в однобокие ложные мутовки , расположенные в пазухах верхних листьев (дихазий).	Плод состоит из 4 светло-бурых эремов (ценобий) , заключённых в остающуюся чашечку.	Лекарственным сырьём служат листья и верхушки побегов . Препараты мелиссы используются как седативное, анальгезирующее, противосудорожное, болеутоляющее, противогриппозное и сердечное средство. Из свежих листьев и стеблей добывают эфирное масло, имеющее лимонный запах.
27	Морковь посевная <i>Daucus carota</i> (sativus) сем. Ariaceae	Двулетнее травянистое растение с утолщённым мясистым корнем разнообразной формы, величины и окраски.	В первый год жизни растение развивает розетку прикорневых листьев с дважды- или триждыперистой пластинкой, широкотрёхугольной или продолговатой в общем очер-	Соцветие сложный зонтик с 13—25 лучами. Цветок состоит из малозаметных зубцов чашечки, пяти белых лепестков, пяти ты-	Плоды — ребристые шиповатые двусемянки (схизокарпий) .	Морковь и морковный сок используют для лечебного питания при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, печени, почек и нарушении минерального обмена.

			тании. На второй год жизни вырастает прямой, крепкий, наверху ветвящийся стебель с очередными листьями такой же формы, что и прикорневые.	чинок и пестика		Целятся они и в детском питании. Но избыточное количество витамина А вредно для организма. У детей, например, могут наблюдаться повышение температуры, рвота, потливость, сонливость, высыпания на коже.
28	Мыльнянка лекарственная <i>Saponaria officinalis</i> L. сем. Caryophyllaceae	Многолетнее травянистое растение с тонким ползучим корневищем и прямостоячим несколько шероховатым стеблем высотой 30-85 см.	Листья супротивные, почти сидячие , эллипсоидной формы, с 3-5 выдающимися жилками.	Белые или розоватые, крупные цветки расположены на верхушке стебля и ветвей в щитковиднометельчатых соцветиях . Цветет с середины июня до конца сентября.	Плод — продолговатояйцевидная коробочка , раскрывающаяся на верхушке четырьмя зубчиками. Семена мелкие, шаровиднопочковидные, чёрные, бородавчатые. Цветёт с июня по сентябрь.	В качестве лекарственного сырья используются корневища и корни под названием «красный мыльный корень». Водные извлечения из корней и надземной части широко используются в качестве сильного отхаркивающего и противокашлевого при лёгочных заболеваниях (бронхит, пневмония, коклюш, мучительный кашель), желчегонного (при желтухе), мочегонного (водянка, отеки почечного и печеночно-

						го происхождения), потогонного и слабительного средства.
29	<p>Мята перечная <i>Mentha piperita</i> L сем. Lamiaceae (Labiatae)</p>	<p>Травянистое растение, высотой до 1 м, с характерным сильным запахом и холодящим ощущением при надкусывании. Корневище горизонтальное с многочисленными, расположенными близко к поверхности почвы тонкими мочковатыми корнями, отходящими от узлов. Наряду с прямостоячими стеблями развиваются стелющиеся плети, в зависимости от плотности почвы подземные или надземные. От основания они супротивно-ветвистые с приподнимающимися нижними ветвями, четырёхгранные, голые или по ребрам прижатоволосистые, густооб-</p>	<p>Листья накрест супротивные, на черешках, удлинённо-яйцевидные, заостренные, по краю остропильчатые, сверху темно-, а снизу светло-зеленые, с эфиромасличными железками и хорошо выраженным жилкованием.</p>	<p>Соцветия колосовидные, из ложных мутовок, в верхней части плотных, а внизу расставленных. Цветки мелкие, обоеполые или только пестичные</p>	<p>Плод - ценобий, который образуется очень редко, так как цветки почти стерильны. Цветет с июня до сентября. Размножается вегетативно отрезками корневищ и молодыми побегами от перезимовавших в почве корневищ. Семена дают редко; всхожесть семян 10—25%; семенное потомство не воспроизводит многих признаков материнского растения.</p>	<p>Основным лекарственным сырьем являются листья мяты перечной. Листья. Входят в состав желудочных, ветрогонных, успокоительных и желчегонных сборов, мятных капель (применяются от тошноты), сбора по прописи М. Н. Здренко, антиастматической микстуры И. Н. Траскова, используются как аппетитное и противоспазматическое средство. Ментол употребляют при стенокардии, он входит в состав капель и мазей от насморка, карандашей от мигрени, его используют при производстве лекарственных препаратов “Валидол”, “Валокордин”, “Олиметин”, “Капли Зеленина” и</p>

		лиственные, темно-фиолетовые.				др., применяемых при заболеваниях, сопровождающихся спазмом коронарных сосудов и гладкой мускулатуры.
30	Овес посевной <i>Avena sativa</i> L. сем. Poaceae	Однолетнее травянистое растение высотой 60–100 см. Стебель прямой, кустистый.	Листья линейнозаостренные, длинные, шероховатые.	Цветки – повислые колоски , собранные в раскидистую метелку . Цветет в мае–июне.	Плод – зерновка .	Сельскохозяйственное растение, культивируется во многих областях страны. Используемые части растения . Вся надземная часть, семена. Семена овса содержат крахмал (до 60%), белковые вещества (до 16%), жиры (до 9%), холин, тригонеллин, тирозин, ферменты и витамины группы В. Каши и супы из овсяных хлопьев – диетические блюда при заболеваниях желудочно-кишечного тракта и печени. Настои из соломы овса оказывают тонизирующее, общеукрепляющее и улучшающее аппетит действие. Аналогично действуют ванны из овсяной

						соломы, они рекомендуются также при заболеваниях суставов, радикулите, рахите и диатезе.
31	Одуванчик лекарственный Taraxacum officinale Wigg. сем. Asteraceae	Травянистое растение , высотой 10–30 см. Корень толстый, часто вверху ветвится. Цветоносные стебли безлистные, полые, с одной корзинкой. Многолетник, цветёт в апреле–мае	Листья в прикорневой розетке, голые, струговидно-перистораздельные, с крупной конечной долей.	Корзинки из язычковых цветков, ярко-жёлтые, крупные (2–2,5 см в диаметре).	Семянки 7–12 мм длиной, с длинным носиком и белым хохолком-летучкой из волосков. Все части растения содержат млечный сок.	В медицине используют корни . Обладает некоторыми слабительными и мочегонными свойствами, снимает спазмы, уменьшает уровень глюкозы в крови, увеличивает выработку молока у кормящих матерей. Используют также как жаропонижающее и потогонное средство.
32	Пижма обыкновенная Tanacetum vulgare L. сем. Asteraceae	Довольно высокое, сильно пахучее, обычно голое зелёное растение 50–120	Листья очередные, перисторассечённые с широкими гребенчато-зубчатыми сегментами.	Корзинки многочисленные, 7–10 мм в диаметре, без язычковых	Плод – 5-гранная семянка с невысокой плёчатой коронкой	Лекарственным сырьём служат корзинки без цветоножек . Препараты обладают

		см высотой. Корневище горизонтальное, короткое. Стебли многочисленные, прямые, в верхней части ветвящиеся.		цветков, ярко-жёлтые, собраны в густое щитковидное соцветие.		желчегонным, противовоспалительным, противомикробным, противоглистным, вяжущим и противохолерическим действием. Противопоказаны беременным женщинам и маленьким детям. Их назначают при заболеваниях печени и желчного пузыря, при воспалительных процессах в кишечнике, мочевом пузыре, а также при малярии. Настой пижмы обладает антисептическим и потогонным действием, улучшает пищеварение и аппетит.
33	Пион уклоняющийся (марьин корень) <i>Paeonia anomala</i> L. сем. Paeoniaceae	Многолетнее травянистое корневищное растение	<i>Стебли</i> прямостоячие, ребристые. <i>Листья</i> очередные, голые, крупные черешковые, дважды тройчатые.	<i>Цветки</i> крупные, одиночные.	<i>Плоды</i> крупные <i>многолисточковые</i>	Для лекарственных целей используют <i>траву и корневище с корнями</i> . Пион уклоняющийся обладает сильно выраженным седативным действием.
34	Подорожник большой <i>Plantago major</i> L.	Многолетник. Растение 15–30 см высо-	Листья широкие, яйцевидные или эллиптиче-	Стрелки прямо-	Плод – многосемянная коробоч-	Препараты подорожника рекомендуются

	сем. Plantaginaceae	той.	ские, с 3–9 жилками, собраны в прикорневую розетку . Листовые пластинки, как и стебель, голые или почти голые, слегка острые или тупые, цельнокрайние, резко суженные в довольно длинный и широкий черешок. Их длина менее чем в 2 раза превышает ширину.	новании восходящие, почти равны листьям, во время цветения немного длиннее колоса, позднее короче его. Колос длинный, цилиндрический, густой. Прицветники тупые, яйцевидные, с перепончатыми краями, равны чашечке. Венчик светло-бурый, с тупыми долями. Тычинки вдвое длиннее трубки венчика, с белыми нитями и тёмно-лиловыми пыльниками.	ка. Семена мелкие, гранистые.	при заболеваниях сердца, повышенном кровяном давлении, язвенной болезни желудка и кишечника, острых и хронических энтеритах, болезнях печени и почек, некоторых заболеваниях глаз. Отвар листьев полезен при дизентерии. Он оказывает также снотворное действие, понижает артериальное давление.
35	Подорожник ланцетный <i>Plantago lanceolata</i> L. сем. Plantaginaceae	Многолетник. Растение 20–60 см высотой.	Листья собраны в прикорневую розетку, ланцетные или линейноланцетные, с 3–5 жилками, острые, суженные в длинный черешок. Стрелки до основания и листья коротковолосистые. Стебель в несколько раз длин-	Колос очень густой, яйцевиднопродолговатый. Прицветники продолговатые, яйцевидные, плёнчатые. Чашечка из 4 чашелистиков, из которых 2 передних	Плод – коробочка с двумя 1-семянными гнёздами, семена на внутренней стороне вдавленные.	Отвар и настой листьев используют как отхаркивающее при бронхитах, катарах верхних дыхательных путей, как мочегонное. Применяется как наружное кровоостанавливающее, антисептическое и рано-

			нее листьев и колосьев.	срослись в 2-лопастную чешую, а 2 задних свободные. Венчик светло-бурый, с яйцевидными заострёнными долями. Тычинки в 4–5 раз длиннее венчика. Пыльники светло-жёлтые.		заживляющее средство.
36	Полынь горькая <i>Artemisia absinthium</i> L. сем. Asteraceae	Травянистое растение серебристо-серого цвета, высотой до 1 м. Многолетник . Корни толстые, цилиндрические, многоглавые. Стебли прямостоячие, ребристые, в верхней части прижатоволосистые, ветвистые.	Прикорневые листья триждыперисторассечённые, стеблевые – дваждыперистые, верхние листья перистые.	Цветки мелкие, жёлтые, в шаровидных корзинках до 2,5–3,5 мм в диаметре, которые образуют неширокое метельчатое соцветие .	Плоды – бурые семянки , созревают в августе–сентябре.	Лекарственное, эфирномасличное, пряное, ядовитое. Используются цветущие облиственные верхушки , которые заготавливают в фазе бутонизации и в начале цветения. Настой применяют при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.
37	Полынь обыкновенная <i>Artemisia vulgaris</i> L. сем. Asteraceae	Травянистое растение высотой 50–150 см. Многолетник . Стебель прямой, часто тёмно-красный.	Листья двуцветные: сверху – тёмно-зелёные, голые, снизу – беловатойлочные, обычно с завёрнутыми вниз краями, рассечённые. Конечные доли листьев больше 3 мм шириной. Сами листья до 15 см длиной и до 11 см шириной.	Корзинки яйцевидно-продолговатые, прямо стоящие, 2–3,5 мм шириной, в густом метельчатом соцветии .	Плод – семянка .	Лекарственное, эфирномасличное, дубильное. Используется как пряная приправа (имеет ароматный запах и приятный горьковатый вкус). Заготавливают облиственные верхушки в начале цветения. Об-

						<p>ладает общеукрепляющим, антисептическим, жаропонижающим и противовоспалительным действием. Применяют для улучшения аппетита, в качестве успокаивающего при невралгии и бессоннице, как противосудорожное при эпилепсии, болях и спазмах в кишечнике, при мигрени, менингите. Трава обладает противоопухолевым действием, а также входит в сборы для лечения болезней печени. Отвар всего растения употребляют при гастритах. Препараты полыни рекомендуются при туберкулезе лёгких, хроническом бронхите, как общеукрепляющее и улучшающее аппетит средство.</p>
38	Пустырник пятилопастной	Многолетнее травянистое растение с	Листья пальчато-пяти- и трехраздельные,	Розовато-фиолетовые цвет-	Плод состоит из 3-4 гранных тем-	Используемые части растения. Облист-

	<p>Leonurus quinquelobatus Gilib сем. Lamiaceae (Labiatae)</p>	<p>четырёхгранным стержнем высотой до 1-1,5 м. Имеет вертикальное корневище, постепенно переходящее в стержневой корень.</p>	<p>накреступротивные.</p>	<p>ки расположены в пазухах листьев на верхушке стебля. Чашечки цветков и плоды покрыты колючими волосками. Цветет в июне–июле, плоды созревают в августе–сентябре.</p>	<p>но-коричневых эремов (плод ценобий).</p>	<p>венные цветущие верхушки. В них обнаружены алкалоиды, сахара, горечи, дубильные вещества, до 0,06% эфирного масла, р-кумаровая кислота, аскорбиновая кислота и каротин, флавоноиды и гликозиды. Обладает выраженным гипотензивным действием, поэтому успешно применяется при гипертонической болезни I–II стадий. Пустырник также оказывает седативное влияние на центральную нервную систему, увеличивает силу сердечных сокращений и замедляет сердечный ритм. Назначают препараты пустырника при истерии, неврозах, стенокардии, кардиосклерозе, миокардите, тиреотоксикозе. Пустырник оказывает лечебное действие при хорее, климакте-</p>
--	--	---	----------------------------------	--	--	---

						<p>рических жалобах, при болезненных и нерегулярных менструациях.</p> <p>В качестве общеукрепляющего, легкого противовоспалительного и диуретического средства применяется при болезнях дыхательных путей, туберкулезе, анемии и хлорозе, а также при сердечно-сосудистой недостаточности I–II степени.</p> <p>Семена пустырника назначаются для лечения глаукомы и в качестве мочегонного средства.</p> <p>Применяется также при желудочно-кишечных заболеваниях, при хронических катарах толстых кишок, при желудочных спазмах и пр.</p>
39	<p>Пустырник сердечный Leonurus cardiaca L. сем. Lamiaceae (Labiatae)</p>	<p>Травянистое растение с деревянистым корневищем, имеет один или несколько стеблей. Стебель</p>	<p>Верхние листья продолговато-эллиптические, трехраздельные; нижние - округлые, до середины</p>	<p>Цветки мелкие (10-12 мм длиной), розовые, собраны густыми мутовками в па-</p>	<p>Плод - ценобий, созревает в июле-августе.</p>	<p>Применяют верхние цветущие части. Препараты пустырника замедляют ритм сердечных сокраще-</p>

		<p>прямостоячий, четырёхгранный, красновато-фиолетовый, сильно опушенный, до 200 см, несущий супротивно расположенные черешковые листья.</p>	<p>пятираздельные с широкими продолговатыми зубчатыми долями.</p>	<p>зубах верхних листьев и образуют длинное прерывистое соцветие на конце стебля (дихазий). Чашечка голая. Венчик снаружи густо-мохнатый, верхняя губа пурпуровая, нижняя посередине жёлтая, с пурпуровыми крапинками; изредка венчик белый.</p>		<p>ний, увеличивая при этом их объем, снижают артериальное давление, действуют успокаивающе на центральную нервную систему, уменьшают одышку, повышают мочеотделение, снимают отеки легких, улучшают сон.</p>
40	<p>Ромашка лекарственная <i>Matricaria recutita</i> (chamomile) L. сем. Asteraceae</p>	<p>Однолетнее травянистое растение высотой до 40 см. Корни стержневые, слабоветвленные. Стебель голый, сильноветвистый.</p>	<p>Листья очередные, сидячие, дваждырассеченные на узколинейные заостренные доли.</p>	<p>Цветочные корзинки расположены одиночно на длинных цветоножках. Цветки двух типов: краевые — язычковые, белые, женские, сидящие на голлом, внутри поллом коническом цветоложе; внутренние - трубчатые, желтые, обоеполые.</p>	<p>Плод — мелкая продолговатая семянка. Все растение и особенно цветочные корзинки имеют характерный приятный запах и горький вкус.</p>	<p>Заготавливают соцветия без цветоножек в начале цветения. Цветочные корзинки содержат флавоноидные гликозиды, горечи, слизи, камедь, белки, эфирное масло и др. В состав эфирного масла входят хамазулен, кадинен, кислоты (каприловая, нониловая, изовалериановая). Обладает противовоспалительным, антисептическим, боле-</p>

						<p>утоляющим, противосудорожным, успокаивающим, мягчительным, потогонным и ветрогонным действием. Хамазулен - главная составная часть эфирного масла, содержащегося в ромашке - обладает противовоспалительным, противосудорожным и газогонным действием. Хамазулен имеет еще и выраженное противоаллергическое и местное анестетическое действие, а также благотворно влияет и на обмен веществ в организме. Эфирное масло увеличивает число сердечных сокращений и расширяет сосуды головного мозга. Гликозиды усиливают отделение желчного, кишечного и желудочного соков и улучшают аппетит; гликозид апин обладает способностью расслаб-</p>
--	--	--	--	--	--	---

						<p>лять гладкую мускулатуру и вследствие этого устранять спазмы (в том числе спазмы кишечника). Флавоноиды и кумарины оказывают умеренное спазмолитическое действие.</p>
41	<p>Рябина обыкновенная Sorbus aucuparia L. сем. Rosaceae</p>	<p>Дерево или кустарник высотой 5—7 (15) м. Кора гладкая, серая или серовато-коричневая.</p>	<p>Листья рябины сложные, непарноперистые, с 9—17 продолговатыми листочками, остропильчатыми по краю.</p>	<p>Соцветия щиткообразные, с мелкими белыми душистыми цветками.</p>	<p>Плод - яблоко, 5—10 мм в диаметре, красно-оранжевой окраски, горькое на вкус.</p>	<p>Плоды рябины обыкновенной (рябины красной) содержат значительное количество аскорбиновой кислоты, каротина, органические кислоты и сахара, горькие, дубильные вещества и эфирные масла. Эти действующие вещества определяют лечебные свойства рябины обыкновенной и отвечают за действие рябины на организм человека. Ягоды рябины применяют как мочегонное, кровоостанавливающее и понижающее кровяное давление сред-</p>

						ство.
42	Свекла обыкновенная Beta vulgaris L. сем. Chenopodiaceae	Двулетнее травянистое растение. В первый год развивает розетку крупных длинночерешковых листьев и мясистый корень разной формы, размеров и окраски, в обиходе называемый корнеплодом.	На второй год развиваются высокие, ветвистые, облиственные стебли, несущие на ветвях многочисленные цветки, сидящие пучками по два - пять.	Цветки невзрачные, зеленые или беловатые, пятичленные, с простым околоцветником.	Плоды — односемянные орешки , при созревании сростаются по два — шесть между собой и с остающимися околоцветниками и прицветниками, образуя соплодия - клубочки. Цветет в июне - августе. Плоды созревают в августе - сентябре.	Лекарственным сырьем являются листья, корни, семена. Свекла содержит протеины, сахар (до 25 %), пигменты, витамины. Свекла издавна применяется в народной медицине при различных заболеваниях. Она обладает мочегонным, легким слабительным, противочинготным, противовоспалительным и обезболивающим действием. Обнаружены в ней соли марганца, железа, калия, кальция, кобальта. За счет последнего свекла имеет противоопухолевое действие и участвует в образовании витамина В ₁₂ , который в организме синтезируется микрофлорой кишечника.

						По содержанию йода свекла занимает одно из первых мест среди всех овощей. Сок вареной свеклы закапывают по 2—3 капли в нос при насморке. Тертую свеклу прикладывают к язвам и опухолям. При опухолях желудка следует пить по 100 г свежего сока 2 раза в день.
43	Смородина черная <i>Ribes nigrum</i> L. сем. Grossulariaceae	Кустарник , высотой до 1—2 м с темно-бурыми старыми и светло-серыми молодыми побегами.	Листья очередные, трех-, реже пятилопастные , с верху голые, снизу по жилкам опушенные, с желтоватыми железками, душистые.	Цветки в поникающих кистях , колокольчатые, пятичленные обоеполые. Чашелистики большей частью отогнутые наружу. Венчик лиловато-серый или розовато-серый, лепестки овальные, значительно короче чашелистиков, завязь нижняя, цветоножки голые.	Плод-многосемянная черная, темно-фиолетовая или бурая ягода . Цветет в мае-июне. Плоды созревают в июле — августе.	В медицине используют ягоды дикорастущей и культивируемой смородины черной. Ягоды смородины черной богаты аскорбиновой кислотой (68—568 мг%), содержат сахара (4,5—8,9%), органические кислоты (винную, янтарную, лимонную, яблочную, никотиновую — 2,28%), пектиновые вещества (0,48—0,82%), дубильные вещества (0,43—0,62%), вита-

						<p>мины (В1, В6, Е, Р, К), гликозиды, микро- и макроэлементы. Листья содержат 134—387 мг% аскорбиновой кислоты, эфирные масла, витамин Р, фитонциды. Плоды смородины черной применяют при гипо- и авитаминозах, малокровии, как общеукрепляющее средство при тяжелых хронических заболеваниях, а также как лечебное и профилактическое средство при гипертонической болезни и атеросклерозе. Сухие плоды входят в состав витаминных сборов вместе с плодами шиповника.</p>
44	<p>Тимьян ползучий Thymus serpyllum L. сем. Lamiaceae (Labiatae)</p>	<p>Маленький полукустарничек высотой до 20—40 см, образующий дерновки, с сильным приятным запахом. Стволики высотой 2—10 см,</p>	<p>Листья короткочерешковые, жесткие, супротивные, пластинка яйцевидная или продолговатая, эллиптическая, усеянная точечными железками длиной 5—</p>	<p>Соцветие головчатое (дихазий), компактное. У нижних цветков цветоножки равны чашечке, у верхних — не-</p>	<p>Эремы длиной до 6 мм, эллипсоидальные (плод ценобий). Цветет тимьян ползучий в июне-июле, а плоды созревают</p>	<p>Лекарственным сырьем является высушенная и обмолоченная трава тимьяна. Трава содержит эфирное масло (0,2—1,3 %) с преобладанием фено-</p>

		распластанные по почве, тонкие, с приподнимающимися ветвями, покрытыми волосками, четырёхгранные.	10 мм, голая или негусто волосистая по краю.	сколько короче ее. Чашечка волосистая, узкоколокольчатая, отгиб ее чуть длиннее трубки. Венчик длиной 5—8 мм розово-лиловый, двугубый , с отгибом короче трубки. Нижняя губа немного длиннее ее, а верхняя на верхушке выемчатая, широкояйцевидная.	в августе-сентябре.	лов. Лечебные свойства тимьяна определяются наличием в нем эфирного масла, составной частью которого является тимол, оказывающий бактерицидное действие на кокковую патогенную флору и бактериостатическое — на грамотрицательные микроорганизмы. Установлена высокая антимикотическая активность тимола и в отношении патогенных грибов. Кроме того, трава тимьяна обладает и некоторыми спазмолитическими свойствами в связи с содержанием в ней флавоноидов, что имеет немаловажное значение в механизме отхаркивающего действия растения.
45	Тыква обыкновенная	Однолетнее колю-	Листья крупные, оче-	Цветки душистые,	Плод («тыкви-	Используемые орга-

	<p>Cucurbita pepo сем. Cucurbitaceae</p>	<p>чешершавое травянистое растение с мощной глубоковетвляющейся мощной корневой системой. Стебли от основания ветвистые, с резко гранеными ветвями (плетями), достигающими длиной до 8 м и больше, с трехпятираздельными спирально закрученными усиками..</p>	<p>редные, черешковые, сердцевидные, зубчатые. Стебли и листья покрыты короткими шиловидными жесткими волосками.</p>	<p>раздельнополые. Растение однодомное.</p>	<p>на») многосемянный, шаровидный или продолговатый, гладкий, различной окраски, с желтой мякотью. Семена имеют две оболочки: наружную - деревянистую и внутреннюю - пленчатую. Цветет в июне — июле, плоды созревают в августе - октябре.</p>	<p>ны: семена и мякоть плодов. Семена тыквы эффективны против различных ленточных глистов (свиного, бычьего и карликового цепней, широкого лентеца и др.), а мякоть тыквы - как мочемочегонное средство. Мякоть тыквы показана при воспалении толстой кишки, при колитах, запорах, при заболевании сердечнососудистой системы с отеками. Она способствует выведению холестерина. Тыква — низкокалорийный продукт, поэтому ее рекомендуют принимать при ожирении, малокровии, пиелоненефритах, острых формах уретритов, при бессоннице.</p>
46	<p>Тысячелистник обыкновенный Achillea millefolium L.</p>	<p>Многолетние растение с длинными корневищами, зелё-</p>	<p>Листья дваждыперисторассечённые, в очертании ланцетные</p>	<p>Соцветия корзинки 3–5 мм в диаметре, в сла-</p>	<p>Плод – продолговатая семянка без</p>	<p>В лечебных целях используют как траву, так и соцветия. Тра-</p>

	сем. Asteraceae	ное, относительно слабоволосистое или почти голое, 10–80 см высотой. Стебель прямой, простой.	или линейные, сегменты их надрезаны на 3–5 ланцетных или линейных долек.	бовыпуклых щитках . Листочки обёртки голые или слабоволосистые, зелёные, с перепончатой окраиной. Язычки краевых пестичных цветков белые, реже розоватые, 1,5–4 мм длиной. Срединные цветки трубчатые, обоюполюе.	хохолка.	ва тысячелистника обладает противовоспалительным и бактерицидным свойствами. Издавна тысячелистник использовался как кровоостанавливающее средство и назывался "раневой травой". Его назначают при туберкулёзе лёгких и лимфатических желёз, анемии. Препараты растения применяют при воспалительных процессах, аллергии, зубной боли. Употребляют в виде настоев, отваров, экстрактов при различных заболеваниях желудочно-кишечного тракта, язвенных болезнях и гастритах, атеросклерозе, гриппе, катаре верхних дыхательных путей. Настой повышает свёртываемость крови.
47	Укроп пахучий <i>Anethum graveolens</i> L. сем. Apiaceae	Однолетнее растение высотой до 100-150 см. Стебель пря-	Листья очередные, многократно рассеченные на линейно-	Мелкие желтые цветки собраны в сложные зонти-	Плоды - мелкие коричневые двусемянки (висло-	Все части растения содержат эфирное масло. Особенно бо-

		<p>мостоячий, одиночный, ветвистый, круглый, бороздчатый. Корень прямой, ветвистый.</p>	<p>нитевидные сегменты, верхние - с белоокаймленными влагалищами и уменьшенную пластинкой.</p>	<p>ки.</p>	<p>плодник). Растение благодаря наличию эфирного масла обладает приятным специфическим запахом. Цветет с мая по сентябрь, плоды созревают в августе-сентябре.</p>	<p>гаты им плоды и стебли. Укроп богат и жирным маслом, наряду с маслами он богат витаминами С, В1; и В2, никотиновой и фолиевой кислотами, а также веществами из группы флавоноидов, солями кальция, калия, железа и фосфора. В свежей зелени укропа содержится витамин С и каротин.</p> <p>Препараты укропа обладают сосудорасширяющим, мочегонным, противовоспалительным и антисептическим свойствами, стимулируют отделение желудочного сока.</p> <p>Применяют внутрь при пиелонефритах и почечнокаменной болезни, используют как потогонное и отхаркивающее средство при простудных заболеваниях и заболеваниях верхних дыхательных путей, а так-</p>
--	--	---	--	-------------------	--	--

						же при гастритах с пониженной кислотностью, заболеваниях печени и желчевыводящих путей, расстройствах пищеварения, для усиления секреции молока у кормящих женщин, при бессоннице. Детям отвар плодов назначают при метеоризме и болях в животе. Наружно укроп применяют в виде примочек при гнойничковых поражениях кожи и глазных воспалительных заболеваниях: конъюнктивитах, иритах и иридоциклитах.
48	Фенхель обыкновенный (укроп аптечный) Foeniculum vulgare Mill. сем. Ariaceae	Многолетнее травянистое растение. Корень веретенообразный, маловетвящийся. Стебель прямостоячий, круглый, с малозаметными бороздками и синеватым налетом, наверху сильновет-	Листья сизоватые, рассеченные на длинные узкие, почти нитевидные дольки, переходящие у основания в желобчатый черешок.	Цветки - сложные зонтики , мелкие, желтые.	Плод - двусемянка (вислоплодник) продолговатой формы, голый, коричнево-зеленый.	Плоды содержат до 6% эфирного масла, до 12% жирного масла, а также белки, сахар и др. Фенхель содержит большое количество витамина С - 50-90 мг%, каротина - 6-10 мг%, витамины В, Е, РР. Плоды

		вистый, высотой 2 м.				<p>фенхеля входят в состав слабительного, ветро-, желчегонного, грудного и успокоительного сборов.</p> <p>Масло используют для получения укропной воды, употребляемой при метеоризме, особенно у детей.</p>
49	<p>Хмель обыкновенный Humulus lupulus L. сем. Cannabaceae</p>	<p>Травянистое растение с длинным корневищем и вьющимися 4-гранными стеблями, достигающими 10 м в длину.</p> <p>Многолетник, цветёт в июле–августе, плоды в сентябре.</p>	<p>Листья супротивные, длинночерешковые, крупнопильчатые, глубокосердцевидные, цельные или 3–5-лопастные, снизу шероховатые, с крупными ланцетными прилистниками. Растение двудомное.</p>	<p>Цветки мелкие, зеленовато-бурые.</p> <p>Тычиночные цветки с 5 тычинками, собраны в редкие пазушные метельчатые соцветия. Женские цветки с 1 пестиком, собраны в виде конечных и боковых головчатых колосьев, сидят по 2 в пазухах покровных чешуй, которые при плодах разрастаются, образуя так называемую "шишку".</p>	<p>Плоды – круглые односемянные орешки.</p>	<p>Лекарственное, пищевое.</p> <p>Используют шишки хмеля, которые заготавливают незадолго до полного созревания в фазе зеленовато-жёлтой окраски, затем сушат. Собирают также отдельно желёзки в виде золотисто-жёлтого порошка, который получают при встряхивании и последующем просеивании сухих соплодий. Применяют как средство, возбуждающее аппетит и способствующее пищеварению при заболевании желудочно-</p>

						<p>кишечного тракта, как мочегонное – при воспалительных заболеваниях почек и мочевого пузыря.</p> <p>Настой из шишек применяют в качестве средства, успокаивающего центральную нервную систему, при невралгии и невралгиях, бессоннице.</p> <p>Наружно настой или отвар используют для мытья головы при выпадении волос и облысении, в виде примочек – как болеутоляющее средство при ушибах. При подагрических и ревматических болях применяют мазь из сухих шишек, растёртых в порошок.</p>
50	<p>Черда трехраздельная <i>Bidens tripartita</i> L. сем. Asteraceae</p>	<p>Травянистое растение высотой до 1 м, с сочным цилиндрическим стеблем и супротивными ветвями. Однолетник, цветёт с конца июня до сентября, плодоносит в конце октяб-</p>	<p>Листья темно-зелёные, срастающиеся основаниями, трехраздельные с ланцетовидными зубчатыми долями.</p>	<p>Цветки мелкие, жёлтые, трубчатые, собраны в крупные плоские корзинки (<i>кисть корзинок</i>), окружённые двойной обёрткой и расположенные на кон-</p>	<p>Плод - семянк с 2-3 зазубренными щетинками.</p>	<p>Лекарственное. Введено в культуру. Применяют листья и цветы. Собирают верхушки растения с листьями, нераспустившимися цветочными корзинками в июле.</p>

		ря. Гигрофит		цах ветвей.		<p>Препараты череды обладают мочегонным, потогонным, противовоспалительным, противоаллергическим, кровоостанавливающим, антисептическим и ранозаживляющим действием. Способствуют улучшению пищеварения.</p> <p>Применяется как противоаллергическое и противовоспалительное средство при лечении различных заболеваний кожи у детей - диатезах, скрофулезе, высыпаниях. Эффективно сочетание приема настоя травы внутрь и наружно в виде ванн, обмываний и примочек.</p>
51	<p>Чистотел большой <i>Chelidonium majus</i> L. сем. Papaveraceae</p>	<p>Травянистое растение высотой 30–100 см с ярко-оранжевым млечным соком. Корневище короткое, многоглавое, корень</p>	<p>Листья очередные, сверху зелёные, снизу сизоватые. Прикорневые и нижние стеблевые листья с черешком, верхние сидячие. Ли-</p>	<p>Цветки жёлтые, собраны в простые 4–8-цветковые зонтиковидные соцветия на верхушках</p>	<p>Плод – стручковидная коробочка. Семена яйцевидные, чёрные, блестящие с белыми гребневид-</p>	<p>Используют надземную часть (траву) растения. Для получения млечного сока рекомендуется использовать траву в свежем</p>

		<p>стержневой, ветвистый. Стебель один (реже несколько), прямостоячий, в верхней части разветвлённый.</p> <p>Многолетник, цветёт в мае–июле, плоды созревают в июле–сентябре.</p>	<p>стовые пластинки тонкие, глубоко перисто-раздельные с 3–5 парами округлых неравномерно городчатых долей, верхняя доля более крупная, обычно трёхлопастная.</p>	<p>стебля и веток.</p>	<p>ными присеменниками.</p>	<p>виде, так как сушка уменьшает его содержание.</p> <p>Траву, корни и свежий сок применяют при кожных болезнях, трудно заживающих ранах, волчанке, при опухолях кожи. Свежий млечный сок используют для сведения бородавок, мозолей, тёмных пятен на коже. В равных частях с ромашкой (по 1 ст. ложке на стакан кипятка, кипятят 4–5 мин, настаивают до охлаждения) применяют для полоскания полости носа и глотки при полипах в носу.</p>
52	<p>Шалфей лекарственный <i>Salvia officinalis</i> сем. Lamiaceae (Labiatae)</p>	<p>Шалфей лекарственный – это многолетний полукустарник с сильным ароматным запахом, который достигает высоты до 1 м. У этого растения мощный деревянистый корень. Шалфей лекар-</p>	<p>Листья шалфея лекарственного накрест супротивные, продолговатые, опущенные, черешковые, серозеленые.</p>	<p>Пахучие цветки на коротких цветоножках, двухгубые, собраны по 6–10 в ложные мутовки (дихазий), синев фиолетовые.</p>	<p>Плод – ценобий. Семена темного бурого или черного цвета, гладкие, округло-яйцевидные.</p>	<p>В лекарственных целях используется трава и листья шалфея лекарственного. Листья шалфея, которые содержат эфирное масло шалфея, горькие и дубильные вещества, олеаноловую и урсоловую кислоты,</p>

		<p>ственный имеет ветвистые стебли, сильно облиственные, четырёхгранные, у основания деревянистые.</p>				<p>фитонциды и смолистые вещества активно действуют против туберкулезной микобактерии. Также листья шалфея имеют противовоспалительные, дезинфицирующие, кровоостанавливающие, вяжущие, ограничивающие потоотделение и мягчительные свойства. Настои из листьев шалфея оказывают небольшое спазмолитическое действие, повышают секреторную деятельность желудочно-кишечного тракта. Масло шалфея с древних времен используется в медицине. Основное свойство эфирного масла шалфея – это тонизирующее и расслабляющее воздействие. Корни шалфея используются в качестве противовоспалительного и болеутоляющего.</p>
--	--	---	--	--	--	--

53	<p>Шиповник обыкновенный <i>Rosa canina</i> L. сем. Rosaceae</p>	<p>Кустарник высотой до 3 м. Ветви дуго-видно-изогнутые, реже почти прямые. На ветвях попарно сидят крепкие серповидно-изогнутые, расширяющиеся к основанию шипы. Иногда шипы бывают прямые.</p>	<p>Непарноперистые листья длиной 8–10 см обычно состоят из 7 (реже 5, 9) эллиптических остродвоякопильчатых листочков, к вершине заострённых. Листья с обеих сторон совершенно голые и гладкие.</p>	<p>Цветки диаметром 4–7 см, бледно-розовые, одиночные или по 3–5 шт. в щитках. Чашелистики после отцветания вниз отогнутые.</p>	<p>Плоды – односемянные орешки (цинародий), которые заключены в разросшийся, внутри волосистопушенный, мясистый гипантий, служащий оболочкой красного продолговатой или округлой формы.</p>	<p>Лекарственным сырьем служат плоды, реже цветы, листья и корни. Плоды содержат пектиновые вещества, витамины, кислоты, флавоноиды. Шиповник является поливитаминным растением, его плоды по количеству витаминов значительно превосходят другие растения. Настой плодов назначают при авитаминозах, малокровии, истощении, атеросклерозе, как средство против гриппа. Отвар корней используют при желче- и мочекаменной болезнях, малярии, болезнях печени, селезёнки, гипертонической болезни, циститах, перемежающейся лихорадке, болезнях сердца. Обладает бактерицидными свойствами. Отвар надземных частей назначают при диарее, диспепсии, ревматизме; настой – при энтеритах, коли-</p>
----	---	---	---	---	--	--

						<p>тах, как обезболивающее средство при гастритах.</p> <p>Отвар листьев употребляют при скарлатине, тифе, диарее, нефритах, туберкулезе, в качестве болеутоляющего при коликах, гастралгиях, при родах. Галлы рекомендуют для лечения зоба, в качестве детоксикационного, вяжущего средства.</p> <p>Лепестки в свежем виде применяются в гомеопатии; настой из них в виде примочек – как гемостатическое.</p> <p>Отвар лепестков рекомендуется при диарее, желудочных коликах, гипoaцидном гастрите, при циститах, нефритах, моче- и желчекаменной болезни, анемии, в том числе злокачественной, как адаптогенное средство при инфекционных заболеваниях, респираторных</p>
--	--	--	--	--	--	---

						<p>инфекциях, пневмонии, язвенной болезни, диабете, в качестве жаропонижающего, вяжущего, диуретического, гемостатического, желчегонного, антигельминтного средства. Наружно декоративное, лекарственное, дубильное. Используется в парках и скверах, при создании колючих изгородей. Молодые растения – лучший подвой для садовых роз. употребляется для лечения ран и ожогов.</p>
--	--	--	--	--	--	---