Кустарник высотой 18—30 см, с эллиптическими или обратнояйцевидными листьями 10—30 мм длиной и 7—12 мм шириной. Цветки, собранные в кисти по 3—15, с розоватым оттенком. Цветет в конце мая — июне, плоды созревают в августе—сентябре. На Полесье брусника часто цветет второй раз и дает плоды в конце сентября—октябре. Они мельче, но более интенсивно окрашены. Плоды круглые, постепенно изменяют окраску — от белой или зеленовато-белой до ярко-красной или красной с оттенками.

Область распространения брусники весьма обширная: от тундры до самых южных границ произрастания сосны. Она отличается высокой морозоустойчивостью. Хорошо разрастается в редких сосновых лесах, иногда на вырубках, встречается в еловых и смешанных лесах, но здесь хуже плодоносит. Может с успехом произрастать на песчаных и каменистых почвах, сфагновых болотах, в осушенных лесах. В целом предпочитает кислые почвы и освещенные места. Брусника — это типичный спутник сосны во многих биотопах. Именно в сосновых лесах она дает наибольший урожай.

В тундре Евразии и Америки произрастает брусника мелкая, ягоды которой обладают теми же достоинствами, что и у брусники обыкновенной, но они мельче. Эти два вида образуют между собой гибриды. На Кавказе и в Закавказье растет брусника кавказская, ягоды которой напоминают черничные. Ее листья используют для приготовления своеобразных тонизирующих напитков.

Брусника размножается семенами и корневыми отпрысками.

Вечнозеленый кустарничек высотой 25- 30 см. Встречается почти на всей территории нашей страны, кроме южных районов. Для медицинских целей заготавливают листья и ягоды растения.

Время сбора листьев - апрель - май, ягод - осень. Листья, собранные, летом,.- чернеют. Сушат листья под навесом, где их обдувает ветер и нет прямых солнечных лучей. Расстилают листья тонким слоем и часто перемешивают. Ягоды засыпают в бочки, заливают водой.

Листья брусники содержат фенольные гликозиды - арбутин и метиларбутин; вакцинин, ликопин, производные гидрохинона, урсоловую, винную, галловую, хинную и эллаговую кислоты, танин, гиперозид и другие флавоноиды. В ягодах брусники содержится большое количество сахаров, аскорбиновая кислота и каротин, органические кислоты (лимонная, яблочная, щавелевая, бензойная и др.).

В плодах содержится до 12 % Сахаров, много фруктозы, меньше глюкозы и совсем мало или вовсе нет сахарозы. Ягоды содержат 2—2,5 % органических кислот — лимонную, яблочную, бензойную, винную, щавелевую, салициловую и а-кетоглутаровую. Бензойная кислота отличается антисептическими (консервирующими) свойствами. Наличие в ягодах винной и салициловой кислот позволяет использовать их как противоревматическое средство. В плодах выявлены пектиновые и дубильные вещества, антоциановые пигменты, гликозиды вакцинин и арбутин, до 20 мг% витамина С, каротин, марганец.

Многие полезные для человеческого организма вещества содержатся и в листьях брусники: 5—9 % гликозида арбутина, 0,5—0,6 % флавоноидов, гидрохинон, дубильные вещества, органические кислоты (яблочная, лимонная, винная, урсоловая, галловая, эллаговая), аскорбиновая кислота (витамин С). В семенах обнаружено до 30 % жирного быстро высыхающего масла, содержащего линолевую и линоленовую кислоты.

Ягоды брусники употребляют в свежем виде. Наличие бензойной и салициловой кислот с их антисептическими свойствами позволяет хранить их в свежем виде длительное время. Ягоды маринуют и мочат. Моченую и квашеную бруснику едят на гарнир к жареной дичи, мясным и рыбным блюдам, добавляют в салаты.

Брусника широко используется в кондитерской промышленности при производстве начинок для карамели, варенья, муссов, а также соков, экстрактов, сиропов, фруктовых напитков. Из высушенных и поджаренных ягод можно готовить кофейный напиток, из листьев — суррогат чая. Однако в связи с тем, что в плодах содержится бензойная и салициловая кислоты, существенно усложняется изготовление вин.

Бруснику широко используют в медицине. Плоды обладают противоцинготными, противогнилостными и общеукрепляющими свойствами. Брусничный сок применяется при авитаминозах, как вяжущее, при легких формах гипертонической болезни, для повышения аппетита. Сушеные ягоды входят в состав витаминных чаев.

В отечественной народной медицине ягоды брусники применяли как мочегонное, при суставном ревматизме, подагре, гастрите с пониженной кислотностью желудочного сока. Вареную бруснику с медом употребляли при туберкулезе легких и кровохарканье.

Листья брусники в виде отваров и чая применяют при заболеваниях, связанных с нарушением минерального обмена, в частности при подагре, остеохандрозе, а также при ревматоидных, инфекционных неспециарических артритах.

Ягоды брусники обладают противогнилостными и витаминными свойствами. Их используют в пищу в сыром виде и для изготовления диетических продуктов. Листья и плоды брусники применяют при авитаминозах С и А. Водный застой ягод утоляет

жажду, поэтому его назначают лихорадящим больным. Кроме того, настой брусники оказывает легкое послабляющее действие.

Отвар листа брусники: 6 г (2 столовые ложки) листьев помещают в эмалированную посуду, заливают 200 мл (1 стакан) горячей кипяченой воды, закрывают крышкой и нагревают на кипящей воде (на водяной бане) 30 мин., охлаждают при комнатной температуре в течение 10 мин., процеживают. Оставшееся сырье отжимают. Объем полученного отвара доводят кипяченой водой до 200 мл. Отвар хранят в прохладном месте не более двух суток.

Применяют по $^1/_2$-$^1/_3$ стакана 2-3 раза в день.

С лечебной целью широко используются листья, которые заготавливают в период цветения брусники. Однако больше всего ценятся листья, собранные ранней весной, сразу после таяния снега. В сухом виде в них содержится повышенное количество дубильных веществ, а также гликозид, арбутин и флавонал. Наличие биологически активных веществ обусловливает разнообразное применение листьев. В виде настоев или отваров их употребляют вместо листьев толокнянки как мочегонное и дезинфицирующее средство при почечнокаменной болезни, пиелите, цистите, при застарелом суставном ревматизме, подагре, как вяжущее. Противоревматическое и дезинфицирующее действие листьев связано с наличием в них гликозида арбутина, который в организме расщепляется на сахар и гидрохинон, обладающий бактерицидными свойствами и способствующий выделению мочевой кислоты.

На севере из брусничного листа получают тонизирующий напиток.