



Описание: Липа сердцевидная - дерево семейства липовых высотой до 30 м с темной продольно-бороздчатой корой (на старых деревьях). Молодые веточки красновато-бурые с мелкими чечевичками.

Листья очередные с рано опадающими прилистниками, длинночерешковые, иногда несимметричные, с сердцевидным основанием и оттянуто-заостренной верхушкой, зубчатые, сверху зеленые, голые, снизу сизоватые, нередко опушенные, с бородками рыжих волосков в углах жилок, длиной 5 - 9 см и шириной 5 - 8 см, на стерильных и порослевых побегах часто более крупные (длина и ширина до 15 см).

Цветки желтовато-белые, пахучие, диаметром около 1 см, собраны по 3 - 11 в соцветия.

Плод - шаровидный одно- двусемянный орешек. Живет липа до 300 - 400 лет (иногда до 600). В Башкирии памятником природы была объявлена липа возрастом более 500 лет, на стволе которой были видны следы борти, где жили пчелы. Цветет в июне - июле. Плоды созревают в августе - сентябре.

В медицине используют цветки с прицветниками.

Места обитания. Распространение: Липа сердцевидная произрастает в средней и южной части европейской территории СНГ, включая Крым, Средний и Южный Урал. В Западную Сибирь заходит небольшим клином до правобережья нижнего течения Иртыша. Основные районы распространения липы сердцевидной находятся в зоне широколиственных лесов. Она является одним из лесообразователей широколиственных и хвойно-широколиственных лесов, но почти всегда встречается в смеси с другими породами, особенно с дубом. Чистые липняки обильно представлены лишь в Южном Предуралье. Часто, особенно на севере ареала, липа растет в подлеске. Обычно служит показателем богатых почв; может переносить временный избыток влаги, но не переносит заболачивания. Очень теневынослива.

Липа имеет разнообразное применение. Целесообразно проводить рубку липы в возрасте около 90 лет: хотя в этом возрасте несколько снижается ежегодный прирост древесины и луба, но обеспечивается возможность получения максимального количества сырья для медицины и увеличивается база для развития пчеловодства.

Заготовка: С целью охраны липовых лесов целесообразно проводить сбор цветков липы в основном с деревьев, предназначенных к рубке. Рубку главного и промежуточного пользования в липняках следует планировать на период цветения липы. Сырье заготавливают с обеих лип; оно включает соцветия вместе с пергаментообразным кроющим листом. Очень важно собрать их вовремя - с 1-го по 4-й день полного цветения, поскольку в это время они содержат наибольшее количество действующих веществ.

Лучшим сроком сбора считается время, когда более половины цветков в соцветии распустились, а остальные находятся в фазе бутонизации. Сбор цветков необходимо проводить только в сухую погоду, в дневные часы, чтобы не было росы. Собранные цветки сушат в сушилках при температуре не выше 40 - 45 °С. Сушка может проводиться также в тени, в проветриваемых помещениях. Хорошо высушенное сырье должно иметь желто-зеленый цвет прицветников и бледно-желтые цветки, слабый запах, слизисто-сладковатый, слегка вяжущий вкус. Влажность сырья допускается не выше 12%. Сырье упаковывают в тюки, хранят в полутемном, хорошо проветриваемом помещении. При правильном хранении сырье не теряет своих свойств в течение 3 лет. Из 100 кг сырых цветков с прицветниками после сушки получается до 30 кг сухого сырья.

Химический состав: В цветках липы содержатся эфирное масло, гесперидин, тилиацин, сапонины, дубильные вещества, каротин и аскорбиновая кислота. В составе

эфирного масла найден фарнезол.

Применение в медицине: «Липовый цвет» входит в состав потогонного чая, сбора для полоскания горла.

Настой цветков липы применяют как потогонное средство при простудных заболеваниях и как бактерицидное средство для полоскания полости рта. Он имеет также мочегонное и отхаркивающее действие.

Настой: Берут 2 столовые ложки измельченных цветков на 1/2 стакана кипятка, настаивают 15 - 20 мин. Настой цветков липы оказывает потогонное (у здоровых людей потоотделение не увеличивается) и диуретическое действие, способствует выведению токсинов и метаболитов, усиливает секрецию желудочного сока, увеличивает желчеобразование и облегчает поступление желчи в двенадцатиперстную кишку. Цветки липы оказывают также мягкое седативное действие на центральную нервную систему, легкий противосудорожный эффект. В народной медицине из углей липового дерева готовили мельчайший порошок и принимали при поносах, вздутии живота (метеоризме), отрыжке, дизентерии. Этим же порошком чистили зубы, лечили туберкулез горла и присыпали гниющие раны. Разваренная липовая кора дает много слизи и использовалась для лечения ожогов и свежих ран. Измельченные свежие почки или листья используют как наружное для лечения ожогов, язв, воспалений. Порошком из высушенных листьев липы пользовались для остановки носовых кровотечений. При головной боли листья накладывались на виде компресса. Цветки липы, благодаря содержанию фитоэстрогенов, используются при нарушениях менструального цикла, при климаксе, опухолях женской половой сферы (фибромиомы, фиброаденомы). При заболеваниях желудочно-кишечного тракта - в качестве обволакивающего средства, при заболеваниях почек и мочевого пузыря, при головных болях, при судорожном синдроме, особенно в детской практике.

Противопоказания: Индивидуальная непереносимость