



Земляника лесная - *Fragaria vesca* L. (от лат. *fraga* - плод земляники, *fragare* - благоухать; *vescus*, *a*, *um* - съедобный, от *vescor* - питаться).

**Описание:** Многолетнее травянистое растение из семейства розоцветных - *Rosaceae* высотой до 20 см. Листья прикорневые, тройчатые, длинночерешковые.

Цветки пятичленные, обоеполые, белые, собраны в рыхлые щитковидные соцветия.

Плод - многоорешек типа земляничины.

**Распространение:** Распространена в лесной и лесостепной зонах европейской части, Западной и Восточной Сибири, на Кавказе, в Казахстане в осветленных лесах, по опушкам, вырубкам, гарям, среди зарослей кустарников.

Лекарственным сырьём служат зрелые плоды и листья.

**Заготовка:** Ягоды заготавливают рано утром, когда сойдёт роса, или в конце дня без чашечек и плодоножек, так как собранные во время росы они быстро портятся, а в жару вянут. Перед сушкой землянику сортируют, удаляя мятые и переспелые ягоды, плодоножки и чашелистики, и подвяливают в течение дня на воздухе или 4-5 ч в сушилке при температуре 25-30 °С, а затем досушивают при температуре 45-65 °С., рассыпав тонким слоем на ситах или решетках, следя, чтобы плоды не заплесневели. Хорошо высушенные ягоды должны рассыпаться.

Листья собирают во время цветения растения с черешком не более 1 см. Сушат сразу на открытом воздухе в тени или в хорошо проветриваемом помещении, рассыпая тонким слоем и периодически перемешивая, а так же в сушилках при температуре 45 °С.

Листья хранят в мешочках не более 1 года, ягоды - 2 года.

**Химический состав:** Листья содержат аскорбиновую кислоту, витамин В1, каротиноиды, флавоноиды (производные кверцетина), антоцианы, дубильные вещества, эфирное масло, сахара, соли фосфора.

Плоды содержат витамины группы В, Е, Р, аскорбиновую и фолиевую кислоты, каротиноиды, сахара (10-15%), органические кислоты, дубильные и пектиновые вещества, эфирное масло, флавоноиды, антоцианы, соли железа, марганца, кобальта.

**Применение:** Листья и плоды применяют в виде настоя как диуретическое средство, для лечения подагры, при желчнокаменной и мочекаменной болезнях; плоды, кроме того, как витаминное средство.

Растение используется в гомеопатии.