Содержание

Введение 6

Условные обозначения 8

Когда собирать лекарственные растения 24

Приготовление лекарственных средств 25

Белая страница 31

Пурпурная страница 111

Розовая страница 143

Желтая страница 181

Зеленая страница 253

Голубая страница 287

Синяя страница 313

Фиолетовая страница 327

Группы основных лекарственных растений по их преимущественному действию 342

Указатель русских названий 345

Указатель латинских названий 347

Введение

Для изучения любого предмета всегда следует ознакомиться с простыми понятиями и терминами, которыми оперирует данная наука. Большинству читателей слово «ботаника» напоминает легкое туманное облачко, осевшее где-то в глубинах памяти, из которого редкими дождиками выпадают понятия «корень», «одуванчик», «корзинка». В современных школах предмета «Ботаника» нет вообще (это лишь раздел биологии), тогда как познание мира, как сказал один поэт, начинается с былинки, «что во поле, под ветром склоняясь, растет». Попробуйте окунуться в этот чарующий и хрупкий мир, научитесь различать в нем цветы и травы, а затем и использовать их с пищевой или лечебной целью. Ваши познания принесут неоценимую пользу окружающим вас людям и зверям, помогут научить любить нашу великолепную природу, уметь брать из нее все необходимое и, конечно же, охранять ее.

Надеюсь, в этом поможет данный справочник-определитель, в котором приведены фотографии, сделанные в средней полосе России.

Условные обозначения

СРОК:

двулетнее растение

однолетнее растение

многолетнее растение

СБОР (ПЕРИОД И ЧАСТИ РАСТЕНИЯ):

листья

корни

цветы

плоды

растение целиком

корнеплоды

МЕСТА ПРОИЗРАСТАНИЯ:

болота

поле

смешанные леса

придорожная полоса

хвойные леса

у воды

лиственные леса

рядом с жильем человека

РОСТ:

50–120 см

СЪЕДОБНОСТЬ:

растение ядовито

растение не ядовито

КРАТКОЕ ОЗНАКОМЛЕНИЕ С БОТАНИЧЕСКИМИ ТЕРМИНАМИ, ИЛИ КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ СПРАВОЧНИКОМ

Все научные названия растений даются в соответствии с классификацией, первоначально разработанной шведским ученым Карлом Линнеем еще в XVII веке и значительно дополненной за прошедшие с той поры три столетия. Первое слово в названии любого биологического объекта, в частности растения, обозначает род, к которому он относится. Второе слово определяет вид именно этого экземпляра, а заглавная буква (несколько букв) в конце названия является обозначением фамилии автора, впервые описавшего. Например, Viola (род – фиалка) tricolor (вид – трехцветная) L. (Линней); Viola (род – фиалка) rupestris (вид – песчаная) Schmidt (Шмидт) и т. п. Иногда одно и то же растение было описано и включено в различные классификаторы двумя и более учеными и имеет несколько латинских названий, после которых стоят различные инициалы. Например, Lychnis viscaria L., Viscaria vulgaris Roehl., Lychnis viscose Scop. – все это одно растение, смолка липкая из семейства гвоздичных.

У многих растений имеются 2–3 и более традиционных названий, принятых в той или иной местности, среди народов, говорящих на разных языках. Например, Delphinium consolida L. известен как живокость полевая, рогатые васильки, шпорник посевной, сокирки, зозумены черевички, острожки и т. д. Во избежание путаницы всегда указывается научное название объекта на латинском языке, по которому можно точно понять, о каком растении идет речь. Ал-

фавитный указатель русских (в нашем случае) и латинских названий растений, обычно помещенный в конце любого справочника, помогает быстро найти искомый вид.

Растения объединяются учеными в **семейства** на основании похожих признаков строения – листьев, цветков, плодов. Например, в семейство злаковых объединены растения, для которых характерно образование колоска, а представителя семейства мотыльковых (иначе Бобовых) сразу узнаешь по строению цветка или стручка, в котором заключены плоды. В каждом семействе различают несколько, реже один, **родов**, к которым относятся несколько **видов** растений, весьма сходных между собой по многим признакам. К семейству бобовых, или мотыльковых, отнесены род *Trifolium* – клевер; *Vicia* – бобы; *Lathyrus* – чина и т. д. К роду клевер – клевер ползучий (*T. repens L.*), клевер луговой (*T. pratense L.*), клевер пашенный (*T. arvense L.*) и др.

При сборе целебных и пищевых растений необходимо четко идентифицировать каждый вид. Небрежность в этом вопросе может привести к серьезным отравлениям. Например, многие представители семейства зонтичных обладают полезными и целебными свойствами (тмин, бедренец-камнеломка, дягиль), но их легко спутать с представителями этого же семейства, наделенными ядовитыми свойствами (болиголов крапчатый, вех, или цикута). Для точной идентификации найденного растения нужно сравнить его строение с теми описанием и фотографией, которые помещены в справочнике, при этом учесть форму и окраску цветка, вид и строение стебля с листьями, при необходимости выкопать корень.

Определение проще всего начинать с цветущих экземпляров, и для простоты поиска все приведенные в книге растения разбиты на группы в соответствии с окраской венчика цветка, так как это первое, что бро-

сается в глаза на цветущем лугу. Скомпонованные таким образом группы целебных трав размещены в справочнике на страницах соответствующего цвета. Например, растения из разных семейств, но с желтыми цветками – одуванчик, лапчатки, сурепка – попадут в раздел «Желтые страницы», незабудка и цикорий – в раздел «Голубые страницы», и т. д.

Размеры и ботанические особенности каждого растения, места его произрастания, вынесенные в начало определителя каждого вида, несомненно позволят даже начинающему любителю быстро идентифицировать конкретный экземпляр и сравнить его с фотографией, сделанной в его естественной среде обитания.

Краткое ознакомление с принципами, положенными в основу классификации растений по строению цветка, плодов, листьев, стеблей и корней, облегчит читателю восприятие текста. Все простые и понятные термины, употребляемые в ботанике, легко запомнить по фотографии, иллюстрирующей каждое конкретное понятие. Если растение уже знакомо, тем легче оперировать специальными терминами применительно к представителю этого же семейства. Например, все губоцветные (сем. *Labiatae*) имеют сходное характерное строение цветка. Увидев такой же цветок на незнакомом экземпляре, следует отнести его к этому семейству и искать далее на страничке нужного цвета.

В данном издании не приведены классические ботанические классификаторы, по которым шаг за шагом можно «вычислить» любого незнакомца. Наша задача проще – найти нужный вид в определенном месте и в нужное время, ориентируясь на фотографию и краткое описание растения. Для правильного понимания текста нужно ознакомиться с приведенными ниже примерами, объясняющими строение цветка, соцветий, стеблей, листьев и корней, общеупотребимых в ботанике.

Цветок обычно состоит из *чашечки*, сидящей на стебле и окрашенной, как правило, в зеленый или коричнево-бурый цвет. Чашечка может быть покрыта листиками (*чашелистиками*) или чешуйками, ворсинками. Из нее выходят яркие *лепестки*, образующие *венчик* – каждый своей формы у растений различных семейств. Венчики бывают правильные (то есть симметричные) – *колокольчатый*, *воронковидный*, *колесовидный*, *гвоздевидный* – и неправильные – *мотыльковый*, *двугубый* и *язычковый* (см. фото в конце раздела).

Внутри каждого цветка находятся органы размножения: *тычинки* и *пестик*, имеющий нижнюю расширенную часть – *завязь*. Из нее впоследствии формируется *плод*. У некоторых трав количество тычинок бывает строго определенным, у других же их просто много. Пестик обычно один, и при оплодотворении на его месте образуются *семена* и *околоплодные оболочки*. Плоды бывают сухие и сочные, а семена имеют самое разнообразное строение.

Плод *костянка* сочный, внутри одно семечко. *Ягода* – сочный плод со множеством семян. Плод *коробочка* действительно похож на коробочку причудливой формы, в которой спрятаны семена. В известном всем *стручке* семена лежат по срединной перегородке, расположенной внутри внешних оболочек. *Бобы* – это распадающийся на две половинки стручок без перегородки, в котором семена лежат на створках. *Зерновка* – это зерно, известное по злакам. Характерные семена с хохолком, «парашютики», называются *летучки* (одуванчик). *Семянка* – сухой плодик с одним зернышком.

Цветки, из которых затем образуются семена, располагаются на стеблях по одному или собраны в соцветия самых необыкновенных форм и размеров. Наиболее характерные формы соцветий имеют названия и присущи

определенному семейству растений, зачастую само название семейства дано по типу строения цветка (семейство гвоздичные) или соцветия (семейство зонтичные). Цветки бывают собраны в кисть, метелку, колос, щиток, зонтик, головку, корзинку.

Соцветия разных видов могут сильно отличаться друг от друга, но характерное строение присуще всем представителям семейства, к которому отнесена та или иная группа растений. Так, в очень разнообразном по составу семействе сложноцветных (сем. Compositae) все отнесенные к нему растения имеют характерное *соцветие-головку* или *корзинку*. Корзинка имеет плоское или выпуклое дно, на котором размещаются отдельные цветки двух типов (иногда только одного). Серединка состоит из трубчатых цветков, плотно упакованных наподобие сот, а краевые лепестки свободно обрамляют серединку и часто бывают другого цвета. Характерный пример – ромашки, у которых трубчатые желтые сердцевинки и краевые белые лепестки (помните гадание «любит – не любит»?). По строению, окраске цветка и наличию обвертки (дополнительных мелких лепестков зеленого, бурого цвета, окружающих чашечку) и определяют попавший в руки цветок. Иногда различия столь незначительны, что требуется лупа для внимательного изучения дополнительных признаков: наличия одного или нескольких пестиков, количества тычинок, их расположения в цветке. В более простых случаях достаточно внимательно прочитать описание растения, пользуясь усвоенными ботаническими терминами.

Соцветие *кисть* представляет – собранные вместе, сидящие на стерженьке одиночные цветки на коротких ножках. Соцветие *метелка* имеет более сложную структуру и напоминает веревочную швабру. Плотно собранные цветочки, сидящие прямо на стерженьке, образуют

колос или *початок*, если середина стержня толстая и мясистая. Соцветие *щиток* названо за свою форму в виде гладиаторского щита: все цветки расположены на одном уровне и лежат в единой плоскости. Соцветие *сережка* представляет собой свисающую кисть из плотно собранных мелких цветков. У *зонтиков* отдельные цветки на длинных цветоножках отходят из одной точки, расположенной на стебле. Понятие *«сложный зонтик»* подразумевает наличие мелких пучков цветков на длинных цветоносах, собранных в более крупный зонт.

Определив строение цветка, обратите внимание на тип стебля растения, наличие корневища, клубня или луковицы (подземных частей) и строение листа.

Стебли бывают *прямостоячие*, *вьющиеся*, *стрелкой*, *цепляющиеся*, *ползучие* и др. По форме и строению стебли описывают как *круглые*, *четырехгранные*, *трехгранные*, *сплюснутые*, *полые*, *крылатые*, *плотные*, *мягкие*, *гладкие*, *с волосками* и т. п. При рассматривании растения нужно непременно обратить внимание на тип несущего стебля.

Большое значение для определения растения имеют **листья**.

Листья, располагающиеся на стебле поочередно, называются *очередными*. Если два листа находятся друг напротив друга, такое расположение называется *супротивным*. Несколько собранных вокруг стебля листьев образуют *мутовку* – это мутовчатое расположение.

Место прикрепления листа называется узлом, часть стебля между ними – *междоузлием*. Листовая пластинка может прикрепляться к стеблю на более или менее длинном черешке (лист *черешковый*) или непосредственно прикрепляться к стеблю (лист *сидячий*). У такого листа могут быть дополнительные маленькие листочки по краям пластинки в виде прилистников или усиков. Сильно расширенная

часть сидячего листа иногда разрастается, образуя как бы полость вокруг стебля – *влагалище*, иногда с дополнительными листочками при основании – *прилистниками*.

Форма листовых пластинок у различных растений столь разнообразна, что невозможно кратко описать все возможные варианты. Ограничимся лишь несколькими, наиболее употребительными терминами. Листья можно классифицировать как *линейные, ланцетные, яйцевидные, сердцевидные, почковидные, эллиптические, округлые, стреловидные, игольчатые*.

Края листовой пластинки у различных растений могут представлять собой гладкую или неровную линию. В зависимости от этого лист называют *цельнокрайним, зубчатым, пильчатым, городчатым*.

Помимо неровного края, листовая пластинка может иметь сильные вырезы, доходящие до 1/3 длины листа от края до центра – такие листья называют *лопастными*. Если лист рассечен до половины длины, его называют *раздельным*, а если до самого центра – *рассеченным*. Если лопасти листа расположены по бокам центральной жилки, листья называются перистыми и подразделяются на *перистолопастные*, *перистораздельные* и *перисторассеченные*. Если лопасти листа расходятся от центра, из одной точки, то такие листья называют *пальчатолопастными*, *пальчатораздельными* и *пальчаторассеченными*.

Различают и так называемые *сложные* листья, состоящие из черешка, на котором прикреплено много отдельных листочков. Они носят названия парноперистых и непарноперистых в зависимости от того, заканчивается лист листочком или нет. Самой простой формой является лист *тройчатый* (известный всем лист клевера), а сложный лист, собранный из 5–7 листовых пластин, называется *пальчатосложным*.