

ПОЛЕЗНЫЕ ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ ХОРЕЗМСКОЙ ОБЛАСТИ

Киличева Т.А.

*Киличева Тухтагул Абдуллаевна - ассистент,
кафедра пропедевтики детских болезней,
Ургенчский филиал, Ташкентская медицинская академия,
г. Ургенч, Республика Узбекистан*

Аннотация: подорожник самое уникальное, полезное, узнаваемое и популярное растение из дворов. Действительно имеет много полезных свойств, если использовать его правильно. О полезных свойствах подорожника знали еще в средневековье. Гениальный врач Авиценна останавливал листьями этого растения кровотечения на фоне язв и воспалений. Подорожник улучшает выделение желудочного сока и помогает при его низкой кислотности.

Ключевые слова: подорожник, трава, польза, туберкулез, медицина, здоровье, болезнь, лекарства, растения.

USEFUL MEDICINAL PLANTS OF KHOREZM REGION

Kilicheva T.A.

*Kilicheva Tukhtagul Abdullaevna - assistant,
DEPARTMENT OF PROPAEDEUTICS OF CHILDHOOD DISEASES,
URGENCH BRANCH OF THE TASHKENT MEDICAL ACADEMY,
URGENCH, REPUBLIC OF UZBEKISTAN*

Abstract: when studying at a medical university, a student is forced to adapt to a complex of factors that adversely affect their health. Household, climate-geographical, environmental, information overload, acceleration of the pace and rhythm of life, intensification of modern training programs affect the performance and rating of students. The problem of health status an important condition for obtaining medical education.

Keywords: plantain, herb, benefits, tuberculosis, medicine, health, disease, medicines, plants.

УДК 581.6:615.32 Б

Подорожник *Plantago* образовано от слов «ступня» и «двигать», поскольку листья по форме напоминают след ноги, да и растет подорожник вдоль дорог, на пустырях. Подорожник, как и положено сорняку, растет вдоль тропинок, деревенских, дорог, во дворах и в садах по всей России за исключением регионов крайнего севера. О его полезных свойствах знали еще в средневековье. Гениальный врач Абу Али Ибн Сино останавливал листьями этого растения кровотечения на фоне язв и воспалений. В лекарственных целях подорожник использовали в народе. В народе его называли придорожником, ранником, бабкой и даже чирьевой травой. В ботанике его описывают, как многолетнее, травянистое растение с короткими корневищами и мочковатыми корнями с сочными листьями в форме эллипса, и высотой цветоноса до 45 см. В род подорожник входит несколько видов, но в фармакологии используется подорожник большой [1]. Природа наделила семена этого растения свойством приклеиваться к обуви людей, шерсти животных и шинам машин и тем самым разносится повсеместно. Цвети подорожник начинает уже весной, процесс этот продолжается до окончания лета. Плодоносит подорожник с июня по октябрь. Листья подорожника хорошо известны как комплексное средство, которое назначается при кашле на фоне различных респираторных заболеваний. В силу своего многокомпонентного состава, куда входят слизи, горькие и дубильные вещества, каротин, аскорбиновая кислота, настой подорожника усиливает секрецию бронхиальных желез, разжижает и выводит мокроту, борется с воспалением дыхательных путей [2]. Еще одним ценным свойством этого лекарственного растения является стимуляция пищеварения: подорожник улучшает выделение желудочного сока и помогает при его низкой кислотности. Подорожник большой — многолетнее травянистое растение с розеткой прикорневых листьев. Листья черешковые, яйцевидные, с продольными жилками. Цветки мелкие, невзрачные, собраны в колосовидное соцветие. Плод — коробочка с немногими семенами [3]. Состав для лечебных целей заготавливают листья и семена. Листья содержат полисахаридные соединения, слизь, иридоидные гликозиды, стероидные сапонины, горечи и дубильные веществ, каротин, аскорбиновую кислоту, витамин К, флавоноиды, ферменты. Концентрирует медь, железо, цинк, молибден, барий, хром [4]. Показания к применению в комплексной терапии воспалительных заболеваний верхних дыхательных путей в том числе бронхит, трахеит. Листья подорожника хорошо известны как комплексное средство, которое назначается при кашле на фоне различных респираторных заболеваний [5]. В силу своего многокомпонентного состава, куда входят слизи, горькие и дубильные вещества, каротин, аскорбиновая кислота, настой подорожника усиливает секрецию бронхиальных желез, разжижает и выводит мокроту, борется с воспалением дыхательных путей. Еще одним ценным свойством этого лекарственного растения является стимуляция пищеварения: подорожник улучшает выделение желудочного сока и помогает при его низкой кислотности. Свежий сок подорожника эффективен при ранних токсикозах, сопровождающихся тошнотой и рвотой. Лучше его слегка подсаливать. Подорожник произрастает только вблизи жилья. Объясняется это тем, что человек способствует

распространению его семян, прилипших к ногам прохожих и колесам автомобилей. Эффективность и безопасность лекарственных препаратов зависит от исходного растительного сырья. Качество нашего сырья обеспечено тщательным входным контролем поступающих партий и работой с проверенными и одобренными поставщиками лекарственных растений. Подорожник большой это многолетнее травянистое растение с коротким корневищем и розеткой прикорневых листьев. Цветки подорожника собраны в большой цилиндрический колос, длиной 2-5 см. Растет вдоль дороги насыпей, на сырых и заливных лугах, на песчаных почвах. Семена подорожника, а главное — листья, являются испытанным и древним лекарственным средством. Семена содержат слизь, белковые и дубильные вещества, аукубан, жирное масло, ферменты, смолы. 10 г истолченных семян заливают 100 мл кипятка и получают слизь, которую используют, после настаивания и процеживания принимают при воспалениях желудка. Экстракт корней подорожника назначают внутрь при укусах пчёл и других насекомых. Листья подорожника оказывают противовоспалительное, болеутоляющее действие при заболеваниях дыхательных органов, нарушениях пищеварительных органов поносы, катар желудка-кишечного тракта. Препараты из подорожника имеют тонизирующее действие, возбуждают аппетит, содействуют повышению гемоглобина в крови. Экстракт растения имеет противосклеротическое действие, уменьшает содержание холестерина в крови. Как лечебное средство подорожник был взят из народной медицины и длительное время применялся в виде настоя. Листья используют как кровоостанавливающее и ранозаживляющее средство, при ударах, порезах, нарывах, носовых кровотечениях. Кашицу из свежих листьев или сваренную кашицу из размятых листьев применяют для лечения ран, укусов ядовитых змей, и отеках, вызванных ужалением ос, пчёл. При лечении ран советуют, прикладывая кашицу из растёртых листьев, прикрывать её свежим листком; принимать одновременно с этим внутрь отвар или сок из крапивы или аналогичного по действию, кровоочищающего растения. Полынь горькая Полынь настоящая, полынь полевая, полынь белая, емшан, вдовья трава - так еще в народе называют полынь горькую. Существует очень много видов полыни, их насчитывается около 400 и приблизительно 170 видов распространено. Большинство видов полыни очень отличаются как внешне, так и за своими лечебными и другими свойствами: это и полынь цитварная, лимонная, серебристая, таврическая, древовидная, горькая, обыкновенная, австрийская. Это очень ценное лекарственное растение. История о нем уходит далеко в прошлое. У древних славян полынь считалась культовым растением, обладающим способностью очистить духовный и физический мир. Йоги и буддисты применяли эфирное масло полыни при медитации, как одно из лучших средств, помогающих сосредоточиться. Еще и сегодня многие люди верят, что аромат и запах полыни отпугивает злых духов, бережёт от сглаза и порчи. Наибольшую популярность в народе за свои лечебные, очистительные и косметические свойства получила полынь горькая. Она отличается от других видов прежде всего общим серовато-серебристым цветом. Верхние поверхности листьев у полыни горькой имеют беловатую окраску и стебель также выглядит шелковисто-сероватым. А корзинки цветов у этого растения желтые. Это многолетнее дикорастущее растение с характерным специфическим ароматом и очень горьким вкусом. Запах полыни довольно сильный и напоминает горько-терпкий вкус. Растёт она почти повсеместно, имеет прямой, до 1,5 м высоты стебель. Пустырник пятилопастный всего насчитывается около 15-20 видов пустырников, это и пустырник сердечный, японский, монгольский, разнолистный, персидский, сибирский, татарский, крапиволистный, мохнатый, шандровый и др. Но в лечебной практике применяются в основном 2 вида пустырников: пустырник сердечный и пустырник пятилопастный (или мохнатый). Используют его как эффективное средство для лечения и профилактики сердечно-сосудистых заболеваний, не вызывающее побочных эффектов. Это многолетнее травянистое растение с характерным четырёхгранным прямостоячим стеблем. Встречается пустырник в разных местах, по балкам, на пустырях, культивируется садоводами-любителями. С лечебной целью используют облиственные верхушки. Растение пустырник оказывает успокаивающее действие на центральную нервную и сердечнососудистую системы, по действию в некоторых случаях сильнее валерианы, имеет спазмолитические свойства, снижает артериальное давление, увеличивает силу сердечных сокращений и замедляет ритм, обладает кровоостанавливающим, мочегонным, вяжущим, противосудорожным действиями. Пустырник — хорошее средство от головной боли. Его принимают при испуге, неврозах, бессоннице, параличах, сердцебиениях и перебоях ритма сердца, анемии. Используют настой, настойку, сок пустырника пятилопастного. Настой травы как противовоспалительное и бактерицидное средство применяют не только внутрь, но и наружно (для примочек, компрессов, ванночек) при ожогах, долго не заживающих ранах.

Список литературы / References

1. *Носаль М.А., Носаль И.М.* 'Лекарственные растения и способы их применения в народе' - Харьков: Интербук, 1990 - с. 208 - ISBN 5-7664-0493-X.
2. *Заславская Х.О., Заславский О.Ю.* Современные подходы к диагностике, профилактике и лечению инфекционных заболеваний у детей и взрослых / «Актуальная инфектология 2016 год, №4(13) – стр. 73 / doi: 10.22141/2312-413x.
3. *Кузьменко, И.Н., Колясников Н.Л.* Лекарственные и ядовитые растения: учебное пособие / 2019 год ISBN 978-5-94279-456-9. Пермь.
4. *Оленников Д.Н., Samuelsen A.B., Танхаева Л.М.* 11 Химия растительного сырья. 2007 г. №2. Стр. 37–50. Улан-Удэ.

5. *Е.В. Игнатович, Н.В. Корожан, Г.Н. Бузук* Динамика накопления биологических активных веществ в листьях подорожника лацентного, произрастающее на территории Республики Беларусь / *Вестник фармации №3 (77), Стр. 37, 2017 г., Витебск.*