



Иван-чай узколистный [*Chamaenerion angustifolium* (L.) Moench.]

Народные названия: капорский чай, кипрей, скрипун.

Описание: Многолетнее травянистое растение семейства кипрейных (*Onagraceae*), высотой до 2 м. Корневище толстое, ползучее, длиной до 1 м, с многочисленными побегами. Стебель прямостоячий, простой или слаборазветвленный, округлый, голый.

Листья очередные, сидячие или на очень коротких черешках, линейно-ланцетные, на верхушке заостренные, с резко выделяющимися жилками. Соцветие - редкая коническая кисть, достигающая 40 см длины. Чашечка красноватая, почти до основания рассеченная.

Цветки крупные, пурпурно-розовые, при высушивании синеющие, широко раскрытые. Плод - стручковидная пушистая коробочка, до 8 см длины. Семена очень мелкие, многочисленные, с хохолком из длинных волосков. Одно растение дает за вегетацию до 20 000 семян.

Цветет с середины июня до середины августа, плоды созревают в августе - сентябре. Размножается семенами и корневищами.

Распространение: Распространен почти по всей территории СНГ. Растет на свежих супесчаных и суглинистых почвах на вырубках, прогалинах в хвойных и смешанных лесах, вблизи канав, на осушенных торфяниках, вдоль железнодорожных насыпей.

Иван-чай называют еще капорским чаем по названию деревни Капоры в Ленинградской области, где его впервые в России стали использовать вместо китайского чая.

Заготовка: В лекарственных целях используют траву, листья, цветки растения, которые заготавливают во время цветения. Сушат под навесами, на чердаках, в хорошо проветриваемых помещениях, раскладывая тонким слоем и периодически перемешивая. Срок годности травы 2 года.

Корни заготавливают осенью. Очищают от земли, сушат в сушилках, печах, духовках при температуре 65-70°С. Срок годности корней 3 года.

Фармакологические свойства: Растение обладает успокаивающим (по транквилизирующим свойствам лишь немного уступает валериане лекарственной), противовоспалительным, обволакивающим, вяжущим, смягчительным, потогонным действием.

Применение в медицине: Корневища: В тибетской медицине - при сифилисе и гонорее. В народной медицине - при запорах, белых, головной боли, а также как вяжущее, смягчительное, обволакивающее и ранозаживляющее; отвар (в виде полосканий) - при ангинах; внутрь - при гастритах, колитах, кровотечениях, малокровии, острых респираторных заболеваниях.

Надземная часть: В тибетской медицине - снотворное, от головной боли, при оспе, скрофулезе, а также как жаропонижающее.

В монгольской медицине - при язвенной болезни желудка, противовоспалительное при гастритах и коликах.

В народной медицине отвар и настой - противовоспалительное, вяжущее, смягчительное, потогонное, седативное, противосудорожное, гемостатическое; при желудочно-кишечных заболеваниях, гастритах, колитах, язвах желудка и кишечника, нарушении обмена веществ, анемии, головной боли, скрофулезе, бессоннице, цинге, гонорее, сифилисе и меноррагиях, а также как стимулирующее сердечную деятельность средство. Наружно - для промывания ран, язв; припарки - как болеутоляющее при отитах, ушибах, артралгиях; порошок - для лечения инфицированных ран.

Листья, цветки: В монгольской медицине - при диарее, дизентерии, катаральных

состояниях желудка и кишечника; в сборе - при отравлениях, как противорвотное. В народной медицине настой, отвар, сок - болеутоляющее, обволакивающее, ранозаживляющее; при запорах, белых, С-авитаминозах, язвенной болезни желудка, гастритах; применяется в стоматологии. Свежие, сушеные (порошок) - ранозаживляющее, при обморожениях; припарки - болеутоляющее.

Лекарственные формы, способы применения и дозы:

Настой травы иван-чая: 20 г сырья заливают 200 мл кипятка, настаивают 2 ч, затем процеживают. Принимают по 1 столовой ложке 3-4 раза в день перед едой.

Отвар травы иван-чая: 15 г сырья заливают 200 мл горячей кипяченой воды, кипятят 15 мин, настаивают 1-1,5 ч, затем процеживают. Принимают по 1 столовой ложке 3 раза в день перед едой.

Сок иван-чая отжимают из молодых свежих листьев с верхушками стеблей. Принимают по 1/2-1 столовой ложке с равным количеством меда 4 раза в день перед едой.

Отвар корневищ иван-чая: 10 г сырья заливают 250 мл горячей кипяченой воды, кипятят 20 мин, затем процеживают. Принимают по 1 столовой ложке 3-4 раза в день.