Более 100 видов целебных растений

Растительный мир Красноярского края чрезвычайно богат – более трех тысяч видов, из которых 498 внесены в региональную Красную книгу. Столь великое многообразие издавна использовалось человеком. Свыше сотни видов – в качестве лекарственных средств от различных недугов.

Южный гербарий

Одним из первых и самых ярких исследователей целебной флоры Енисейской губернии стал **Николай Михайлович Мартьянов** – создатель знаменитого краеведческого музея в Минусинске. Его первая и основная профессия – провизор, с которой он не расставался до конца жизни. Мартьянов предпринял множество научных экспедиций по исследованию юга региона, в которых изучение лекарственных растений стало одной из главных научных целей. Он собирал гербарии, записывал рассказы местных жителей о свойствах целебных трав, способах приготовления лекарств. В каталогах музея хранится описание 186 растений, применявшихся для лечения самых разных заболеваний. Рассказать о каждом из них нет возможности. Но даже отдельный фрагмент большой темы – например, как и чем лечились в Южной Сибири от кашля – удивляет многообразием средств. Этому посвящена статья Т. Л. Малышевой «Использование лекарственных растений от кашля, описанных в каталоге Н. М. Мартьянова, в современной фармакологии», представленной на Мартьяновских краеведческих чтениях 2021 года. Вот лишь некоторые из них.

«**Березовый мох** – растущий на коре березы, из класса лишайников. В виде отвара употребляют при кашле.

Пармелия (по латинскому названию растения) уникальна по своему составу, содержит усниновую кислоту, которая является сильнейшим природным антибиотиком, а также углеводы, лишайниковый крахмал, белки, жиры, соли калия, кальция и большое количество витамина С. В народной медицине пармелия используется для лечения туберкулеза легких, острого колита, токсической диспепсии, застарелого кашля, заболеваний ЖКТ, а также в качестве иммуностимулятора. Пармелия успокаивает слизистую дыхательных путей, а отваром пармелии бороздчатой обрабатывают язвы и раны от гноя.

Герань луговая, или журавельник луговой, – растение, содержащее крахмал, сапонины, дубильные вещества, флавоноиды, микроэлементы, витамин С. Заготавливают траву и корни с корневищем. Растение обладает вяжущим, дезинфицирующим, противовоспалительным, антибактериальным, антитоксическим, ранозаживляющим, кровоостанавливающим, успокаивающим, обезболивающим свойствами, а также способностью растворять отложения солей при почечно-каменной болезни, ревматизме и подагре. Применяют внутрь в виде настоя или отвара при лечении злокачественных новообразований, при переломах костей, эпилепсии, заболеваниях верхних дыхательных путей, лихорадке, гастритах, энтеритах, пищевых отравлениях, мочекаменной болезни, ревматизме, подагре и др. заболеваниях в виде настоя и отвара внутрь и наружно.

Листопадка, или мох легочный, – народные названия: обыкновенная медуница, слезы Марии и др. Применяется в виде отвара от кашля и рези в животе. Содержит растительную слизь, танины, органические кислоты, тритерпеноиды, обладает отхаркивающим, противовоспалительным и антибактериальным свойствами.

Полынь холодная – содержит аскорбиновую и ундекановую кислоты, флавоноиды, эфирные масла. Применяется в народной медицине как потогонное средство при кашле, лихорадке, пневмонии, туберкулезе легких, при ревматизме в качестве болеутоляющего средства, как кровоостанавливающее средство, как противопоносное и мочегонное в виде настоя или спиртовой настойки.

Северная флора

Несмотря на суровый климат, флора северных районов Красноярского края разнообразна и богата, в том числе лекарственными растениями. Исследования на юге Эвенкии и на Енисейском кряже легли в основу книги красноярских ученых С. Л. Шевелева и В. Н. Невзорова «Основные пищевые и лекарственные растительные ресурсы лесов Средней Сибири» (Красноярский государственный аграрный университет, 2017 г.). Приводим описание целебных свойств всем известных растений, например, таких как

Брусника

Ягоды брусники – ценный пищевой продукт. В них содержатся редуцированные сахара, органические кислоты, дубильные вещества, витамины Р и С. Листья заготавливают в качестве лекарственного сырья, они содержат арбутин, дубильные вещества, флавоноиды, гиперозид, урсоловую кислоту. В свежем виде листья брусники выделяют летучие фитонциды фенольного характера.

В народной и научной медицине плоды, листья и молодые побеги брусники широко используются при лечении мочекаменной болезни, суставного ревматизма, подагры.

Черника

Ягоды содержат инвертный сахар, свободные кислоты, пектиновые вещества, белки, глюкозиды, дубильные вещества и в небольшом количестве витамины С, В, В2, Р, РР и каротин… Лекарственные свойства черники были известны еще древним грекам. В качестве лекарственного сырья у черники используют зрелые ягоды, собранные без плодоножек, или листья, собранные до цветения. Листья входят в состав противодиабетических сборов, используются при лечении нейродегенеративных заболеваний. Ягоды являются хорошо вяжущим, противовоспалительным и антисептическим средством, имеют мочегонное, противоспазматическое свойства, а также могут увеличивать кислотность желудочного сока, снижать содержание сахара в крови. В листьях этого растения содержится до 20 % дубильных веществ, более 4 % гликозидов, гидрохинон, ряд органических кислот, в том числе аскорбиновая кислота (витамин С)… Во Франции путем экстрагирования получают антоциановые гликозиды черники и в виде таблеток применяют для улучшения остроты зрения ночью у водителей транспорта. Во время Второй мировой войны плоды черники и варенье из них использовались летчиками английской авиации для улучшения сумеречного зрения. Черника является составной частью меню космонавтов.

Голубика

По содержанию витамина С превосходит бруснику. Богата сахарами, каротином, органическими кислотами, дубильными веществами. Ягоды голубики применяют в народной медицине как витаминное и противовоспалительное средство, а отвар листьев – в качестве слабительного.

Отвар веток голубики вместе с листьями иногда употребляют при заболеваниях сердца. Л. Д. Шулятева (1964) пишет, что листья голубики улучшают усвояемость глюкозы тканями и могут представлять интерес как вспомогательное средство при лечении сахарного диабета.

Иван ПЕТРОВ
Фото Олега КУЗЬМИНА, Сергея БУРЛАКУ

Важно помнить, что применять лекарственные травы можно лишь по рекомендации врача. Только доктор может определить сочетаемость народных средств с другими препаратами, эффективность и последствия их воздействия на организм конкретного пациента.

Все материалы проекта на GNKK.RU