



Описание: Однолетнее или дву-летнее луковичное травянистое растение с цилиндрическим стеблем, сизо-зелеными трубчатыми листьями и мелкими беловатыми цветками с простым околоцветником, собранным в простой головчатый зонтик. Высота 60-100 см. Имеется много сортов лука.

Время цветения: Июль - август.

Распространение: В стране возделывается как овощное растение почти повсеместно. Родина - Азия, плоскогорье Ирана, по мнению некоторых авторов, - Афганистан. Культура лука известна уже свыше четырех тысяч лет. Лук хорошо был известен в древние времена в Египте, Греции и Риме.

Местообитание: Разводится на овощных плантациях и огородах.

Применяемая часть: Луковицы.

Время сбора: Август - сентябрь.

Химический состав: Луковицы содержат азотистые вещества (до 2,5 %), различные сахара (10 - 11 %) (глюкозу, фруктозу, сахарозу, мальтозу), полисахарид инулин, фитин, флавоноид кверцетин и его глюкозиды, жиры, различные ферменты, соли кальция и фосфора, фитонциды, лимонную и яблочную кислоты, витамины А (3,75 мг%), В1 (60 мг%), В2 (50 мг%), РР (0,20 мг%), С (10,5-33 мг%), а также эфирное масло с резким особым запахом, раздражающим слизистые оболочки глаз и носа. Главной

составной частью эфирного масла являются дисульфид и другие сульфиды.

Применение: Лук применялся в древней медицине и ши-роко употребляется в современной народной медицине различных стран. Свежий лук усиливает аппе-тит, способствует повышенному выделению пищеварительных соков, стимулирует выработку спермы, возбуждает половое влечение и ус-коряет менструации, обладает хоро-шо выраженным мочегонным свой-ством и употребляется для лечения водянки. Спиртовая настойка лука обладает мочегонным и легким сла-бительным действием, предупреж-дает запоры, снимает боль, способ-ствует растворению песка и мел-ких камней при почечнокаменной болезни. Настойка лука противопо-казана сердечным и печеночным больным. Лук, жаренный на сли-вочном масле или отваренный в мо-локе, смягчает кашель и способ-ствует отхаркиванию мокроты.

В современной научной медицине имеется ряд указаний об успешном лечении луком водянки, цирроза печени, колитов, дизенте-рии, атонии кишечника, артерио-склероза мозга, склеротической формы гипертонической болезни, ангины, гипо- и авитаминозов. Препараты лука используют для смазывания носовой полости при ринитах и в гинекологической прак-тике при лечении трихомонадных кольпитов.

Проф. Б. П. Токин доказал, что из растертого свежего репча-того лука выделяются особые ле-тучие вещества - фитонциды, уни-вающие инфузорий, грибы и пато-генные бактерии. Летучие фитон-циды уничтожают дифтерийную па-лочку, туберкулезная палочка Коха под их влиянием погибает в течение 5 минут. Даже споровая культура сибиреязвенной палочки, подвергнутая в течение 10 минут воздействию летучих фитонцидов лука и затем высеянная на мясопептонный агар и бульон, образо-вала уродливые инволюционные формы. В свете современного уче-ния о фитонцидах заслуживают внимания такие указания в старин-ных русских лечебниках-травниках: «Считают, что во время морового поветрия или иных прилипчивых болезней нужно развешивать в ком-натах связки луковиц, отчего не проникает в них зараза, да и воздух в покоях очистится»; «Во время скотского падежа нанизывают на нитку поболе луковиц и чесночных головок и привязывают на шею ко-ровам, лошадям и другим домаш-ним животным, чтобы не зарази-лись». Проф. Н. З. Умиков приводит свидетельства современников о том, что во время большой эпидемии брюшного тифа в 1805 году русские, потреблявшие в большом количе-стве лук, не заболели тифом и чумой. Из практики известно, что работники теплиц, где выращивает-ся зеленый лук, не заболевают гриппом даже в период его эпиде-мии.

Луковая кашица, наложенная в марлевой салфетке на рану, очищает ее от гноя, уменьшает болез-ненность и отечность и способ-ствует быстрому заживлению и руб-цеванию. Водный отвар из сухой наружной кожицы применяют так-же как средство, заживляющее раны и язвы.

Акад. Б. М. Козо-Полянский советовал при гриппозном насмор-ке применять ватные тампоны, смо-ченные соком лука. Тампоны с лу-ковым соком, закладываемые в уши, прекращают воспалительный про-цесс, устраняют ушную боль и звон в ушах. Разрезанная луковица иногда сводит бородавки. Молоч-ную луковую кашицу и печеный

лук употребляют для ускорения созревания нарывов, смягчения болей от геморроидальных шишек. Народные индийские врачи назначают лук при геморрое и для ускорения созревания гнойников.

Кашицу из луковиц свежего лука применяют при обморожениях и свежих ожогах. Луковая каша, приложенная к свежим ожогам, препятствует образованию пузырей, уменьшает раздражение кожи, прекращает боль и воспалительный процесс. Кашицу свежего лука употребляют также при ревматизме, для уменьшения зуда кожи при зудящих сыпях и как косметическое средство от веснушек, родимых пятен и угрей. Считают, что свежий сок лука и луковая каша способствуют отрастанию волос, для чего рекомендуется ежедневно втирать в кожу сок и кашу. Различные сорта лука обладают в разной степени выраженными лечебными свойствами.

Зеленый лук является общеизвестным средством лечения цинги.

В китайской народной медицине пользуются многолетним луком-татаркой (*Allium fistulosum* L.), культивируемым особенно широко в Китае, на Дальнем Востоке, в Сибири. В нем найдены витамины группы В, витамины С и D, белки, соли фосфора, меди и фитонциды. Этот лук применяют при гнилостной и бродильной диспепсии, дизентерии, при атеросклерозе, для стимулирования сердечной деятельности, как потогонное, противоглистное, мочегонное и кровоостанавливающее, а также при подагре, ревматизме, гриппе, ранах и даже в целях предупреждения раковых заболеваний.

Противопоказания: Лук может раздражать желудочно-кишечный тракт, печень, почки. Поэтому его включают в пищевой рацион осторожно, начиная с небольшого количества.

Способ применения:

- 1) 40 г очищенных и мелко нарезанных луковиц настаивать 7 дней в 1/2 л спирта или водки, процедить. Настойку принимать по 1 чайной ложке с 3 столовыми ложками воды 2-3 раза в день натощак.
- 2) 2 луковицы среднего размера очистить, мелко нарезать, добавить 1/4 стакана сахарного песка, 3/4 стакана воды, варить до густоты сиропа. Принимать по 1 столовой ложке через каждые 3 часа при кашле.
- 3) 2 луковицы среднего размера мелко нарезать, отварить в 1 стакане молока, настаивать 4 часа, процедить. Принимать по 1 столовой ложке через каждые 2 - 3 часа при кашле.
- 4) 1 луковицу среднего размера мелко нарезать, настаивать 12 часов в 1 1/4 стакана кипяченой воды, процедить. Принимать по 1/2 стакана 2 раза в день в течение 3-4 дней как глистогонное и мочегонное.
- 5) Испечь луковицу, очистить, нарезать. Измельченный печеный лук прикладывать к геморроидальным шишкам для уменьшения болей и к нарывам для ускорения созревания.

6) 1-2 луковицы мелко наре-зать, луковую кашицу завернуть в марлю. Прикладывать к ожогам, гнойным порезам и ранам, зудящим сыпям, воспаленным участкам ко-жи, к больным местам при ревма-тизме и использовать как космети-ческое средство для удаления уг-рей, веснушек и пятен.

7) 3 чайные ложки сухой из-мельченной кожицы лука отварить в 1 стакане воды, настаивать 4 часа, процедить. Употреблять для полоскания горла и обмывания гнойных порезов и ран.

Препараты: Аллилчеп (Allilcerum) - спиртовая вытяжка из лука репчатого или лука зеленого - и аллилглицер (Allilglicerum) - сгущенная вытяжка, смешанная с глицерином.

В гомеопатии применяется Allium сера 3 X -3 при бронхиаль-ной астме, бронхите, поллинозах.