

24-5136

НА ДОМ НЕ ВЫДАЕТСЯ

Лучший  
определитель

Лекарственные  
растения  
России

24-05136

Аванта



А.Н. Филин

**ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ РОССИИ**

*Определитель*

*Аванта*



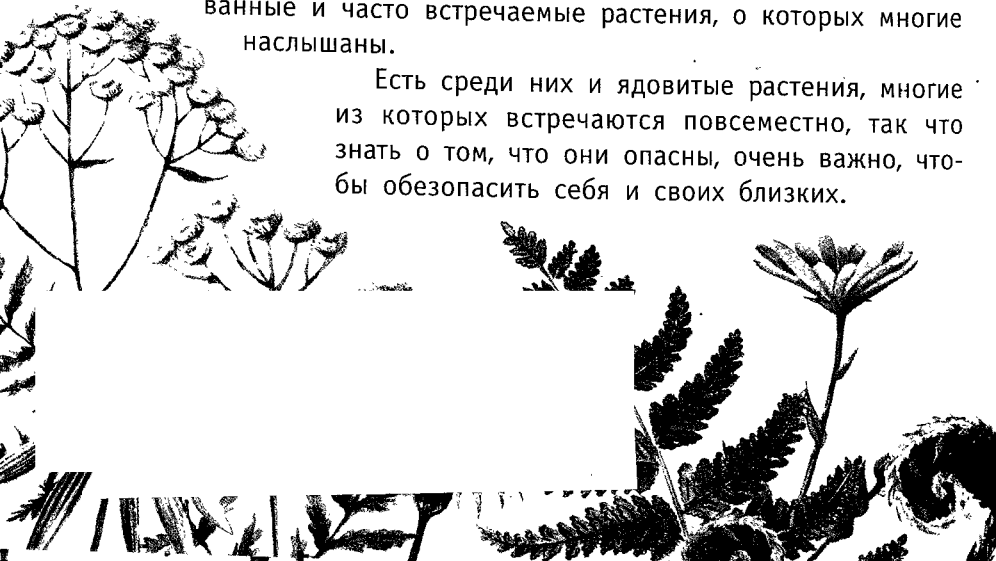
## ОТ АВТОРА

**Е**щё в Древнем мире люди обратили внимание, что некоторые растения способны принести организму пользу, если их правильно применять. Постепенно знания о траволечении накапливались, и до изобретения синтетических лекарств растительные препараты были единственным шансом на выздоровление при многих заболеваниях. Однако даже в наше время некоторые растения применяют в официальной, так называемой доказательной медицине. Их свойства тщательно изучаются, проверяется эффективность, из них создают вытяжки, концентраты или их вводят как компоненты в другие лекарственные препараты.

*В этой книге описано 40 видов растений, чья эффективность в лечении доказана наукой, и они применяются в медицинской практике.*

Вы узнаете множество историй о том, как открывали их свойства, как использовали в обрядах, об их связях с культурой и бытом человека, из которых рождались их порой очень неожиданные названия. Жаль, что формат книги не позволяет рассказать о них больше. Даже все растения, которые применяют в официальной медицине, не могут тут поместиться, что уж говорить, о тех, которые применяет народная медицина. Поэтому я выбрал для вас самые востребованные и часто встречаемые растения, о которых многие слышаны.

Есть среди них и ядовитые растения, многие из которых встречаются повсеместно, так что знать о том, что они опасны, очень важно, чтобы обезопасить себя и своих близких.



От автора .....	2
О лекарственных растениях .....	4
Сбор лекарственных растений .....	13

#### ИСТОЧНИКИ ЭФИРНЫХ МАСЕЛ

Мята перечная • <i>Mentha piperita</i> .....	14
Мелисса лекарственная • <i>Melissa officinalis</i> .....	16
Ромашка аптечная • <i>Matricaria recutita</i> .....	18
Девясил высокий • <i>Inula helenium</i> .....	20
Валериана лекарственная • <i>Valeriana officinalis</i> .....	22
Душица обыкновенная • <i>Origanum vulgare</i> .....	24
Чабрец обыкновенный • <i>Thymus vulgaris</i> .....	26
Шалфей лекарственный • <i>Salvia officinalis</i> .....	28
Тмин обыкновенный • <i>Carum carvi</i> .....	30
Фенхель обыкновенный • <i>Foeniculum vulgare</i> .....	32

#### ИСТОЧНИКИ ПОЛИСАХАРИДОВ

Мать-и-мачеха обыкновенная • <i>Tussilago farfara</i> .....	34
Подорожник большой • <i>Plantago major</i> .....	36
Алтей лекарственный • <i>Althaea officinalis</i> .....	38
Цикорий обыкновенный • <i>Cichorium intybus</i> .....	40

#### ИСТОЧНИКИ ЖИРНЫХ МАСЕЛ И ВИТАМИНОВ

Клещевина обыкновенная • <i>Ricinus communis</i> .....	42
Календула лекарственная • <i>Calendula officinalis</i> .....	44

#### ИСТОЧНИКИ САПОНИНОВ И ДУБИЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Аир болотный • <i>Acorus calamus</i> .....	46
Вахта трёхлистная • <i>Menyanthes trifoliata</i> .....	48
Бадан толстолистный • <i>Bergenia crassifolia</i> .....	50

Горец змеиный * <i>Polygonum bistorta</i> .....	52
Кровохлёбка лекарственная * <i>Sanguisorba officinalis</i> .....	54
Лапчатка прямостоячая * <i>Potentilla erecta</i> .....	56
Арония черноплодная * <i>Aronia melanocarpa</i> .....	58
Калина обыкновенная * <i>Viburnum opulus</i> .....	60

#### ИСТОЧНИКИ ПОЛИФЕНОЛЬНЫХ СОЕДИНЕНИЙ

Бессмертник песчаный * <i>Helichrysum arenarium</i> .....	62
Пижма обыкновенная * <i>Tanacetum vulgare</i> .....	64
Щитовник мужской * <i>Dryopteris filix-mas</i> .....	66
Василёк синий * <i>Centaurea cyanus</i> .....	68
Зверобой продырявленный * <i>Hypericum perforatum</i> .....	70
Пустырник пятилопастный * <i>Leonurus quinquelobatus</i> .....	72
Родиола розовая * <i>Rhodiola rosea</i> .....	74
Расторопша пятнистая * <i>Silybum marianum</i> .....	76
Эхинацея пурпурная * <i>Echinacea purpurea</i> .....	78
Элеутерококк колючий * <i>Eleutherococcus senticosus</i> .....	80

#### ИСТОЧНИКИ ГЛИКОЗИДОВ

Ландыш майский * <i>Convallaria majalis</i> .....	82
Бузина чёрная * <i>Sambucus nigra</i> .....	84
Солодка голая * <i>Glycyrrhiza glabra</i> .....	86
Горицвет весенний * <i>Adonis vernalis</i> .....	88

#### ИСТОЧНИКИ АЛКАЛОИДОВ

Термопсис ланцетный * <i>Thermopsis lanceolata</i> .....	90
Чистотел большой * <i>Chelidonium majus</i> .....	92

