

ББК 42.143я73

Ц 34

**Ц 34** Целебные свойства дикорастущих растений: Учебное пособие. — СПб.: Издательство «Лань», 2019. — 452 с.: ил. — (Учебники для вузов. Специальная литература).

**ISBN 978-5-8114-3175-5**

Учебное пособие даёт исчерпывающие сведения об основных органических, биологически активных и минеральных веществах содержащихся в дикорастущих растениях, которые используются для лечения в народной и научной медицине. В нём широко представлены дикорастущие растения лугов и степей, болот, водоёмов и их берегов, лесов, кустарников, а также сорные растения, в том числе распространённые в Белгородской области. Приводятся сведения об их распространении, местообитании, морфологии, химическом составе и лекарственных свойствах, применении в научной и народной медицине. Дана информация о сроках сбора и заготовки лекарственных растений, сушке, сроках и условиях хранения сырья. Описываются способы приготовления из дикорастущих растений различных препаратов: отваров, настоев, вытяжек, экстрактов, порошков и мазей, применяемых в народной медицине.

Издание предназначено для бакалавров, обучающихся в сельскохозяйственных вузах по направлениям «Агрономия», «Агрохимия и почвоведение», «Технология производства и переработки сельскохозяйственной продукции», а также для тех, кто интересуется дикорастущими растениями, их лекарственными свойствами.

ББК 42.143я73

**Рецензенты:**

*Т. П. КОБОЗЕВА* — доктор сельскохозяйственных наук, профессор кафедры эксплуатации машинотракторного парка и высоких технологий в растениеводстве РГАУ — МСХА им. К. А. Тимирязева;  
*Е. Н. СТРАТИЕНКО* — доктор медицинских наук, профессор кафедры физического воспитания и основ медицинских знаний Брянского государственного университета им. И. Г. Петровского;  
*О. Н. ШКИТЫРЬ* — кандидат педагогических наук, доцент, зав. кафедрой физического воспитания и основ медицинских знаний Брянского государственного университета им. И. Г. Петровского;

**Обложка**

*Е. А. ВЛАСОВА*

© Издательство «Лань», 2019

© Коллектив авторов, 2019

© Издательство «Лань»,

художественное оформление, 2019

## **ВВЕДЕНИЕ**

Лечение целебными растениями сопровождало человечество с его колыбели и было почти единственным источником лекарственных средств. Многовековой опыт человека из поколения в поколение совершенствовался и обогащался новыми наблюдениями по применению лекарственной флоры. В последующем ботаники, биологи, медики, химики пополнили народные наблюдения и дали научное обоснование практическому использованию многих лекарственных средств. В далеком прошлом от истоков медицины и до наших дней испробовано множество различных методов и средств лечения. По мере совершенствования химического синтеза человек научился создавать биологически активные вещества, которые помогли побороть многие, ранее неизлечимые болезни. Быстрота и надежность их действия позволили вытеснить лекарства растительного происхождения. Однако было установлено, что синтетические лекарственные средства в значительной степени неприемлемы для организма, и прием их сопровождается аллергией, появлением побочных реакций в виде покраснений, зуда, сыпи, крапивницы, язв и других проявлений.

Еще в 1661 году один из основоположников натуральной гигиены Р. Трол отмечал, что система лекарственной медицины ложна, неверна с философской точки зрения, абсурдна с научной, враждебна природе, противоречива здравому смыслу, катастрофична по результатам, она проклятие для человеческого рода.

По мере совершенствования знаний в современном растениеводстве, медицине и ветеринарии лечение растениями не только не утратило своих позиций, но привлекает к себе более пристальное внимание в связи с небольшой их токсичностью и возможностью длительного применения без проявления негативных побочных действий.

Природа вокруг нас богата лекарственными растениями не только наших полей, огородов, садов, но и лесов и лугов, которыми пользуются тысячи людей. Терапевтическая ценность большинства из них непревзойденна и признана научной медициной. Знаменитый врач древности Гиппократ писал: «Медицина есть искусство подражать целебному воздействию природы».

На Руси говорили: «На всякую болезнь зелень вырастает» и свято верили, что каждый цветок, каждая травинка имеет целебную силу. Древняя мудрость гласит: «Если посмотреть мир глазами врача, кото-

рый ищет лекарства больному, то мы увидим, что живем в мире лекарств».

Известно предание, повествующие о том, что древнеиндийского врача Чарки учитель послал в лес принести несколько совершенно бесполезных растений. «Учитель, — сказал, вернувшись из леса Чарки, — я три дня ходил по лесу и не нашел ни одного бесполезного растения», а швейцарский ученый, химик и врач эпохи Возрождения Парацельс писал: «Все есть яд, ничто не лишено ядовитости и все есть лекарство. Одна только доза делает вещество ядом или лекарством». Большой знаток лекарственных растений Б. П. Токин утверждал: «Нелекарственных растений нет, поскольку в каждом есть фитонциды».

Информация о лекарственных растениях нужна не только специалистам — фармацевтам, врачам, ботаникам. В ней нуждаются и неспециалисты, которые не могут пользоваться специальной литературой без соответствующей подготовки, поэтому им нужно научно-популярное пособие по лекарственным растениям, применяемым в медицине.

Это еще необходимо в связи решением комплекса проблем, связанных с охраной окружающей среды. Очень остро встал вопрос об охране не только растительности в целом, но и отдельных видов пищевых и лекарственных растений лугов и лесов, которые подчас заготавливают сверх разумных пределов, что сокращает их природные запасы, а некоторые оказались на грани исчезновения.

В предлагаемой вниманию читателя книге популярно, с позиции биологической, агрономической и медицинской наук представлены самые типичные для средней полосы России виды дикорастущих лекарственных растений, которые являются основой многих народных рецептов. Показаны целебные свойства и правильное их использование.

При сборе лекарственных растений необходимо знать их внешний вид, какие органы (корни, корневища, клубни, луковицы, стебли, листья, соцветия, почки, плоды, семена и т. д.) имеют применение, в какое время должен проводиться сбор и как именно он выполняется, как должна вестись сушка растений, какие меры должны быть применены для лучшего сохранения заготавливаемого материала и его применения. Ответы на эти и другие вопросы читатель получит в этой книге. Каждый прочитавший данную книгу обогатится необходимыми знаниями о целебных свойствах лекарственных растений, для многих она станет настоящим пособием — постоянным мудрым советчиком.

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ

## 1.1. Общие сведения о растениях и их применении

Лекарственные растения широко применяют при различных заболеваниях людей как в научной, так и народной медицине. Некоторые виды растений введены в культуру — их выращивают на плантациях специальных хозяйств. Но большая часть — дикорастущие, они в изобилии встречаются на лугах, болотах, в лесах, по склонам гор, в оврагах, в прижелезнодорожных полосах, на полях и огородах и «предлагают» человеку свои услуги — собирай только их вовремя и правильно используй.

С глубокой древности известно о широком использовании человеком целебных свойств растений, способах приготовления пищи и лекарств, лечении конкретных заболеваний. Об этом свидетельствуют находки археологов при раскопках древнейших цивилизаций на территории Ирака, Ассирии (страна Шумер), Египта, Греции, Китая, Индии, многих других государств. Например, среди остатков глиняных изделий археологи впервые находят материальные свидетельства врачебного искусства наших отдаленных предков — специальную посуду для растирания и варки лекарственных трав.

Обширными знаниями о целебных свойствах растений располагали ученые и лекари древних Ассирии, Египта, Греции и Италии (Древний Рим). Очевидно, ассирийцы довольно широко использовали целебные свойства лекарственных растений. На самых древних письменных источниках — глиняных табличках, обнаруженных в Ассирии, уже содержатся сведения о лекарственных растениях, причем наряду с описанием различных лекарственных растений указано, против каких болезней и в каком виде это растение должно применяться. Свои сведения о лекарственных растениях ассирийцы заимствовали преимущественно от шумеров и вавилонян, на табличках, составленных ассирийскими писцами, указаны названия растений на ассирийском, вавилонском и шумерском языках. В библиотеке ассирийского царя Ашшурбанипала найдены глиняные таблички с описанием заболеваний и способов их лечения лекарственными растениями. В столице Ассирии Ниневии был заложен ботанический сад, где выращивалось множество видов лекарственных растений.

Занятия египтян в области фитотерапии относятся к более позднему периоду и были заимствованы у вавилонян и ассирийцев, и многие лекарственные растения фигурируют у них под вавилонскими назва-

ниями. Всего лекарственных растений у египтян насчитывалось более 80. Еще за 4000 лет до н. э. египтяне составили некоторое подобие фармакопеи — последовательное описание применяемых в Египте лекарственных растений. Упоминания об этих фармакопеях исследователи находят в записях, сделанных на папирусе.

Многочисленные надписи и иероглифические изображения растений в храмах, пирамидах, саркофагах и гробницах, сведения об их использовании в лечебных целях, содержащиеся в папирусах, свидетельствуют о большом значении растений в жизни египтян. Уже в то время им были известны целебные свойства алоэ, акации, белены, горчицы, ивы, клещевины, льна, лотоса, мака, можжевельника, мяты, подорожника и многих других пищевых и лекарственных растений, не потерявших свое значение и в настоящее время, которые классифицировались по их фармакологическому действию — слабительные, рвотные, отхаркивающие и т. д.

У древних греков сложилась своя самобытная медицина, однако, некоторые фармацевтические средства они заимствовали у египтян, народов Северного Черноморья (Кавказ) и других. Греческие рукописные источники приводят множества сведений о лечебном использовании растений древности, их магическом действии. Упоминаются лекарственные травы и в мифах древних греков. Интересно, что греки свое знакомство с лекарственными растениями связывали с Кавказом, где якобы под покровительством богини Артемиды находился волшебный сад ядовитых и лекарственных растений, откуда эти растения и были вывезены в Грецию. Эта легенда, по-видимому, связана с действительно имевшим место вывозом в Грецию с Кавказа (из Колхиды) некоторых растений.

Как известно, религиозные представления древних греков основывались на многобожии. По их верованиям, существовал и специальный бог, ведавший лекарствами и в первую очередь лекарственными травами. Это был Асклепий, латинизированное имя которого Эскулап. Богом врачевания считался также Аполлон — один из главных богов греческого Пантеона.

Наиболее древние рукописи, в которых описано 236 видов лекарственных растений и дано научное обоснование их применения, принадлежат перу основоположника современной научной медицины выдающемуся врачу Древней Греции Гиппократу (460–377 гг. до н. э.). Он первый собрал воедино всевозможные медицинские наблюдения, придал им систему и философское обоснование. Книги, изданные под его именем, дошли до наших времен и включают свыше 60 сочинений. Большая часть лекарственных веществ, применявшихся Гип-

покротом и его последователями, заимствовалась из растительного царства.

Фундаментальный труд по лекарственным растениям, не утративший значения до настоящего времени, оставил знаменитый римский врач, грек Диоскорид в I в. н. э. В своей книге «О лекарственных средствах» он описал свыше 600 видов растений и дал их применение.

Народная медицина Древнего Рима развивалась под влиянием греческой медицины. Большой вклад в развитие древней медицины внёс крупнейший врач и естествоиспытатель Клавдий Гален (II в. н. э.), который во многих своих сочинениях по медицине и фармацевтике описал более 300 средств растительного происхождения, методики выделения из растений полезных веществ конкретного лечебного действия. Термин «галеновы препараты» — лекарства из растений, до сих пор применяется в современной врачебной практике, особенно в домашних условиях.

Среди выдающихся представителей арабской медицинской школы в первую очередь надо назвать Абу Али Ибн Сину, таджика по национальности, известного в Европе под латинизированным именем Авиценны (980–1037 гг.). Его произведение «Канон врачебной науки», составленное в трех частях, много веков было обязательным руководством врачей и целителей, в том числе и в средневековой Европе. Ибн Сина описал в своей книге около 900 видов лекарственных растений из разных частей света и способов их употребления. Книга переведена на русский язык.

Ибн Байтар, испанский араб, составил описание около 1400 лекарственных растений, дополнив тем самым списки Абу Али Ибн Сины.

Арабская медицина широко использовала сложные рецепты, в состав которых входило много видов трав в различных пропорциях. Такие рецепты стали популярны и в медицине Западной Европы. Вообще европейская аптека была создана по арабскому образцу и в первое время в основном пользовалась привозным арабским сырьем.

До нашего времени дошло значительное количество сочинений, рукописных до XV в. и печатных в последующие столетия, содержащих описания растений и способы их применения. Такие сочинения обычно называли «гербариями» (или травниками) и всегда сопровождали рисунками растений. Они известны на латинском языке и на других языках народов Европы — старонемецком, старофранцузском, польском и т. д. Лекарственные растения усиленно разводили преимущественно при монастырях.

Истории китайской медицины более 4000 лет, в ней интерес к фитотерапии чередовался с отказом в пользу иглоукалывания. Самая старая книга Китая о лекарственных растениях, дошедшая до нас, датирована III в. до н. э., в ней приведены описания 900 видов растений. Ученый Ли-Ди (VII в. н. э.) обобщил более 840 лекарств из растений. Это была фактически первая в мире фармакопея. Фармаколог Ли-Ши Чжень (XVI в. н. э.) после многолетней работы (27 лет) написал 52 тома «Основ фармакологии» (Бен-Цао — Ган-Му), где упомянул 1892 лекарственных средства растительного происхождения, которые не воздействовали на болезнь, а уничтожали ее проявления. Китайская традиционная медицина и в настоящее время серьезно относится к компонентам лекарственного сырья, составу растительных сборов, диагностике заболеваний и их лечению. Из китайской медицины заимствованы такие ценные растения, как женьшень, лимонник, пустырник, солодка, лук, чеснок, спаржа, астрагал, корица, камфара, мандарин, ревеня, кровохлебка, эфедра и многие другие.

Индийская фитотерапия развивалась независимо от китайской и других соседних стран, т. к. располагала собственной богатой флорой. Древнеиндийская фармакопея насчитывает до 800 растительных лечебных средств, известных современной медицине.

Древнейшая медицинская книга «Наука о жизни» (Яджурведа) составлена еще до новой эры, а лечебные средства, представленные в ней, до сих пор изучаются, дополняются и включаются в фармакопеи других стран.

На основе индусской медицины сформировалась тибетская, наследовавшая знания китайской, японской и монгольской медицины. Поэтому лечебные средства тибетской медицины многообразны, а способы лечения присущи в основном индийским.

Многочисленные, разнообразные пищевые и лекарственные растения использовались и арабской медициной. Существенное влияние на ее развитие оказали индийская, египетская и персидская медицины. Арабский фармаколог Аль-Бируни более 900 лет назад написал книгу «Фармакогнозия» (Китаб ас-сайдана), в которой описано 600 видов лекарственных растений.

Достаточно полные данные по исследованию растительных лекарственных средств имеются в Австралии, Африке и Америке. В Австралии при многих заболеваниях успешно применяют эвкалипты, в Африке — баобаб, кофе, катарантус, а в Америке — кокаиновый куст, дерево какао, дынное дерево, табак, перец, пеймус, мате, пилокарпус и другие пищевые и лекарственные растения.

Список лекарственных растений, бытовавших в Европе в Средние века, значительно пополнился в XV в. в связи с великими географическими открытиями, сделанными европейцами в Азии и Америке. Если самые популярные в Азии лекарственные растения в какой-то мере были известны в Европе от греков или арабов, то американские растения были для европейцев совершенной новинкой. Такой новинкой была кора хинного дерева, в то время новое и единственное средство против малярии, не потерявшее своего значения и до настоящего времени.

Лечение травами в Древней Руси также известно с незапамятных времен. В качестве лекарей у славянских народов выступали волхвы, знахари и колдуны. Имеются сведения, что в Древней Руси растения широко использовались для лечения сначала знатных, а затем всех больных и раненых людей. Об этом свидетельствует знаменитый труд под названием «Изборник Великого князя Святослава Ярославича» (1073 г.), в котором приводится описание многих пищевых и лекарственных растений, используемых для лечения.

Создание мощной восточнославянской державы — Киевской Руси и принятие славянами христианства в X в. очень усилило византийско-греческое влияние. Первым врачом на Руси был грек Иоанн Смер, приглашенный в Киев Владимиром Мономахом. Лекарства (сушеные травы) привозили из Константинополя — Царьграда и из генуэзских колоний в Крыму. Однако очень скоро в многочисленных монастырях русские ученые монахи начали собирать и сушить также местные лекарственные травы — преимущественно те, которые описывались в греческих травниках или были на них похожи, — и лечить ими больных.

Имеются сведения о том, что за семь столетий до А. Флеминга, открывшего пенициллин, в Киевской Руси уже было известно об антибактериальной активности этого гриба; аналогичные указания можно найти в некоторых грузинских средневековых «врачебных книгах».

Знаменитым событием в траволечении стало открытие по указу Ивана Грозного в 1581 г. в Москве первой аптеки, где для лечения применялся большой ассортимент пищевого и лекарственного растительного сырья. Начало широкому официальному использованию растений в России было положено в середине XVII века распоряжением царя Алексея Михайловича и создание Аптекарского приказа, в обязанности которому вменялось обеспечивать лекарственными растениями царский двор и армию. Сохранился приказ Александра Суворова от 1792 г., в котором указывались меры борьбы с кишеч-



ными заболеваниями, цингой, дизентерией и другими эпидемиями, употреблением воинами «ревеня и корня», конского щавеля, капусты, хрена, летних трав и ягод спелых, которые весьма помогали от этих и других заболеваний.

При Петре I в 1713 г. были организованы аптекарские огороды при военных госпиталях в разных городах России и, в частности, в Санкт-Петербурге (ныне Ботанический институт имени В. Л. Комарова), где при плантациях имелась лаборатория, склад для хранения сырья, оранжерея с иноземными тропическими растениями и научная библиотека. В 1724 г. Петр I подписал указ о прекращении ввоза растений из-за границы и широком использовании местного лекарственного сырья. В это же время начали заниматься сбором дикорастущих пищевых и лекарственных растений и в других регионах России. Помимо заготовки и выращивания пищевых и лекарственных растений на научную основу было поставлено изучение отечественной флоры.

Большой вклад в изучении отечественной флоры лекарственных растений и всей народной медицины России внесли ученые екатерининской эпохи — А. Т. Болотов, И. Г. Гомелин, С. П. Крашенинников, И. И. Лепехин и др. В 1778 г. была издана первая отечественная «фармакопея», где описано 300 видов отечественной флоры. Н. М. Амбодик-Максимович опубликовал свой многотомный труд «Врачебное веществословие», в котором описаны и зарисованы в красках многие лекарственные растения. Известный русский агроном и публицист А. Т. Болотов в издаваемом им журнале «Экономический магазин» поместил около 500 статей о применении лекарственных растений. Профессор Медико-хирургической академии А. П. Нелюбин издал двухтомную «Фармакографию».

В 1858 г. Ю. К. Трапп опубликовал на русском языке первый учебник фармакогнозии — науки о лекарственных растениях. В 1869 г. Г. Дракендорфом был издан капитальный научный труд «Лекарственные растения всех времен и народов», в котором описано 12000 видов растений.

Некоторое снижение интереса к фитотерапии в начале XIX в. связано с развитием химии и химико-фармацевтической, медицинской промышленности, появлении искусственных лекарственных препаратов. Однако основатели русских терапевтических школ Г. Н. Захарьин, Ф. И. Иноземцев, С. П. Боткин и другие продолжали при лечении больных систематически применять лекарственные растения, так как в этих случаях вероятность осложнений от их использования значительно меньше.