Лекарственные растения

Береза бородавчатая

Описание:



1.Дерево высотой 20-30 м, с негустой пирамидальной кроной. Кора белая, напоминающая пергамент. Ветви молодых берез почти прямые, у старых растений - повислые, усаженные смолистыми бородавочками. Листья почти ромбические, длинночерешковые, заостренные, двоякозубчатые; молодые - клейкие, более старые - голые, блестящие. Цветки коричневые. Тычиночные соцветия длиной 6-10 см, на кончиках ветвей образуют 2-3 повислые сережки. Женские сережки зеленые, прямые, тонкие, длиной 2-4 см. Плод - орешек, сплюснутый с боков, снабженный двумя перепончатыми крылышками. Цветет в мае - июне.

2. Растет в лесах, горах на всей территории России.

3. Заготавливают листья в июне - сентябре; неразвитые почки - ранней весной; кору - в апреле и мае. Березовый сок собирают весной, делая насечки на коре. Также используют деготь (полученный сухой перегонкой древесины) и уголь.

4. Обладает мочегонным, желчегонным, потогонным, дезинфицирующим и антисептическим действием.

Свежий сок березы принимают как общеукрепляющее, противоцинготное и мочегонное средство, а также при заболеваниях органов дыхания, мочекаменной болезни, подагре, ревматизме. Наружно применяют при экземе, угрях, сыпи и др.

Препараты березовых почек применяют для втираний, компрессов, ванн при миозите, артрите, плохо заживающих ранах, экземе, пролежнях и т. д.

Березовый деготь, имеющий антисептическое действие, применяют наружно при лечении кожных заболеваний (экземы, чесотки, лишая и др.); он входит в состав мазей Вишневского и Вилькинсона, дегтярного мыла.



Из березы получают активированный уголь, который принимают при различных отравлениях, диспепсии, метеоризме, повышенной кислотности желудочного сока.

Валериана лекарственная (кошачий корень, маун-трава)

Описание:

1. Многолетнее травянистое корневищное растение высотой 100-150 см, с мочковатыми корнями и прямостоячим цилиндрическим стеблем. Листья супротивные, непарноперистосложные, с яйцевидно-ланцетными листочками; нижние -черешковые, верхние - сидячие, изредка прикорневые и нижние стеблевые - цельные. Цветки мелкие, неправильные, розовато-белые, душистые, собраны в крупное щитковидное соцветие. Плод - мелкая семянка с перистым хохолком, опушенная или совершенно голая. Корневища и корни имеют характерные запах и вкус. Цветет в июне - августе.

2. Растет в поймах рек (на лугах, в кустарниках и лесах), в затененных оврагах, по берегам озер, болот, среди ивняков в лесной и лесостепной зонах европейской части России, в Сибири, на Дальнем Востоке и в Средней Азии. Часто культивируется на плантациях лекарственных растений.

3. Заготавливают двулетние корневища с корнями в сентябре - октябре.

4.Успокаивает нервную систему; обладает противосудорожным, спазматическим, успокаивающим сердечный ритм, тормозящим психическое перевозбуждение, ветрогонным, противоглистным действием. Препараты валерианы усиливают процессы торможения в коре головного мозга, уменьшают рефлекторную возбудимость и снимают спазмы гладких мышц.

Валериана входит в состав успокоительных, желудочных, ветрогонных сборов и препарата кардиовален.

Использование препаратов валерианы требует осторожности: передозировка может вызывать головную боль, сонливость, нарушение деятельности сердца, гнетущее состояние, тошноту, которые быстро исчезают при отмене препарата. Дозировка препарата должна назначаться индивидуально, с учетом чувствительности нервной системы больного к валериане.



Дуб черешчатый (дуб обыкновенный)

Описание:

1. Мощное листопадное однодомное дерево высотой до 40 м, с сильноветвистой неправильной кроной. Кора стволов старых деревьев буро-серая, с глубокими трещинами; кора молодых побегов оливково-бурая. Листья продолговато-обратнояйцевидные, лопастные. Цветки однополые, мелкие. Тычиночные цветки' собраны в тонкие поникающие сережки, образующиеся в пазухах листьев; пестичные цветки сидят на удлиненном цветоносе. Плод - буровато-желтый желудь. В европейской части России известны две разновидности дуба черешчатого: поздно распускающийся (Qnercus robur var. tardifolia) и рано распускающийся (Qnercus robur. var. praecox Czern). Цветет в мае. Достигает возраста 300-400 лет.



2. Растет в смешанных и лиственных лесах, а также образует чистые дубовые леса - дубравы. Дуб является одной из основных лесообразующих пород лесостепной зоны европейской части России.

3. Заготавливают кору молодых ветвей во время весеннего сокодвижения; листья - летом; желуди - осенью, после их созревания.

4.Кора обладает вяжущим, противовоспалительным, антисептическим и кровоостанавливающим действием.

Свежие измельченные листья дуба прикладывают к гнойным ранам для их заживления.

Душица обыкновенная (мята лесная)

Описание:

1. Многолетнее травянистое растение высотой до 90 см, обладающее ароматным запахом. Корневище ветвистое, косое, часто ползучее. Стеблей

несколько; они прямостоячие, ветвистые, мягкоопушенные, четырехгранные. Листья супротивные, черешковые, продолговато-яйцевидные, цельнокрайние, на верхушке заостренные. Цветки мелкие, довольно многочисленные, собраны по 5-25 в четырехгранные, продолговато-овальные колоски, образующие густые многочисленные щитки, которые, в свою очередь, образуют крупное метельчатое соцветие. Цветки одно- и двуполые, в черепитчато налегающих друг на друга темно-пурпурных прицветниках, сидят по 2-3 в яйцевидно-эллиптических пазухах. Плод - 4 орешка. Цветет в июле - сентябре.

2. Растет в сухих лесах, на опушках, среди кустарников, на сухих открытых, каменистых местах, по склонам оврагов почти на всей территории европейской части России, а также в южных районах Сибири, реже - в Казахстане и Киргизии. Местами образует небольшие заросли, пригодные для заготовок.

3. Заготавливают траву во время цветения.

4. Возбуждает аппетит, стимулирует деятельность кишечника, улучшает пищеварение, снимает спазмы желудка и кишечника, тошноту, рвоту и головную боль, усиливает менструации, обладает потогонным, мочегонным, желчегонным, отхаркивающим, обезболивающим, успокаивающим, противосудорожным, антисептическим, противовоспалительным и ранозаживляющим действием.

Свежие измельченные или сухие размоченные листья душицы как размягчающее средство прикладывают к воспалительным уплотнениям кожи. Сухие, растертые в порошок листья и цветочные верхушки нюхают при насморке и головной боли.

Эфирное масло душицы (под названием хмелевое масло) применяют при зубной боли.

Душицу заваривают и пьют как чай.

Зверобой продырявленный (кровавчик)

Описание:


Зверобой продырявленный

1. Травянистое многолетнее корневищное растение высотой 30-100 см, с прямостоячим, двугранным, ветвистым стеблем. Листья супротивные, пахучие, продолговато-овальные, с просвечивающими точечными железками. Цветки желтые, с большим количеством тычинок, сросшихся нитями в 3 пучка. Пестик с 3 столбиками и трехгнездной верхней завязью. Плод - трехгнездная многосемянная коробочка. Цветет в июне - июле. Зверобой обладает своеобразным приятным запахом и слегка вяжущим горьковато-смолистым вкусом. Растение ядовито!

2. Растет по лесным полянам, кустарникам, садам, сухим лугам в лесной, лесостепной и степной зонах европейской части России, на Кавказе, в Западной Сибири и горах Средней Азии.

3. Заготавливают траву во время цветения.

4.Обладает вяжущим, кровоостанавливающим, противовоспалительным, обезболивающим, антисептическим, противоглистным, ранозаживляющим, мочегонным и желчегонным действием. Возбуждает аппетит, стимулирует секреторную функцию различных желез, способствует регенерации тканей, действует успокаивающе на нервную систему.

Применяют наружно при ожогах (не оставляет грубых рубцов) и кожных заболеваниях, свежих и инфицированных ранах, язвах, фурункулах, гнойных воспалительных процессах на коже и при сильном насморке.

Ландыш майский

Описание:


Ландыш майский

1. Многолетнее травянистое растение высотой до 30 см. Корневище горизонтальное, тонкое, ползучее, с придаточными корнями. От корневища отходят годичные укороченные побеги, на которых находятся 2-3 крупных прикорневых листа, продолговато-эллиптических, заостренных, цельнокрайних, длиной 10-20 см, шириной 4-6 см. Цветки белые, душистые; 6-20 цветков образуют одностороннюю кисть на цветочной стрелке. Каждый цветок простой, спайнолепестной; венчик колокольчатый, с 6 короткими зубчиками. Плод - ягода, красная, шаровидная, со светлыми округлыми семенами. Цветет в апреле - мае. Плодоносит в августе - сентябре. Растение ядовито!

2. Растет в хвойно-лиственных лесах, березняках, осинниках, дубравах, среди кустарников на всей территории России.

3. Заготавливают листья и цветки в первую неделю цветения; плоды - после созревания; корни - осенью.

4. Препараты ландыша назначают при сердечной недостаточности, острой и хронической недостаточности кровообращения, как средство, успокаивающее центральную нервную систему, при неврозах сердца, нарушениях сердечной деятельности; они нормализуют кровообращение, успокаивают нервную систему. В сочетании с настойкой валерианы препараты ландыша употребляют при повышенной раздражительности, бессоннице, нервном возбуждении и других подобных состояниях. Ландыш применяют также в комбинации с пустырником, боярышником, препаратами брома и др. В отличие от препаратов наперстянки, препараты ландыша оказывают более мягкое действие и менее токсичны. При приеме внутрь они действуют слабо, но при внутривенном введении оказывают быстрое и сильное действие.

Липа мелколистная (липа сердцевидная)

Описание:


Липа сердцелистная

1. Дерево высотой до 30 м, с бороздчатой темно-серой корой и развесистой густой кроной. Листья округло-сердцевидные, мелкозубчатые. Цветки мелкие, собраны в щитковидные соцветия с листовидным прицветником. Чашечка раздельная, из 5 чашелистиков; такой же венчик и много длинных тычинок, сросшихся внизу в 5 пучков. Пестик из 5 плодолистиков с пятигнездной завязью. Плод - орешек с 1-2 семенами. Цветет в июне - августе.

2. Растет в зоне широколиственных и смешанных лесов европейской части России, на Кавказе и в Западной Сибири.

3. Заготавливают цветки с прицветниками и листья в июне - августе; почки - весной; кору - ранней весной или поздней осенью.

4. Цветки обладают сильным потогонным, мочегонным, противосудорожным, противовоспалительным, обезболивающим действием и свойством растворять густую мокроту и слизистые выделения. Свежие цветки, заваренные в горячей воде, дают много слизи.

Измельченные свежие почки или свежие размоченные листья липы используют наружно как противовоспалительное, болеутоляющее и мягчительное средство при ожогах, воспалительных уплотнениях, язвах.
Листьями липы обвязывают голову при головной боли.
Разваренная молодая кора липы дает слизь, обладающую противовоспалительным и хорошим обезболивающим действием. Ее прикладывают к ожогам, воспаленным геморроидальным узлам; рекомендуется также при ревматических и подагрических болях.
Порошком из семян липы пользуются для остановки носовых кровотечений.
Липовый цвет входит в состав потогонного чая и сбора для полоскания горла.

Мать-и-мачеха



Описание:
1. Многолетнее травянистое корневищное растение высотой 5-25 см, с мелкими желтыми язычковыми цветками, собранными в корзинки. Листья крупные, округло-сердцевидные, выемчато-зубчатые, снизу беловойлочные, сверху зеленые. Нижняя сторона листьев мягкая и теплая, а верхняя - жесткая и холодная, отчего и произошло название растения - мать-и-мачеха. Листья появляются лишь после цветения. Цветет в марте - начале мая.
2. Растет на влажной песчаной или глинистой почве по берегам рек, прудов, в канавах, по оврагам, на полях почти повсеместно в европейской части России, на Кавказе, в Сибири, на Дальнем Востоке и в Средней Азии.
3. Заготавливают цветочные корзинки в марте - апреле; листья - в июне и июле.
4. Хорошо успокаивает кашель, растворяет мокроту и слизистые выделения, усиливает отхаркивание, ослабляет и прекращает воспалительные процессы, возбуждает аппетит, стимулирует секреторную деятельность желез, обладает мягчительным, легким потогонным и желчегонным действием, хорошо заживляет раны.

Одуванчик лекарственный (одуванчик обыкновенный)



Описание:
1. Многолетнее травянистое растение высотой 10-30 см, с безлистным цветочным стеблем (стрелкой). Листья розеточ-ные, длиной 10-25 см и шириной 1,5-5 см. Цветочные корзинки золотисто-желтые, состоят из язычковых цветков с хохолком (особыми волосками, образующими летучку при плодах). Плод - семянка с хохолком. Цветет в апреле - августе.
2. Растет на полях, лугах, в садах, лесах, вдоль дорог, около жилья, по железнодорожным насыпям почти повсеместно, кроме Арктики.
3. Заготавливают траву и сок в период цветения; корни -ранней весной или поздней осенью.
4. Обладает успокаивающим и легким снотворным действием. Корни и листья возбуждают аппетит, улучшают пищеварение, увеличивают лактацию у кормящих женщин, улучшают обмен веществ при кожных заболеваниях и служат как легкое слабительное, отхаркивающее и тонизирующее средство. Все части растения обладают жаропонижающим, потогонным, желчегонным и противоглистным действием. Считается, что прием внутрь настоя листьев снимает интоксикацию, вызванную укусами змей.
Корни одуванчика входят в состав желудочного, аппетитного и мочегонного сборов.
Млечный сок одуванчика употребляют для выведения мозолей и как косметическое средство для удаления угрей, веснушек и пигментных пятен.
В пищу употребляют поджаренные корни одуванчика вместо кофе (обладает общеукрепляющим действием) и молодые листья -в виде весеннего витаминного салата, улучшающего обмен веществ (для уничтожения горечи листья на полчаса кладут в соленую воду).

Ольха серая


Ольха серая

Описание:
1. Дерево высотой 5-15 м. Кора светло-серая. Листья яйцевидные или яйцевидно-эллиптические, заостренные, темно-зеленые, с редкими волосками сверху и сизовато-серые снизу. Цветки собраны в сережки. Плод - шишка с узким кожистым крылышком.
2. Растет в европейской части России и в Сибири.
3. Заготавливают кору весной, до начала распускания листьев; шишки - осенью или зимой, после того как они почернеют; листья употребляют свежими.
Измельченные молодые листья ольхи прикладывают к ранам и нарывам.

Подорожник большой (подорожник обыкновенный)



Описание:
1. Многолетнее травянистое растение высотой 5-70 см. Корневище короткое, с густым пучком мочковатых корней. Листья яйцевидные или эллиптические; пластинка длиной 6-21 см и шириной 4-14 см, с 3-7 продольными дугообразными жилками; черешки длиной 7-20 см, узкокрылатые. Цветочные стрелки восходящие, изогнутые или прямостоячие, тонкоборозд-чатые. Цветки мелкие, невзрачные, буроватые, собраны в плотные колосовидные соцветия длиной 4-40 см. Плод - яйцевидная или яйцевидно-коническая многосемянная коробочка. Семена мелкие, овальные, темно-коричневые. Цветет в июне - сентябре.
2. Растет почти повсеместно, преимущественно вдоль дорог, в садах, на огородах, полях. Поднимается на высоту до 2800 м над уровнем моря.
3. Заготавливают траву во время цветения; семена - после их созревания. Сок свежего цветущего растения сразу после сбора выжимают и консервируют этанолом.
5. Обладает антисептическим, противовоспалительным, ранозаживляющим, кровоочистительным, отхаркивающим, слабительным и обезболивающим действием. Фармакологические исследования показали, что под действием настоя подорожника повышается содержание гемоглобина в крови, а также отмечается улучшение состояния у больных, страдающих неврастенией, атеросклерозом, обострением хронического холецистита. Препараты подорожника можно применять при лечении

дизентерии, диспепсии, язвы желудка; они оказывают регулирующее действие как при пониженной, так и при повышенной кислотности желудочного сока. Препараты подорожника считаются хорошим лечебным средством при заболеваниях дыхательных путей, коклюше, туберкулезе легких и хронических нефритах. Экстракт ,из листьев обладает успокаивающим, снотворным эффектом, а также снижает кровяное давление.

Ромашка аптечная (ромашка лекарственная)


Ромашка аптечная

Описание:

1. Однолетнее травянистое растение высотой до 40 см. Корни стержневые, слаборазветвленные. Стебель голый, сильноветвистый. Листья очередные, сидячие, дважды рассеченные на узколинейные заостренные доли. Цветочные корзинки расположены одиночно на длинных цветоножках. Цветки двух типов: краевые - язычковые, белые, женские, сидящие на голом, внутри полом коническом цветоложе; внутренние - трубчатые, желтые, обоеполые. Плод - мелкая продолговатая семянка. Все растение и особенно цветочные корзинки имеют характерный приятный запах и горький вкус. Цветет в мае - сентябре.
2. Растет около жилищ, на полях и огородах как сорняк в европейской части России, за исключением северных и юго-восточных районов.
3. Заготавливают соцветия без цветоножек в начале цветения, когда цветы только начинают распускаться, в сухие солнечные дни до обеда. Лечебная ромашка отличается от других видов ромашки тем, что цветное дно снаружи мягкое, а внутри пустое (у других видов дно плотное и снаружи твердое).
5. Обладает противовоспалительным, антисептическим, болеутоляющим, противосудорожным, успокаивающим, мягчительным, потогонным и ветрогонным действием. Отвар цветков ромашки улучшает рост волос.


Сосна обыкновенная

Сосна обыкновенная (сосна лесная)

Описание:

1. Вечнозеленое однодомное дерево высотой до 45 м. Ствол диаметром до 1 м, покрыт красновато-бурой, бороздчатой, отслаивающейся корой. Ствол у деревьев, растущих в сомкнутых древостоях, стройный, с высоко поднятой ажурной кроной. Хвоя игловидная, сизо-зеленая, располагается попарно, гладкая, жесткая, остроконечная, с наружной стороны выпуклая, с внутренней - плоская.. Цветет в мае.
2. Одна из самых распространенных хвойных пород северного полушария. Растет на песчаных и супесчаных почвах. Основные массивы сосняков располагаются в лесной зоне европейской части России, на Урале и в Западной Сибири.
3. Хвоя обладает противоцинготным, биостимулирующим и противомикробным действием; почки - мягчительным, отхаркивающим, противомикробным, дезинфицирующим, мочегонным, слабым желчегонным, противоцинготным и кровоочистительным действием.

Сухой хвойный экстракт сосны употребляют для ванн при лечении нервных и сердечно-сосудистых заболеваний.


Фиалка трехцветная

Фиалка трехцветная (анютины глазки)

Описание:

1. Однолетнее травянистое растение высотой 10-20 см, с прямостоячим невысоким стеблем. Нижние листья длинночерешковые, сердцевидные, городчатые; верхние - ланцетные, короткочерешковые. Прилистники лировидноразделные. Цветки диаметром до 3,5 см, неправильные, со шпорцем. Венчик из 5 лепестков, длиннее чашечки, из них 2 верхних лепестка темно- или светло-фиолетовые, 2 боковых - голубые, а нижний -бело-голубоватый, с полосками. Зев венчика желтый. Плод - коробочка. Цветет с апреля до осени. Плодоносит с июня.
2. Растет на лугах, по окраинам полей, сорным местам в лесной и лесостепной зонах европейской части России и в Западной Сибири.
3. Заготавливают траву во время цветения. При сборе не смешивать с фиалкой полевой.
4. Трава обладает потогонным, улучшающим обмен веществ, отхаркивающим, противовоспалительным, мочегонным и противодиатезным действием. Корни обладают слабительным и рвотным действием.

Применяют в виде компрессов и примочек при экземе и псориазе, аллергическом дерматите, экссудативном диатезе.

Фиалка трехцветная противопоказана при гломерулонефрите и гепатите. При длительном употреблении или приеме повышенных доз могут наблюдаться тошнота и рвота, диарея и зудящая сыпь.


Хвощ полевой

Хвощ полевой (пестушки, пестик)

Описание:

1. Многолетнее травянистое корневищное споровое растение высотой 15-60 см. Летние стебли зеленые, прямостоячие, ребристые, членистые, с ветвями, расположенными мутовками. Отмирающие на зиму зеленые побеги весной сменяются побегами телесного цвета, которые оканчиваются спороносным колоском. Растение ядовито!
2. Растет по сырым местам, около озер, рек и на пойменных лугах почти на всей территории России.
3. Заготавливают зеленые побеги в июне - августе.
4. Увеличивает выделение мочи, уменьшает количество белка в ней, улучшает общий обмен веществ в организме, уменьшает отеки, прекращает воспалительные процессы, заживляет раны и обладает кровоостанавливающим, вяжущим, антисептическим и дезинфицирующим действием.

Применяют для ванн, промываний и компрессов при тех же заболеваниях.


Хмель обыкновенный

Порошком из сухой травы хвоща присыпают гнойные раны для их заживления.

Хмель обыкновенный

Описание:

1. Многолетнее травянистое двудомное растение, вьющееся, длиной 3-5 см. Листья яйцевидные, трех- или пятилопастные, крупнопильчатые, шероховатые. Тычиночные цветки мелкие, зеленовато-белые, собраны в метельчатое соцветие. Соцветия - яйцевидные шишки на женских растениях. Цветет в июне - июле. Растение ядовито!
2. Растет по кустарникам, оврагам, берегам рек в средней полосе европейской части России, на Кавказе и в Сибири. Часто культивируется.
3. Заготавливают шишки в августе - сентябре.
4. Возбуждает аппетит, улучшает пищеварение и мочевыделение, успокаивающе действует на нервную систему, уменьшает и прекращает судороги, ослабляет боли. Обладает противовоспалительным, противоглистным, мягким слабительным и легким снотворным действием.

Применяют для растирания как обезболивающее средство при ушибах, ревматизме, подагре и язвенной болезни.

Припарки из шишек хмеля применяют при болях в суставах.


Череда трехраздельная

Череда трехраздельная

Описание:

1. Однолетнее травянистое темно-зеленое растение высотой 15-100 см. Листья супротивные, трехраздельные, ланцетные, пильчатые. Цветки мелкие, желтые, трубчатые, собраны в буро-желтые корзинки. Плод - цепкая продолговатая семянка. Цветет в июле - августе.
2. Растет в поймах рек, около ручьев и болот почти на всей территории России.
3. Заготавливают траву в начале цветения; корни - осенью.
4. Обладает кровоостанавливающим, седативным, смягчающим и противовоспалительным действием; снижает артериальное давление.

Измельченные свежие листья череды используют при укусах змей или для очищения и подсушивания ран.


Чистотел большой

Чистотел

Описание:

1. Многолетнее травянистое растение, с многоглавым стержневым корнем. Стебель ветвистый, с редкими волосками. Листья очередные, нежные, без прилистников, с верху светло- зеленные, снизу голубоватые. Плод одногнездная, многосемейная стручковидная двустворчатая коробочка.

В отечественной народной медицине чистотел употребляется при лечении кожного туберкулеза, подагре и ревматизме. Наружно также при туберкулезе кожи, от бородавок, мозолей, лишаев, при экземе, раке кожи в виде смазываний свежим соком или мази, приготовленной с ним, путем троекратного ежедневного смазывания больных мест. В отваре травы рекомендуется купать детей при золотухе и различных кожных заболеваниях.


Тысячелистник обыкновенный

Тысячелистник.

Описание:

1. Тысячелистник обыкновенный - многолетнее травянистое растение с ползущим шнуровидным корневищем и тонкими корнями, с многочисленными прямостоячими или слегка изогнутыми в нижней части, хорошо облиственными стеблями 50-90 см высотой. Растет на полях, сухих лугах, степных склонах. Соцветия — мелкие корзинки, собранные в густые щитковидные или кистевидные соцветия до 15 см в поперечнике. Цветет с мая по сентябрь. Плод — семянка.
2. В медицинских целях тысячелистник собирают во время цветения (июнь-август), не дожидаясь, когда его головки станут темнеть, только в сухую погоду, после ухода утренней росы. Можно собирать и всё растение, и только цветочные головки небольшими букетиками. Для высушивания их подвешивают на чердаке.
3. Главное достоинство этого замечательного растения – кровоостанавливающее действие. Эффект свертываемости крови достигается благодаря наличию витамина К и алкалоида ахиллеина, Трава тысячелистника применяется абсолютно при любых кровотечениях: желудочно-кишечном, легочном, носовом. Содержащийся в растении витамин С значительно укрепляет стенки кровеносных сосудов.
4. Применение этого растения противопоказано людям с повышенной свертываемостью крови и на поздних стадиях гипертонической болезни из-за повышения риска появления тромбообразования.


Пижма обыкновенная

Пижма обыкновенная

Описание:

1. Многолетнее лекарственное растение с корневищем, от которого отходит несколько прямостоячих стеблей, достигающих в высоту 40-150 см. Листья очередные, перисторассеченные. Корзинки интенсивно-желтых цветков (диаметром около 1 см и уплощенные сверху) образуют густые щитковидные соцветия в верхней части растения.
2. Растёт по дорогам, полям, межам, в кустарниках, на опушках, в луговых степях, берёзовых лесах, на суходольных лугах. Больших зарослей не образует, но встречается повсеместно. Цветет с июня по сентябрь.

Используемые части: трава, цветы.

3. Лекарственным сырьем являются соцветия пижмы. Их заготавливают в начале цветения, обрывая руками или срезая корзинки и части сложных щитковидных соцветий с общим цветоносом длиной не более 4 см (от верхних корзинок). Сушат под навесом, на чердаках, в воздушных или тепловых сушилках при температуре не выше 40°С.

4. Большое содержание в траве и цветках дубильных веществ сообщает ее препаратам вяжущий противовоспалительный характер действия на кожу и слизистые оболочки. В народной медицине пижма обыкновенная издавна использовалась при лихорадках, как противоглистное средство, при интоксикации, вызванной туберкулезом легких, желудочно-кишечных заболеваниях, желтухе и при пониженной кислотности.

5. Пижма обыкновенная находит применение при нервных расстройствах, спазмах желудка, воспалении мочевого пузыря и почек, почечнокаменной болезни, головных болях, подагре, малярии и др.


Таволга вязолистная

Таволга вязолистная

Описание:

1. Лабазник вязолистный (это растение еще именуют таволгой вязолистной) представляет собой высокое многолетнее растение, имеющее стебель, высота которого достигает 60 – 150 см. Цветки растения отличаются изжелта-белым оттенком и крупными густыми метельчатыми соцветиями. Цветки издают душистый аромат.

2. Произрастает таволга вязолистная на заболоченных лугах (преимущественно в речных поймах), вблизи водоемов, в густых зарослях кустарников.

3. Лечебные свойства таволги вязолистной обусловлены высоким содержанием дубильных веществ, салициловой и аскорбиновой кислот. В связи с этим лекарственные средства из таволги успешно применяются для снятия головных болей и ревматических болей в суставах.


Иван-чай узколистный

4. Настои из травы растения применяют для лечения болезней сердца, мочевыделительной системы, острых респираторных заболеваний, герпеса. Вытяжки из травы и концентрированные настои употребляют в качестве средства, обладающего антитоксическими свойствами, для избавления от алкогольного отравления и разных видов интоксикаций.

Иван-чай (кипрей)

Описание:

1. Иван-чай узколистный, копорский чай - многолетнее травянистое растение с толстым ползучим корневищем, от которого отходят многочисленные побеги. Стебель до 60-120 см высоты, прямостоячий, простой, реже слабоветвистый, густо олиственный. Листья очередные, ланцетовидные, заостренные, цельнокрайние или с железистыми зубчиками, с резко выдающимися жилками, к нижней части стебля постепенно уменьшаются. Цветки крупные, пурпурово-розовые, собранные в кисть. Плод - трубочковидная коробочка.

2. Цветет с июня по август. Произрастает на опушках лесов, полянах, насыпях, вырубках, по обочинам дорог.

3. С лечебной целью заготавливают траву, листья и цветки кипрея во время цветения (июль-август), сушат их в тени, под навесом, на чердаках, открытых верандах, в хорошо проветриваемых помещениях. А вот корни выкапывают осенью, очищают и сушат в печах или духовках при температуре б5-70°С.

4. Препараты на основе кипрея, благодаря витамину С (в 6 раз больше, чем в лимоне) и каротину, дубильным веществам и слизям, а также различным микроэлементам, обладают противовоспалительными, болеутоляющими, противосудорожными и обволакивающими свойствами, помогая при лечении язвенной болезни желудка, гастритов, колитов, воспалений слизистых оболочек, мужских и женских болезней, а также успокаивающими подобно валерьяне.

5. Иван-чай - самый древний чай на планете, он очищает организм, с утра тонизирует, а вечером, наоборот, успокаивает. А еще в иван-чае много белка, который отлично усваивается организмом. Водный настой листьев кипрея применяется при головной боли, нарушении обмена веществ и язве желудка.

Сныть

Описание:

1. Многолетнее травянистое растение семейства зонтичных с длинным ползучим корневищем и трубчатым, бороздчатым стеблем до 1 м высотой. Листья яйцевидные, с зубчатыми краями. Цветки белые, мелкие, в многолучевых зонтиках. Сныть произрастает в сырых лесах, садах и парках, около жилья, на огородах и мусорных местах, нередко образуя обширные заросли. В надземной части сныти содержатся витамин С , каротин, белковые вещества, кальций, кобальт.


Сныть обыкновенная

2. Лекарственным сырьем служит надземная часть, реже -корни. Траву заготавливают во время цветения. Сушат на открытом воздухе, а затем в сушилке при температуре 25-30 °С.

3. Препараты сныти оказывают противовоспалительное, обезболивающее, диуретическое и ранозаживляющее действие. Они усиливают детоксикационную функцию печени, также улучшают работу желудочно-кишечного тракта - останавливают воспалительные процессы и нормализуют солевой обмен.

4. В пищу используются молодые побеги, листья и черешки листьев, из которых варят щи (не уступающие по вкусу капустным), супы, борщи, готовят окрошку, котлеты, гарниры, приправы к мясным и рыбным блюдам, делают салаты, тушат с картофелем. Листья квасят на зиму, как капусту, а черешки маринуют. Снытью можно перекладывать овощи для придания им своеобразного аромата. Растение свежее и сушеное можно добавлять в любые закуски, первые и вторые блюда.

Съедобные ягоды

Брусника (брусничник)



Описание:

1. Вечнозеленый стелющийся ветвистый кустарник высотой 8-25 см. Листья мелкие, эллиптические, кожистые, с загнутыми краями, сверху темно-зеленые, снизу светло-зеленые, с черноватыми ямками. Цветки мелкие, бело-розовые, колокольчатые, собраны в поникающие верхушечные кисти. Плод - шаровидная ягода, красная, кисловатая, приятная на вкус. Цветет в мае - июне.
2. Растет в хвойных, лиственных и смешанных лесах, по кустарникам и на торфяных болотах в лесной зоне европейской части России, в Сибири и на Дальнем Востоке.
3. Заготавливают листья во время цветения; ягоды - после их созревания.
4. Листья обладают мочегонным, антисептическим, вяжущим, жаропонижающим, противоцинготным, ранозаживляющим действием; ягоды — хорошим слабительным, антисептическим, бактерицидным, общеукрепляющим и тонизирующим действием.

В сушеном виде листья брусники заменяют черный чай.



Земляника лесная

Описание:

1. Многолетнее травянистое растение высотой 10-30 см, с бурым корневищем и стелющимися побегами. Листья сложные, тройчатые, крупнозубчатые, сверху почти голые, снизу волосистые. Цветки белые, с многочисленными тычинками и пестиками. Плод - ягода, овальная, ярко-малиновая, ароматная, с оттопыренными или отогнутыми книзу чашелистиками. Цветет в мае - июне.
2. Растет на лесных полянах и опушках преимущественно в хвойных лесах в лесной и лесостепной зонах европейской части России, в Сибири, на Кавказе и в горах Тянь-Шаня.
3. Заготавливают листья и цветки в мае - июне; плоды - с июня по август; корневища - с сентября по октябрь.
4. Плоды возбуждают аппетит, регулируют пищеварение и хорошо утоляют жажду. Водный настой плодов ослабляет воспалительные процессы, убивает некоторые микробы и обладает потогонным, мочегонным и легким слабительным действием. Плоды обладают свойством растворять и выводить некоторые камни из почек и желчных путей и не допускают образования новых камней. Корневища и корни обладают кровоостанавливающим, противовоспалительным, мочегонным и желчегонным действием. Такие же свойства имеют и листья. Кроме того, они обладают антисептическим, обезболивающим и ранозаживляющим действием и свойством уменьшать потоотделение.

Припарки из свежих и сухих листьев земляники ослабляют боли в печени, ревматические боли и зубную боль.

Свежие и сухие распаренные листья земляники прикладывают к гнойным ранам и застарелым язвам для быстрого их заживления.

Свежие ягоды земляники в больших количествах помогают при склерозе сосудов, гипертонии, запорах, поносе, подагре, почечных и печеночных коликах.

Сок ягод и раздавленные свежие ягоды земляники - хорошее наружное средство при экземе, сыпи, лишаях и небольших ранах. Их используют также в косметических целях для смягчения кожи и удаления веснушек, родимых пятен, угрей.

Калина обыкновенная

Описание:



1. Сильноветвистый кустарник. Кора бурая, в трещинах. Молодые ветви и нижняя поверхность листьев волосистые, серые. Листья супротивные, трех- и пятилопастные, зубчатые, на верхушке растения заостренные. Соцветия белые, щитковидные. Цветки двух типов: краевые - крупные, пятилопастные, бесплодные, с колосовидным венчиком; срединные - мелкие, колокольчатые, имеют тычинки и пестики, образуют ярко-красные, овальные, сочные плоды с плоской косточкой. Цветет в мае - июне. Плодоносит в августе - сентябре.
2. Растет в долинах рек, по оврагам, опушкам лесов, на полянах, вырубках почти по всей Европе. Повсеместно разводится в садах и парках как декоративный кустарник.
3. Заготавливают кору ранней весной, до начала вегетации; цветки - во время цветения; плоды - после их полного созревания.
4. Отвар коры оказывает сосудосуживающее действие; уменьшает и останавливает внутренние кровотечения, особенно маточные; обладает спазмолитическим, противосудорожным и успокаивающим действием. Плоды калины усиливают сокращение сердечной мышцы; обладают мочегонным, желчегонным, противовоспалительным и ранозаживляющим действием. Длительный прием препаратов коры калины снижает содержание холестерина в крови. Цветки обладают жаропонижающим, общеукрепляющим, мочегонным и противоаллергическим действием.

Сок калины обладает бактерицидными свойствами в отношении кишечной палочки, микробов дизентерийной, паратифозной групп и возбудителя сибирской язвы. В дерматологии сок используют против угревой сыпи на лице.

Плоды калины с медом употребляют при простуде и как успокоительное средство при болезненных менструациях. Плоды калины также используют как общеукрепляющее и поливитаминное средство при гастрите с пониженной кислотностью желудочного сока; как слабительное, противовоспалительное, седативное, мочегонное средство, а также при заболеваниях печени, бронхите, воспалении легких.

Ягоды калины едят в свежем виде, из них варят кисели, компоты, варенье.

Клюква четырехлепестная (клюква болотная, клюква обыкновенная)

Описание:



1. Вечнозеленый полукустарник с тонкими одревесневшими, стелющимися, укореняющимися в узлах стеблями, достигающими длины 80 см, и короткими, приподнимающимися цветоносными побегами. Листья очередные, короткочерешковые, кожистые, яйцевидные, к верхушке заостренные, у основания округлые, с завернутыми вниз краями. Цветки на длинных цветоножках, поникающие, собраны по 2-4 в зонтики на концах прошлогодних ветвей. Чашечка четырехгнездная, сросшаяся с завязью. Венчик почти до основания четырехраздельный, с загнутыми кверху красными или пурпурными долями. Плод — ягода, шаровидная или продолговато-яйцевидная, многосемянная, сочная, темно-красная, блестящая, обладающая кислым вкусом. Цветет в мае - июне. Плодоносит в сентябре - октябре.
2. Растет на сфагновых болотах и торфяниках в северной и средней полосах европейской части России, в Сибири, на Камчатке и Сахалине. Местами образует густые заросли.
3. Заготавливают зрелые ягоды после заморозков или ранней весной.
4. Ягоды обладают жаропонижающим и хорошим жаждоутоляющим действием, обусловленным наличием лимонной кислоты.

Клюквенный сок с медом принимают при кашле, а сок, разведенный водой, употребляют как жаропонижающее, жаждоутоляющее средство при лихорадочных состояниях.

Клюква является ценным пищевым и витаминным продуктом, используется для приготовления сиропа, мармелада, варенья, ликеров и т. д.



Малина обыкновенная

Описание:

1. Небольшой кустарник высотой до 2 м, с непарноперистосложными, снизу бело-опушенными листьями, белыми, со многими тычинками цветками и малиновыми плодами — душистыми сборными костянками. Цветет в июне - июле. Плодоносит в июле - августе. Известно несколько сотен культурных сортов малины.
2. Родина - Средняя Европа. Растет в тенистых лесах, среди кустарников, по лесным опушкам, вырубкам, оврагам, берегам рек в европейской части России, на Кавказе, в Сибири и Средней Азии. Широко культивируется как ягодное растение.
3. Заготавливают листья и цветки во время цветения; плоды - в июле и августе; корни - осенью.
4. Плоды улучшают аппетит, регулируют деятельность желудка и кишечника, успокаивают боли в желудочно-кишечном тракте и действуют отрезвляюще при алкогольном опьянении, а также обладают противорвотным, обезболивающим, потогонным, жаропонижающим и противовоспалительным действием. Листья обладают вяжущим (закрепляющим), противовоспалительным, антитоксическим, кровоостанавливающим и кровоочистительным действием; цветки - противовоспалительным и антитоксическим действием.

Применяют для полоскания горла при ангине. Настой цветков используют для примочек при укусах ядовитых змей и скорпионов, а настой цветков и листьев принимают внутрь при женских болезнях и геморрое.

Шиповник коричный (роза коричная)

Описание:



1. Кустарник высотой 100-150 см, с красно-коричневыми блестящими ветвями, загнутыми книзу шипами, расположенными попарно у основания черешка листьев. Листоносные побеги также имеют тонкие прямые шипики. Листья непарноперистосложные, с яйцевидно-ланцетными острыми прилистниками. Листочков 5-7 пар; они продолговато-овальные, пильчатые, снизу сероватые. Цветки одиночные, розовые или темно-красные, со многими тычинками и пестиками. Ложный плод ягодообразный, шаровидный или эллиптический, оранжево-красный, мягкий, кисло-сладкий. Для шиповника коричного характерны цельные, направленные вверх чашелистики, остающиеся при плодах. Цветет в мае - августе.
2. Растет по речным поймам, лугам, среди кустарников и по лесным полянам, опушкам и оврагам в лесной и лесостепной зонах европейской части России, в Западной Сибири и Казахстане.
3. Плоды шиповника по количественному содержанию и разнообразию витаминов значительно превосходят другие растения. Водный настой плодов повышает сопротивляемость организма при инфекционных заболеваниях, замедляет развитие атеросклероза, обладает общеукрепляющим и тонизирующим действием, увеличивает выделение желчи, стимулирует функцию половых желез, ослабляет и останавливает кровотечения, уменьшает проницаемость и хрупкость кровеносных сосудов, усиливает регенерационные процессы мягких и костных тканей, ускоряет заживление ран, помогает при ожогах и обморожениях. Мякоть плодов обладает легким послабляющим действием. Семена шиповника, находящиеся внутри плодов, обладают желчегонным, мочегонным и противовоспалительным действием. Отвар корней имеет вяжущее, желчегонное и антисептическое свойства. Водный настой листьев обладает противомикробным и болеутоляющим действием и используется при лечении желудочно-кишечных заболеваний.

В тибетской медицине плоды шиповника употребляют при туберкулезе легких, атеросклерозе и неврастении.

Плоды шиповника используют в кондитерской промышленности. Из лепестков шиповника и роз изготавливают наливки.

Облепиха крушиновидная (ананас сибирский)

Описание:

1. Кустарник высотой 3-5 м, ветвистый, колючий, с серой корой. Листья короткочерешковые, линейно-ланцетные, сверху зеленые, снизу серебристо-белые. Растение двудомное: на одних кустах имеются только тычиночные мелкие зеленовато-бурые цветки, собранные в короткие колоски, а на других - только пестичные цветки на коротких цветоносах по 2-5, иногда до 11. Плод - шаровидная костянка с сочным околоплодником (ее обычно неправильно называют ягодой). Цветет в апреле - мае, до распускания листьев. Плодоносит с конца августа до начала октября.


Облепиха крушиновидная

2. Растет в долинах и поймах рек, по скалам и обрывам, а также культивируется в садах в юго-западных районах европейской части России, на Кавказе, в Сибири и Средней Азии.

3. Заготавливают листья в мае; плоды - после их созревания.

4. Плоды облепихи и облепиховое масло уменьшают боли и прекращают воспалительные процессы, ускоряют грануляцию и эпителизацию тканей, способствуют быстрому заживлению ран и обладают бактерицидным и поливитаминным действием.

Из листьев облепихи делают припарки при ревматизме. В косметической практике сок облепихи применяют как мягчительное, тонизирующее, питательное и повышающее упругость кожи средство. Плоды облепихи употребляют в пищу в сыром виде, а также используют для приготовления желе, повидла, варенья, наливок, настоек.

Рябина обыкновенная

Описание:

1. Небольшое дерево высотой 4-15 м, с непарноперистыми пильчатыми листьями. Цветки мелкие, белые, душистые, со многими тычинками и пестиками. Плоды - ярко-оранжевые ложные костянки, неправильно называемые ягодами, - собраны в щитковидные кисти. Цветет в мае - начале июня.

2. Растет в подлеске хвойных и смешанных лесов, по вырубкам, прогалинам, лесным опушкам в лесной и лесостепной зонах европейской части России и на Кавказе. Часто культивируется как декоративное растение.

3. Заготавливают плоды в сентябре - октябре.

4. Плоды обладают противоцинготным, легким слабительным, мочегонным, вяжущим, противовоспалительным и кровоостанавливающим действием.

Плоды рябины входят в состав витаминных сборов, а также используются в кондитерской и ликероводочной промышленности.


Рябина обыкновенная

Черника обыкновенная


Черника обыкновенная

Описание:

1. Кустарник высотой 15-40 см, с остроребристыми зелеными ветвями. Листья очередные, мелкие, продолговато-яйцевидные, блестящие, ярко-зеленые, мелкопильчатые. Цветки шаровидные, со .сросшимся венчиком. Тычинок 10. Пестик с нижней завязью. Плод - округлая ягода с остатками чашечки, черная, с сизоватым налетом. Мякоть ягод красновато-фиолетовая. Цветет в мае - июне. Плодоносит в июле -августе.

2. Растет в сосновых и еловых лесах (реже - в смешанных лесах и тундре) в лесной и лесостепной зонах европейской части России и в Сибири.

3. Заготавливают листья во время цветения; ягоды - во время их созревания (июль - август).

4. Листья повышают кислотность желудочного сока, обладают вяжущим, кровоостанавливающим, противовоспалительным, противоспазматическим и мочегонным действием. Ягоды (их водный настой и отвар) регулируют деятельность желудочно-кишечного тракта, стимулируют обмен веществ и обладают вяжущим, закрепляющим, мочегонным, обезболивающим, противовоспалительным, противоспазматическим и кровоостанавливающим действием, а также ускоряют обновление сетчатой оболочки глаза.

Сок из ягод черники используют для полосканий при воспалении слизистой оболочки рта.

Ягоды черники повышают остроту зрения и снимают усталость глаз в результате продолжительной работы при искусственном освещении, обостряют ночное видение. Отваренные измельченные ягоды применяют для компрессов при ожогах, кожных болезнях, особенно при чешуйчатом лишае и экземе.

Плоды черники применяются для изготовления вин, сиропов, соков, экстрактов.

Голубика

Описание:

1. Кустарник высотой 30-120 см, с прямостоячими округлыми ветвями и коричнево-бурой или темно-серой корой. Листья эллиптические, опадающие, сверху темно-зеленые, снизу голубовато-зеленые. Цветки мелкие, белые, с розовым оттенком, кувшинчатые, расположены по 1—2 на верхушках коротких веточек. Плод — ягода, черно-сизая, овальная, сладковатая. Цветет в июне - июле. Плодоносит в августе - сентябре.

2. Растет по торфяным болотам и сырым хвойным и лиственным лесам в северной нечерноземной полосе европейской части России, на Кавказе, в Сибири и на Дальнем Востоке.

3. Заготавливают побеги и листья во время цветения; плоды - осенью, после созревания. Ягоды нужно собирать осторожно, так как они очень нежные, и


Голубика болотная

сушить в затененном месте при хорошем проветривании или в сушилках при температуре не выше +40° С.
4. Побеги и листья обладают мягким слабительным действием; ягоды - тонизирующим, противогипертоническим, противоцинготным, мягким слабительным, противоглистным и антидиабетическим действием.
Ягоды голубики употребляют в свежем и замороженном виде, используют для изготовления пастилы, варенья, джема, сока, кваса, напитков, начинок для пирогов. Голубика ценна и как медоносное растение.

Ежевика


Ежевика сизая

Описание:
1. Полукустарник высотой 60-150 см, с ползучими, шиповатыми, покрытыми белым налетом побегами. Листья тройчатые, с яйцевидно-ромбическими листочками. Цветки белые, со многими тычинками и пестиками, собраны в щитковидные кисти. Плод - сборная костянка, черная, с сизым налетом. Цветет в июне - августе.
2. Растет по берегам рек, оврагам, кустарникам в европейской части России, на Кавказе, в Западной Сибири и Средней Азии.
3. Заготавливают листья и сок во время цветения; плоды –в августе и сентябре; корни –осенью.
4. Листья обладают вяжущим, потогонным, кровоостанавливающим, кровоочистительным, обезболивающим, ранозаживляющим и антисептическим (противогнилостным) действием; улучшают перистальтику кишечника. Корни обладают мочегонным и противовоспалительным действием. Плоды и сок хорошо утоляют жажду и являются жаропонижающим средством. Зрелые плоды действуют как легкое слабительное при запорах и как потогонное средство, а незрелые плоды возбуждают деятельность органов пищеварения и действуют как вяжущее средство при поносе.
Измельченные листья ежевики прикладывают к лишаям, хроническим язвам и гнойным ранам.

Толокнянка обыкновенная


Толокнянка обыкновенная

Описание:
1. Многолетний вечнозелёный сильноветвистый стелющийся кустарник высотой 5-30 см. Стебли лежачие, ветвистые, укореняющиеся и восходящие. Листья продолговатые, обратнояйцевидные, кожистые, суженные при основании в короткий черешок, на верхушке закруглённые, снизу - светло-зелёные, матовые, сверху - тёмно-зелёные, блестящие, с хорошо различимой сеточкой вдавленных жилок.
2. Соцветие - короткая верхушечная кисть, состоящая из нескольких поникших бело-розовых цветков на коротких цветоножках. Цветёт в мае - июне. Плод - ярко-красная ягодообразная ценокарпная костянка диаметром 6-8 мм, с мучнистой мякотью с пятью косточками. Плоды созревают в августе - сентябре.
3. В качестве лекарственного сырья используют лист и побеги толокнянки, которые заготавливают весной, до цветения, или осенью, в период полного созревания плодов.
4. Фармакологические свойства обусловлены содержанием в листьях толокнянки обыкновенной фенологликозида арбутина. Благодаря содержащимся в листьях дубильным веществам, оказывают вяжущее действие на желудочно-кишечный тракт. Листья толокнянки применяются в виде отвара как мочегонное и дезинфицирующее средство при мочекаменной болезни, цистите, уретритах.
5. Входят в состав сборов «Бруснивер-Т», «Стопал», «Ролекрамин», мочегонных № 1 и 2, урологического сборов. Порошок листьев толокнянки используется для изготовления таблеток «Урифлорин». Применяются листья и в гомеопатии.

Морошка

Описание:
1. Травянистое или полукустарниковое растение высотой до 30 см, с ползучим корневищем. Стебли тонкие, прямостоячие, с двумя - тремя листьями и одним верхушечным цветком с белыми лепестками. Листья морщинистые округло-почковидные, пятилопастные, по краю неровно-городчатые. Цветки однополые, одиночные, белые. Цветёт в июне — июле, а через 40—45 дней созревают ягоды.


Морошка

2. Плод — сборная костянка диаметром 1,5 см, по форме напоминает плоды малины, но отличается особым запахом и вкусом, сладкая; незрелые ягоды — красные, а зрелые — оранжевого цвета, почти прозрачные, напоминают чистый яркий янтарь. Собирают плоды в июле — августе, корни заготавливают глубокой осенью.
3. Морошка произрастает в северном полушарии на болоте. Встречается на торфяных болотах, заболоченных лесах, моховых и кустарниковых тундрах в арктической и северной лесной полосе северного полушария, в средней полосе европейской части России, Сибири, на Дальнем Востоке.
4. Морошку используют в диетическом и лечебном питании, для лечения сердечно-сосудистых и желудочно-кишечных заболеваний, ожогов и кожных болезней, при отравлении тяжёлыми металлами, как противолихорадочное средство.
5. Ягоды морошки обладают противомикробным, потогонным, спазмолитическим действиями. По содержанию провитамина А морошка превосходит морковь. Плоды можно использовать в качестве вспомогательного средства при лечении авитаминозов и гиповитаминозов. Используют ягоду как жаждоутоляющее, которое полезно при простудах. Морошка способна усиливать свёртываемость крови, обладает закрепляющим действием.
6. Плоды и листья в виде настоя принимаются в народной медицине как мочегонное средство, при гастрите с пониженной кислотностью, злокачественных опухолях.

Съедобные грибы

Белый гриб



Белый гриб

Другие названия: Боровик, беловик, буравик, толкач, коровка, коровятник, коровяк, глухарь, жатник, печура, медвежатник, струень.
Места обитания: Растет в еловых, сосновых и смешанных лесах со второй половины июня до ноября, предпочитает просторный сосновый бор, очень часто поражается личинками насекомых.
Описание:
Шляпка: диаметром 3-25 см, темно-бурая, подушковидно - выпуклая, округлой формы, сверху гладкая, чуть морщинистая, иногда слегка бархатистая, снизу губчатая, мелкопористая, у молодого гриба белая, у более зрелого — желтоватая, с зеленоватым оттенком, в дождливую погоду слизистая.
Мякоть: гриба плотная, с приятным грибным запахом и вкусом свежего ореха, всегда белая, на изломе и разрезе не темнеет. Споровый порошок оливковый. Ножка: клубневидная, позднее цилиндрическая, длиной до 20 см, толщиной до 6 см, с белым или светло-буроватым сетчатым рисунком. Съедобный гриб первой категории.
Примечания Часто встречается в симбиозе с березой, дубом, елью, сосной, грабом и буком.
Бывает, что и в мае можно отыскать боровик, но больше всего их встречается в середине июля и со второй половины августа до середины сентября. Растет гриб и одиночно, но чаще группами, семьями, обычно под редкими развесистыми березами, в кустарниках ивняка, около можжевельников. У этого гриба есть приметные спутники: белоус, вереск, черника, грушанка, майник, муравейники, валуи, мухоморы. Самый желанный в корзинке грибника. Боровик любит белый мох, но осенью встречаются и на зелёном мху. Последние гораздо реже попадаются червивыми и имеют внушительные размеры. Часто, если в лесу появились amanita muscaria (красные мухоморы), значит, наверняка есть и белые грибы. Годится практически для всех видов переработки, особенно для заготовки в сушеном виде, употребляется так же в свежем виде в салатах.

Вешенка легочная



Вешенка легочная

Другие названия: вешенка беловатая.
Места обитания: Растет с мая по октябрь на мертвой древесине чаще лиственных пород-березе, осине, реже на хвойных породах, может заселять так же ослабленные живые деревья.
Описание:
Шляпка: бело-серая, кремовая или беловатая, в диаметре обычно от 3 до 15 см., полукруглой, уховидной формы, край шляпки загнут вниз. Пластинки редкие, толстые, белые, нисходящие на ножку. Мякоть: белая, плотная, с приятным запахом и вкусом. Споровый порошок беловато-серого цвета. Ножка: короткая, у края шляпки волосистая, в длину достигает 4-5 см.
Нормальный съедобный гриб, который можно использовать в любом виде.

Волнушка белая



Волнушка белая

Другие названия: белянка, белянка пушистая, груздь пушистый.
Места обитания: Волнушка белая растет в лиственных и смешанных лесах, попадается так же в сосновых лесах, но всегда вблизи берез, с июля по сентябрь, особенно урожайна в сырых, низких местах среди мхов.
Описание:
Шляпка: диаметром до 9см, белая, бледно-желтая или кремово-белая, воронкообразная, с завернутым опушенным краем.
Мякоть: белая, хрупкая, выделяет очень горький млечный сок, с приятным грибным ароматом. Пластинки кремовые или желтоватые, частые, приросшие к ножке или слабо нисходящие.
Ножка: длиной до 5см, цилиндрическая, полая, гладкая, розоватая.Гриб условно-съедобный второй категории. Употребляется в соленом виде,
перед засолом грибы подвергаются предварительной обработке-отвариваются или вымачиваются. В засоле гриб слегка темнеет, но это не портит его высоких вкусовых качеств.

Горькушка



Горькушка

Другие названия: груздь горький, горькуша.
Места обитания: Горькушка широко распространена преимущественно в сосновых лесах на кислых почвах, а так же по краям болот под березами, с июля и до заморозков. Встречается одиночно и небольшими группами.
Описание:
Шляпка: диаметром до 12см, плоско-выпуклая, с возрастом воронковидная, мясистая, сухая, красно-коричневая, матовая, с остреньким бугорком посредине, вокруг которого вдавленная. Характерно, что и у зрелых экземпляров она окрашена в темно-красный или красно-коричневый цвет. Иногда возможны более светлые круговые зоны. Поверхность тонко бороздчатая, имеет мутную матовую окраску. Мякоть: тонкая, с запахом смолистой древесины. Млечный сок жгуче-едкий, белый, очень обильный. Пластинки узкие, частые, сначала красновато-желтые, позже красновато-бурые, в старости с беловатым налетом, слегка нисходящие по ножке. Споровый порошок беловатый.
Ножка: длиной до 10см, толщина до 2см, цилиндрическая, беловойлочная, у основания имеет опушение, в молодом возрасте сплошная, позже полая. У молодых грибов поверхность белесоватая, у более старых-розоватая или ржаво-красная. Ножка может быть окрашена так же, как и шляпка.
Условно-съедобный гриб четвертой категории: очень невысокого качества. Используется в засоле и в маринованном виде после предварительной обработки: тщательного отваривания или вымачивания. В засоле приобретает темно-коричневый цвет.

Колпак кольчатый

Другие названия: белый приболотник, благушка, опенок морщинистый, розитес тусклый, шампиньон лесной.

Места обитания: Колпак кольчатый растет на мшистых местах в хвойных, преимущественно сосновых, и смешанных лесах, особенно в черничниках, иногда большими группами в июле-октябре. Растет обычно большими семьями. Грибы, выросшие по краям болот отличаются более темным желтым цветом шляпки.



Колпак кольчатый

Описание:

Шляпка: диаметром до 12см, полушаровидная или колпаковидная, затем плоско-выпуклая, с завернутыми вниз краями, серо-желтого, соломенно-желтого или охряного цвета, по краю полосатая, сухая, с более темным мучнистым налетом. Поля шляпки, особенно в сухую погоду, покрываются трещинами. Бледно-желтая (до охряно-коричневой) поверхность шляпки радиально-морщинистая, блестящая, с серебристым тонким паутинистым налетом, заметным больше посредине шляпки, чем по краям. Мякоть: рыхлая, мягкая, белая, позже желтеющая, с приятным запахом и вкусом. Пластинки слабо приросшие к ножке или свободные, с неровным иззубренным краем, желтовато-буроватые, цвета корицы. Вначале заметен бледно-желтый тон, который постепенно изменяется на охряный. Споровый порошок охристый. Ножка: длиной до 12см, толщиной до 3см, волокнисто-полосатая, плотная, булавовидная, белая или буроватая, с желтовато-белым, тонким пленочным кольцом неправильной формы. Кольцо подвижное и хорошо заметное.

Съедобный гриб четвертой категории: по вкусу не уступает шампиньону. Считается деликатесным грибом. Молодые грибы можно есть в вареном, жареном, соленом и особенно в маринованном виде.

Масленок осенний

Другие названия: масленок поздний, желтик, желтяк, масленик, масленок настоящий, масленок обыкновенный, маслуха, маслюк, масляк, сосновик, чалыш.

Места обитания: Растет в сосновых борах вдоль дорог, на лесных опушках, в сосновом молодняке среди зарослей вереска, на старых гарях обычно большими семьями с июня до октября. Предпочитает почвы. Гриб очень часто бывает поражен личинками насекомых.



Масленок осенний

Описание:

Шляпка: диаметром до 10 см гладкая, подушкообразная, слегка выпуклая, позднее почти плоская, слизистая. Низ шляпки закрыт пленкой, которая с возрастом разрывается и образует кольцо вокруг ножки. Кожица шляпки как будто смазана маслом (отсюда и название гриба), легко отделяется от шляпки.

Мякоть: мягкая, нежная, чуть кисловатая, желтоватого цвета, с приятным фруктовым запахом. Гименофор мелкопористый, легко отделяется от мякоти. Споровый порошок желто-охристый.

Ножка: длиной до 11см, толщиной до 3см, плотная, цилиндрическая, с белым кольцом, у старых грибов буроватая, немного зернистая над кольцом, под кольцом гладкая.

Съедобный второй категории:по вкусовым качествам очень близок к белым грибам. Перед употреблением кожицу со шляпки лучше снимать. Употребляется в сушеном, свежем, маринованном и соленом виде.

Мокруха еловая



Мокруха еловая

Другие названия: мокруха клейкая, слизняк.

Места обитания: Мокруха еловая растет в ельниках или смешанных с елью лесах, часто среди вереска, обычно большими группами с июля по сентябрь.

Описание:

Шляпка: диаметром до 12см, выпуклая, край у молодых грибов завернут, позже распростертая, вдавленная в центре, гладкая, коричневатая или серовато лиловая, с фиолетовым оттенком, с темными крапинками, полностью покрыта обильным слоем слизи. Края шляпки у молодых грибов соединены с ножкой тонким слизистым покрывалом. Кожица со шляпки легко снимается.

Мякоть: белая, чуть розоватая, к старости сероватая, рыхлая, мягкая, ломкая, у основания ножки желтоватая, с приятным кисловатым неедким нежным вкусом, без особого запаха. Пластинки толстые, редкие, слизистые, беловатые, за тем пурпурно-коричневые, с черными пятнами, к старости почти черные. Споровый порошок темно-коричневый.

Ножка: длиной до 11см, толщиной до 2см, цилиндрическая, сплошная, гладкая, с черноватыми чешуйками, беловатая, в основании ярко-желтая.

Съедобный четвертой категории: Используется в свежем, соленом, маринованном и консервированном виде, особенно вкусен гриб в жареном и тушеном виде. В процессе термической обработки гриб чернеет, но на вкусовых и питательных свойствах это не отражается.

Опенок осенний

Другие названия: опенок настоящий, опенок пневый, опенька, осенний гриб, осенник.

Места обитания: Опенок осенний или опенок настоящий растет очень большими группами на пнях, преимущественно березовых, поваленных деревьях, на корнях деревьев с конца августа до заморозков.



Опенок осенний

Описание:

Шляпка: диаметром до 12см, тонкомясистая, у молодых грибов шаровидная, с загнутыми внутрь краями, с возрастом плоско-выпуклая, с бугорком посредине, с мелкими чешуйками по всей шляпке, сухая, буроватая или серо-желтоватая, в середине более темная. Мякоть: белая, плотная, на изломе цвет не изменяет с приятным грибным запахом. Пластинки частые, тонкие, желтовато-белые, с мелкими буроватыми пятнами. Споровый порошок белого цвета.

Ножка: длиной до 15см, толщиной до 2см, цилиндрическая, внизу имеет небольшое утолщение, под шляпкой светлая, внизу слабочешуйчатая, с белым перепончатым кольцом, которое со временем исчезает.

Съедобный третьей категории. Опенок осенний -самый вкусный гриб в жареном виде и в супах из всех пластинчатых грибов кроме рыжиков и самый вкусный в маринаде и в засоле после рыжиков и груздей. Используется свежим, жареным, маринованным, соленым, сушеным. Солят только горячим способом, то есть после предварительного отваривания. В пищу пригодны только шляпки, так как ножки очень волокнистые. По питательности опята превосходят некоторые овощи.

Подберезовик обыкновенный

Другие названия: бабка, березовик, колосовик, надберезник, обабок, подберезник, подгреб, серый гриб.

Места обитания: Растет в смешанных и лиственных лесах, в кустарниках и редколесье, преимущественно под берёзами, у дорог, часто и обильно, одиночно и группами с мая по сентябрь.



Подберезовик обыкновенный

Описание:

Шляпка: до 20 см, сначала полушаровидная, с возрастом подушковидная, гладкая, сухая, в сырую погоду чуть слизистая. Окраска шляпки может быть самая разнообразная-буроватая, серая, иногда почти белая, черная или пятнистая. Кожица со шляпки при кулинарной обработке не удаляется. Трубчатый слой губчатый, мелкопористый, легко отделяющийся от мякоти, беловатый, с возрастом темнеющий, нередко с беловатыми пятнами. Споровый порошок оливковато-коричневый. Мякоть: плотная, но довольно быстро становится рыхлой и губчатой, серовато-белая, не меняющая цвета на изломе, со слабым приятным грибным запахом и вкусом.

Ножка: до 20 см в длину, до 3 см в толщину, цельная, крепкая в молодом возрасте, в старости волокнистая, цилиндрической формы, слегка утолщается книзу, с бурыми или черными чешуйками. Съедобный второй категории: по вкусовым качествам не уступает белому.

Пригоден для всех видов обработки. Особенно вкусны и питательны грибы трёхдневного возраста. Используется в свежем виде, а так же во всех видах переработки. При сушке подберезовик чернеет, поэтому, как и подосиновик lessinum aurantiacum Fr и lessinum testaceascabrum Secr, относится к так называемым "черным грибам". Сушеные подберезовики по питательности приравниваются к ржаному хлебу.

Подосиновик красно-бурый



Подосиновик красно-бурый

Другие названия: бачнюк, казарушка, красник, красноголовик, красная шапочка, красный гриб, краснушка, краснюк, красюк, обабок, осиновик.

Места обитания: Широко распространен в лиственных и смешанных лесах, обычно под осинами, предпочитает лиственное мелколесье и влажные осинники с июля до сентября.

Описание:

Шляпка: диаметром до 25 см, плотно прилегает к ножке, мясистая, полушаровидная, со временем становиться выпуклая, в старости уплощенная, с выступающей по краям кожицей, сухая, гладкая, бархатистая, буро-красная. Кожица оранжево-коричнево-красная, оранжево-коричневая, в сырую погоду слегка грязная, быстро высыхает и становится слегка фетровой.

Мякоть: плотная, упругая, белая, на изломе краснеет, но не темнеет так сильно, как у подосиновика желто-бурого, мягкого, приятного вкуса, без особого запаха. Трубчатый слой у молодого гриба желтовато-белый, у взрослого серовато-буроватый, губчатый, с мелкими порами. Споровый порошок коричневатый или оливковый.

Ножка: длинной до 20 см, толщиной до 5 см, цилиндрическая, расширенная к основанию, сплошная, легка отделяется от шляпки, белая, густо покрыта хлопьевидными чешуйками, которые с возрастом темнеют, становятся красно-бурого цвета.

Съедобный второй категории: Пригоден для всех видов переработки, при сушке и варке чернеет.

Рыжик сосновый



Рыжик сосновый

Другие названия: рыжик настоящий, рыжик деликатесный, рыжик осенний, рыжик благородный, рыжик боровой.

Места обитания: Рыжик обыкновенный или рыжик сосновый растет в хвойных лесах, чаще изреженных, в сосновых молодняках. Любит опушки, прогалины, возвышенности, с удовольствием расселяется среди травы. Появляется одним из первых грибов на местах пожарищ в сосновых лесах. Растет часто большими группами, с июля по октябрь.

Описание:

Шляпка: диаметром до 15 см, плоско-выпуклая в молодом возрасте, затем становиться воронковидной со слегка завернутыми внутрь краями. Шляпка гладкая, слизистая, оранжевая или красноватая, с более тёмными концентрическими зонами, при надавливании окрашивается в зеленовато-голубой цвет. Во влажную погоду шляпка скользкая. Мякоть: плотная, мясистая, оранжевая, на изломе быстро зеленеет. Млечный сок обильный, ярко-оранжевый, на воздухе зеленеющий, неедкий. Пластинки приросшие к ножке, толстые, при надавливании зеленеют. Споровый порошок желто-розоватый. Ножка: длиной до 7 см, толщиной до 2 см, цилиндрическая, сначала цельная, с возрастом полая, внутри белая, снаружи окрашена так же, как и шляпка, на поверхности местами имеются небольшие вмятины.

Съедобный деликатесный гриб первой категории: Употребляется в свежем, жареном, маринованном и соленом виде. Перед засолом рыжики не отваривают и не вымачивают, а лишь промывают водой или просто протирают сухой тряпочкой от сора. Для сушки непригоден. По старинным рецептам рыжики следует солить в дубовой посуде без добавления специй, чтобы сохранить неповторимый вкус и аромат. По калорийности солёные рыжики превосходят говядину и куриные яйца.

Сыроежка желтая

Другие названия: желтушка.

Места обитания: Растет во влажных березовых и смешанных с сосной лесах, одиночно или группами, иногда довольно часто, и июня по октябрь.

Описание:



Сыроежка желтая

Шляпка: диаметром до 10 см, в молодом возрасте выпуклая, шаровидная, затем постепенно уплощается, становится воронкообразной, со слегка рубчатым краем, тонкая, сухая, гладкая, желтого цвета. Кожица снимается легко только с краев. Мякоть: рыхлая, ломкая, белая, на изломе слегка сереет, затем темнеет, с приятным грибным запахом. Пластинки редкие, сначала беловатые, потом желтоватые. Споровый порошок желтоватый. Ножка: длиной до 10 см, толщиной до 2 см, цилиндрическая, сплошная, позже
рыхлая, белая, потом желтоватая или сероватая.
Съедобный третьей категории: пригоден для сушки.
Употреблять жаренными, солеными.

Лисичка желтая

Другие названия: лисичка настоящая, лисичка обыкновенная, лисица, петушок.

Места обитания: Растет в хвойных и смешанных лесах большими группами, особенно обильно в дождливое лето, с июля до поздней осени.

Описание:

Шляпка: диаметром до 10см, мясистая, сначала выпуклая или плоская, с завернутым краем, потом воронкообразная, с сильно волнистым краем, гладкая, яично-желтого цвета.



Лисичка желтая

Мякоть: плотная, сухая, резинистая, упругая, желтовато-беловатая, с сильным ароматным запахом, напоминающим запах сухофруктов, и острым перечным вкусом, гриб почти никогда не бывает червивым. Пластинки низбегающие на ножку, редкие, толстые, в виде складок, желтые. Споровый порошок бледно-желтый. Ножка: длиной до 6см, толщиной до 2см, желтая, ровная, сплошная, гладкая, голая, расширяется кверху, переходя в шляпку.

Съедобный гриб третьей категории: Употребляется в вареном, сушеном, жареном, соленом виде и маринованном виде. Лисички можно консервировать в соленом растворе (тузлуке), хорошо сохраняющем грибы. В маринаде и засоле цвет гриба сохраняется, чуть буреет. Особенно вкусны соусы и приправы из лисичек. Богаты они микроэлементами, особенно цинком, имеет и лечебное значение, так как содержат вещества, губительно действующие на возбудителей гнойных заболеваний.



Польский гриб

Польский гриб

Вид грибов, в различных системах классификации относимый к родам Боровик или Моховик. Русские названия гриба также — коричневый гриб, панский гриб и моховик каштановый.

Диаметр шляпки составляет 4-12 см (до 15 см), шляпка имеет полукруглую, выпуклую, позже подушковидную и даже плоскую форму. Кожица не снимается, на ощупь гладкая, сухая, в мокрую погоду немного клейкая, у молодых грибов матовая, затем блестящая. Цвет — каштаново-коричневый, тёмно-бурый или шоколадно-коричневый.

Мякоть мясистая, плотная, беловатая или жёлтоватая, в шляпке мякоть на срезе слегка синеет, затем снова становится светлой, в ножке синеет и потом буреет. Запах приятный, грибной, вкус мягкий.

Трубчатый слой приросший у ножки или почти свободный, с небольшой выемкой, трубочки желтоватые, позднее золотисто-жёлтые или зеленовато-жёлтые, имеют длину до 2 см, поры угловатые, сначала мелкие и белые, светло-жёлтые, позже становятся крупнее, зелёно-жёлтые или оливково-жёлтые, при надавливании синеют.

Ножка 4—12 см высотой и 1—4 см толщиной, цилиндрическая или немного суженная или наоборот вздутая внизу, волокнистая, цвет светло-коричневый, бурый или жёлтый с красно-коричневыми волокнами, вверху и внизу более светлая.

Споровый порошок коричневато-оливковый. Споры 12-16×5-6 мкм, эллипсоидно-веретеновидные, медово-жёлтые, гладкие.

Сезон июнь — ноябрь, часто плодоносит когда другие трубчатые грибы уже не встречаются.

Не съедобные грибы

Мухомор красный

Места обитания: Произрастает в хвойных, смешанных и лиственных, особенно березовых лесах, повсеместно, одиночно и небольшими группами, часто и обильно, с июня и до осенних заморозков.



Мухомор красный

Встречается семьями, иногда огромными, до 30 экземпляров и больше.

Описание:

Шляпка: диаметром до 20 см, толстомясистая, сначала шаровидная, позднее выпукло-распростертая, с тонким рубчатым краем, клейкая, блестящая, ярко- или оранжево-красная, с возрастом выцветающая до желто- или блекло красного цвета, с многочисленными хлопьевидными белыми или желтоватыми бородавками или чешуйками — остатками общего покрывала, очень редко без них. Мякоть: мягкая, толстая, белая, под кожицей шляпки светло-оранжевая, на вкус сладковатая, с приятным запахом. Пластинки свободные, частые, широкие, белые, у старых грибов чуть желтоватые. Споровый порошок белый. Ножка: длиной до 20 см, толщиной до 3,5 см, цилиндрическая, с клубневидным утолщением в основании, вначале сплошная, плотная, позже полая, гладкая, белого цвета, с широким пленчатым белым, по краю желтым, мягко повисающим кольцом и вульвой в виде приросших к ножке в несколько концентрических рядов белых или желтоватых оторочек-бородавок. Гриб ядовит.



Бледная поганка

Бледная поганка

Самой опасной для человека является, бледная поганка. Шляпка гриба сначала полушаровидная, позже распростертая, до 11 см в диаметре, белого, оливкового, зеленовато-оливкового цвета, к центру более темная,

шелковистая. Кожица тонкая, покрытая быстроисчезающими хлопьевидными остатками покрывала. Ножка центральная, цилиндрическая, кверху постепенно суженная, с пленчатым кольцом, белая или слегка зеленоватая. У основания ножка клубневидно вздутая и покрыта свободной мешковидной вольвой зеленоватого или белого цвета. Молодые грибы окутаны белой пленкой. Пластинки белые, мякоть мясистая, ломкая, слегка сладковатая, запах резкий, грибной. Растет преимущественно в лиственных лесах, реже в сосновых в июле — сентябре.

Ложный опенок

Часто встречаются в наших лесах и ложные опята. Растут они, как и съедобные, тесными группами на пнях или около них. Существуют две разновидности ложных опят: серно-желтые и кирпично-красные.



Ложный опенок

Серно-желтый опенок очень часто растет на одном пне с летним. Поэтому при сборе опят надо быть внимательным. Отличить съедобные грибы от ложных можно по цвету пластинок. у лет него, осеннего и зимнего опенков пластинки всегда белые, кремовые и никогда не темнеют. У ложного серно-желтого опенка пластинки серно-желтые, у кирпично-красного — беловато-кремовые, быстро темнеют и становятся лиловато-буроватыми или черновато-оливковыми.

В период осенней заготовки серно желтый опенок путают с настоящим осенним опенком. Оба вида растут осенью. Но эти грибы хорошо различимы не только по цвету пластинок, но и по окраске шляпок. Так, у серно-желтого опенка шляпка желто-буроватая, в центре более темная, по краю зеленоватая, серно-желтая. Мякоть плотная, серно-желтого цвета, с горьким вкусом и неприятным за пахом. у настоящего осеннего опенка шляпка буроватая, с многочисленными мелкими темными чешуйками. Кроме того, на ножке в верхней ее части имеется белое пленчатое кольцо, которое соединяет край шляпки с ножкой. Ложные опята не отличаются сильной ядовитостью. При отравлении грибами возникают желудочно-кишечные расстройства.

Сатанинский гриб

Двойником белого гриба является сатанинский гриб. Шляпка до 22 см в диаметре, серовато-белая с пятнами бледно-коричневого цвета. Поверхность шляпки гладкая, сухая, матовая. Ножка прямая, клубневидная, у основания желтовато-красного цвета. Запах ядовитой мякоти неприятный. Сатанинский, или чертов, гриб отличается от белого тем, что у него трубчатый слой красноватый. На толстой ножке — красный сетчатый рисунок. Красноватая мякоть на изломе становится лиловой. Гриб очень горький на вкус. У белых таких признаков нет.



Сатанинский гриб