



Семейство зонтичные - Umbelliferae.

Народные названия: зоря, зоря ле-карственная (Россия), любисток, любистник (Украина).

Описание: Любисток лекарственный - растение семейства зонтичных, стебель разветвленный, достигает в высоту 1-2 м, вырастает из толстого желто-коричневого корневища. Происходит из гористых областей Южной Европы. Сначала его выращивали в монастырях, постепенно, благодаря монахам-бенедиктинцам он распространился в других областях и культивировался в основном в гористой местности. Стебель круглый, с крупными черешковыми листьями. Нижние листья достигают в длину 0,5 м, дважды - и триждыперистосложны, верхние значительно меньше, перисторазделенные, или же вообще нераздельные и сидячие. Цветки бледно-желтые, собранные в зонтики. Плод - двусемянка.

Цветет в июне - июле. Цветки мелкие, желто-зеленые, собраны в сложный зонтик, расположенный на конце ветви. Плод - желто-бурая двусемянка. Созревает в августе - сентябре.

Заготовка: При выращивании любистока в первый год с него берут всего несколько листьев - для приправы. Только в сентябре следующего года корневища выкапывают, очищают, нанизывают на шнуры и вывешивают для сушки; более крупные разрезают пополам вдоль, чтобы ускорить высыхание. Аптекарское сырье, часто поражаемое насекомыми и, кроме того, гигроскопичное, нужно хранить в плотно закрывающихся сосудах. Плоды собирают поздней осенью, когда они полностью созреют. Листья для

приправы можно брать круглый год. Надземную часть берут тогда, когда выкапывают корни, однако сушат на воздухе отдельно.

Действующие вещества: Важнейшее действующее вещество - эфирное масло.

Местообитание: Выращивается в огородах.

Распространение: Любисток лекарственный распространен в горных районах Южной Европы. Культивируют на приусадебных участках. Растение холодостойкое. Хорошо растет на Украине, Урале, в средней полосе и северных районах России.

Время сбора: Поздняя осень.

Химический состав: Любисток лекарственный - лекарственное и пряное растение, содержащее от 0,5 до 2,7 % эфирного масла, в состав которого входят лактоновые соединения, органические кислоты, крахмал, сахар, смолы и др.

Применение: Любисток - весьма популярное в народе, особенно на Украине, растение. В



старину считали, что оно обладает свойством привораживать, очаровывать молодых людей, отчего и произошло его название.

Отвар корней обладает мочегонным, желчегонным, ветрогонным, успокаивающим, обезболивающим, противосудорожным и отхаркивающим действием. Он усиливает аппетит, деятельность желудка и кишечника, регулирует работу сердца, уменьшает

одышку и улучшает самочувствие больных.

Отвар корней применяют при водянке, заболеваниях почек, сердца, нервных заболеваниях, болезнях желудка и кишечника и как средство, усиливающее менструации и ослабляющее боли во время менструаций.

В немецкой народной медицине настоем корней принимают при водянке, болезнях почек, воспалении мочевого пузыря, задержке мочеиспускания, отеках ног, сердечных заболеваниях и болезнях дыхательных органов с выделением мокроты, при подагре, ревматизме и общей слабости организма.

Настой и отвар любистока обладают мочегонным, желчегонным и отхаркивающим действием. Они повышают аппетит, улучшают пищеварение, снижают метеоризм.

Препараты любистока принимают при отеках сердечного и почечного происхождения и воспалительных заболеваниях мочевого пузыря. Отвар корней облегчает отхаркивание мокроты при бронхите, уменьшает воспаление, смягчает кашель. Профилактический прием препаратов этого растения ускоряет появление менструаций и уменьшает боль. Отмечено, что длительный прием любистока снижает возбудимость нервной системы, способствует ликвидации малокровия.

В народной фитотерапии свежие листья и стебли растения употребляют как глистогонное средство. Листья прикладывают к голове для снятия головной боли.

Ванны, примочки, обмывания и компрессы с использованием различных частей растения оказывают хороший эффект при гнойничковых заболеваниях кожи, долго не заживающих язвах и ранах, при пигментации кожи.

Для приготовления отвара 1 чайную ложку корней заливают 1 стаканом горячей воды, кипятят в закрытой эмалированной посуде на водяной бане 30 мин, остужают 10 мин, процеживают через два-три слоя марли и доводят объем кипяченой водой до исходного. Принимают по 1-2 столовые ложки 3 раза в день за 30 мин до еды.

При использовании настоя 1 чайную ложку хорошо измельченных корней заливают 1 стаканом кипятка, медленно остужают и процеживают. Принимают равными порциями за 5-6 приемов.

Противопоказания: Беременность (может действовать abortивно).

Способ применения: 15 г сухих корней любистока отварить в 3 стаканах воды, настаивать несколько часов, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3-4 раза в день за 1/2 часа до еды.